

Sabrina Féret-Hubert

CURIOSITÉ ET ESPRIT CRITIQUE CHEZ L'ENFANT

45 PROPOSITIONS D'ÉVEILS
POUR LES 0-10 ANS



Parenting 

Dangles
EDITIONS 



SOMMAIRE

PRÉFACE	9
PRÉAMBULE	11
INTRODUCTION	17
Le tout premier filtre.....	17
L'objectif de ce livre	19
Comment ce livre s'utilise-t-il ?	19
LA CURIOSITÉ EN QUESTIONS	23
Et si je ne connais pas la réponse ?	23
Comment ça marche ?	25
C'est quoi la mort ? Dieux existe-t-il ?	26
Comment fait-on les bébés ?	27
Est-ce que le Père Noël existe ?	28
LES ÉVEILS	31
ÉVEIL 1 : La chasse aux « <i>fake news</i> » ou infox	31
ÉVEIL 2 : Le jeu de l'avocat	33
ÉVEIL 3 : Capsule temporelle	34
ÉVEIL 4 : Ton cerveau est un ordinateur	36
ÉVEIL 5 : Décryptage des nouvelles	38
ÉVEIL 6 : Le test du yaourt.....	39
ÉVEIL 7 : Les micro-expressions.....	41
ÉVEIL 8 : Les 3 passoires de Socrate	42
ÉVEIL 9 : Le JDC ou journal des cousins	44
ÉVEIL 10 : Le calepin des curiosités.....	46
ÉVEIL 11 : Le petit reporter du samedi	47
ÉVEIL 12 : Aérobie cérébral.....	48
ÉVEIL 13 : Le petit explorateur / La petite exploratrice	50
ÉVEIL 14 : Une heure / un métier	51

ÉVEIL 15 : Le groupe de lecture.....	52
ÉVEIL 16 : Le coin-lecture	53
ÉVEIL 17 : Le jeu des 20 secondes	54
ÉVEIL 18 : Scénariste d'un jour.....	56
ÉVEIL 19 : Le tour des inventions.....	57
ÉVEIL 20 : L'expérience des bocaux de riz	58
ÉVEIL 21 : La coopération.....	59
ÉVEIL 22 : Les semaines à thèmes.....	61
ÉVEIL 23 : Envoyer des cartes postales.....	62
ÉVEIL 24 : Faire tourner les jouets de sa chambre	63
ÉVEIL 25 : L'ennui.....	64
ÉVEIL 26 : Jumelles, microscopes et télescopes	65
ÉVEIL 27 : Éveil multiple à la musique et au sport.....	66
ÉVEIL 28 : Le moment Ratatouille	67
ÉVEIL 29 : Le pot de la gratitude	69
ÉVEIL 30 : Le jeu de l'oie personnalisé	71
ÉVEIL 31 : Expédition au musée.....	73
ÉVEIL 32 : La chasse aux trésors	74
ÉVEIL 33 : Le jeu de la baguette magique	75
ÉVEIL 34 : Le placard à activités	76
ÉVEIL 35 : Question pour question	77
ÉVEIL 36 : Le minuteur	78
ÉVEIL 37 : Le potager	79
ÉVEIL 38 : Appeler les secours.....	80
ÉVEIL 39 : Le langage des signes.....	82
ÉVEIL 40 : L'observation.....	83
ÉVEIL 41 : Les langues étrangères.....	84
ÉVEIL 42 : Les boxes enfants	85
ÉVEIL 43 : Le compliment détaillé	86
ÉVEIL 44 : La sémantique.....	88
ÉVEIL 45 : Morceau d'histoire	91
CHEFS-D'ŒUVRE DE CURIOSITÉS	93

PRÉFACE

La vie est une aventure surprenante durant laquelle chaque jour est un apprentissage.

Devenir parent en est un. Peut-être le plus riche. Sans doute le plus difficile.

Ça commence par un test en pharmacie... un arc-en-ciel d'émotions... une passion pour les grands livres des prénoms et les rayons layettes. Des questions que vous ne vous étiez jamais posées avant (une épiso quoi ??)...

Vous avez découvert la vie de parents... cette étonnante responsabilité qui est devenue la vôtre en un instant, de tout apprendre (comment diable se ferme ce siège auto ?), de tout comprendre (oui, le mouche-bébé est obligatoire et le tire-lait pratique), de veiller sur tout même à des heures où vous ne pensiez pas qu'un être humain normalement constitué pouvait rester les yeux ouverts si longtemps, sillonnant son salon en attendant un rot d'une petite chose éperdument accrochée à son épaule...

Vous avez découvert en vous des trésors de patience, de tendresse et d'inventivité. Car pour accompagner chaque jour nos enfants dans la vie, il nous faut tout cela, et bien plus encore.

Trouver la bonne maternité puis le meilleur pédiatre, une place en crèche ou la bonne nounou, le meilleur quartier ou la meilleure école, le sport ou l'activité la mieux adaptée... Dans tous les domaines, vous avez bien sûr toujours cherché le meilleur pour eux.

Mais au-delà de tout ce que l'extérieur peut leur apporter, ils ont quelque chose à l'intérieur d'eux qui pourrait vraiment les aider – pour peu qu'ils sachent s'en servir. Et ce quelque

chose, c'est leur cerveau. Cet immense réservoir de ressources qui n'attend que d'être rempli intelligemment. Il devrait y avoir des « cours de cerveau » depuis la maternelle. Malheureusement, ce n'est pas encore le cas.

C'est donc vous qui allez devoir leur apprendre à puiser dans les ressources exceptionnelles qui sont à l'intérieur d'eux... Les amener à devenir la meilleure version possible d'eux-mêmes. Pas évident quand on n'a pas le mode d'emploi. Les « cours de parents » n'existent pas non plus ;-)

C'est pour cela que ce livre est une merveille d'idées, de conseils, de suggestions, de jeux, de mises en situation, de réflexions qui vont vous permettre de manière ludique et constructive (pour vous comme pour eux) de les aider à se développer en harmonie avec eux-mêmes et avec les autres. À accueillir leurs émotions, à prendre le recul nécessaire pour bien les gérer, à se connecter à une belle confiance en eux et en la vie qui sera la clé de leur bonheur et de leur réussite. À remplir leur esprit d'informations fabuleuses dont ils pourront se servir tout au long de leur vie.

Merci à Sabrina, la plus merveilleuse des mamans que je connaisse, de nous offrir cette mine d'or qu'est ce livre pour nous guider dans notre plus beau métier, celui de parent.

Sabine MARIN

Praticienne en Hypnose

Animatrice de la libre antenne Week-End d'Europe 1

Collaboratrice à la Voix d'Ambroise Paré, radio interne de l'hôpital

Fondatrice du 1^{er} Centre d'Hypnose Thérapeutique

avec spécialisation (Meudon)

PRÉAMBULE

Comment commencer autrement ce livre que par la définition même de la curiosité ?

Sur papier ou écran, me voilà donc partie à la recherche de LA définition. Enquêtant, sourçant, auditionnant la meilleure définition. L'efficace, celle qui mettrait tout le monde d'accord... instantanément.

Je découvrais alors qu'à peine le mot curiosité était-il évoqué, instruit, défini, s'ensuivaient immédiatement quelques déclinaisons en tout genre de l'adage bien connu : *La curiosité est un vilain défaut !*

Ainsi, plus ou moins argumentées, détaillées, aucune des définitions sur lesquelles mon esprit tombait ne me convenait en définitive. Au mieux étaient-elles fades, au pire négatives.

Pourtant, à n'en pas douter, la curiosité est ce qui se rapproche le plus de l'Éveil avec un grand É.

Alors, être curieux, c'est quoi ?

Être curieux, c'est avant toute chose s'intéresser, s'éveiller à.

La curiosité peut être une démarche ou un sentiment inné comme acquis et possède le pouvoir d'apporter savoirs et expériences.

Être curieux, c'est aussi savoir observer, écouter.

Occasionnellement enregistrer plusieurs réponses (parfois même opposées).

Un bon curieux doute et apprend à écouter sans juger.

À s'ouvrir dans la bienveillance.

Bien exploitée, la curiosité apporte **intérêt** et **envie**. Et l'intérêt comme l'envie sont absolument nécessaires dans l'attention que l'on porte à l'autre. Dans la considération que l'on a de son propre impact dans ce monde.

Plus encore, plus un individu est curieux et plus il se met en quête de sens et tend à vouloir connaître ce qui fait la différence entre le bien et le mal.

La curiosité : l'une des plus grandes forces créatrices de ce monde !

Oui : rien que ça ! La curiosité fait avancer le monde. C'est de la curiosité que sont nées les plus grandes découvertes.

Cependant, pour qu'elle soit créatrice, la curiosité ne doit pas se suffire d'une simple réponse à archiver. Parce que c'est ce que nous faisons des informations que nous glanons qui fait toute la différence, qui alimente la force créatrice de la curiosité.

Être curieux peut donc être une démarche stérile ou fertile. Et cela s'apprend !

Plus encore, que nous soyons grand ou petit, la curiosité peut s'avérer un atout immense.

Nous avons tous notre propre carte du monde, qui dépend elle-même de notre propre histoire (systèmes de valeurs, de pensées, etc.). Chacun voit donc le monde à sa façon et cette attitude, vous le savez, rend la cohabitation bien difficile sur cette petite planète.

Ainsi, ce qui est bien ici sera proscrit là, et en connaître les raisons, s'y intéresser, peut nous aider à comprendre le fonctionnement du monde qui nous entoure et trouver des terrains d'entente.

Écouter, parlementer, argumenter, partager dans la tolérance et l'empathie ne peut se faire qu'en étant curieux de l'autre, en ayant de l'intérêt pour lui, et je crois sincèrement qu'apprendre à développer son esprit critique comme à être **curieux... humblement** peut profondément agir sur l'épanouissement d'un être humain et ainsi avoir des incidences à bien plus grande échelle.

Et si la curiosité pouvait même sauver le monde ?

La curiosité offre une importante **bibliothèque de comparaisons** et un individu qui a appris à découvrir, engranger des expériences et savoirs éclectiques s'adapte plus facilement à un monde en constants changements.

L'un des rôles-clés du parent, comme de l'éducateur, est d'aider l'enfant à devenir un citoyen avisé, et pour ce faire il est primordial de lui apprendre à développer son esprit critique, à rechercher par lui-même les bonnes réponses... comme les bonnes questions, et savoir les analyser.

Lui apprendre à aller voir derrière les apparences, plus loin que ce qui est présenté comme LA vérité. De façon à pouvoir, lorsque cela est pertinent, remettre en cause certaines réponses. Voilà un apprentissage essentiel.

Apprentissage d'autant plus indispensable que nos enfants traversent une ère nouvelle dans laquelle chaque individu outillé d'un simple smartphone est un journaliste potentiel. Une ère où des petites filles de 12 ans créent leur propre chaîne YouTube et deviennent un média à elles seules.

Désormais, l'information peut surgir de partout et surtout de façon plus instantanée, offrant moins de garanties de véracité. Nous devons apprendre à nos enfants à s'éveiller au monde avec avidité, impartialité et en toute bienveillance, mais sans naïveté pour autant. Avec un esprit critique aiguisé et pertinent.

À très court terme, les générations futures auront de bien importants problèmes à résoudre : sociétaux, environnementaux, territoriaux, éthiques avec, entre autres choses, l'essor de l'intelligence artificielle et les progrès de la médecine.

Il serait préjudiciable que les adultes de demain ne sachent ni observer, ni écouter, ni prendre en considération toutes les voix pour faire, sinon les meilleurs, du moins les plus justes choix pour cette planète.

Depuis cet angle, développer la curiosité naturelle de l'enfant non seulement optimise son épanouissement propre mais consiste également en un acte militant pour la planète. Lui offrant des citoyens avisés, justes et qui sauront faire face aux challenges que le monde de demain leur apporte déjà.

LA CURIOSITÉ EN QUESTIONS

Et si je ne connais pas la réponse ?

Vous ne saurez répondre à toutes les questions de votre enfant, et heureusement.

Il est important pour le développement de l'enfant que son parent ne soit pas une sorte de machine toute-puissante sachant tout sur tout... et surtout un parent dénué de respect qui ne reconnaît pas son ignorance. D'abord parce que cet enfant lèvera un jour le voile sur cette supercherie, et avant tout parce que cela équivaldrait à lui transmettre que « ne pas savoir » est inadmissible et donc mal....

L'ignorance n'est-elle pas le fondement même de la démarche scientifique ? C'est bien l'envie de comprendre comment les choses fonctionnent ou le pourraient qui précède les découvertes scientifiques. Alors, si votre enfant vous pose une question à laquelle vous ne savez répondre, effectuez la recherche ensemble et saisissez cette opportunité pour lui montrer la multitude d'outils de recherche à sa disposition.

Vous pouvez également, avant d'effectuer les recherches ensemble ou le laisser faire, lui retourner la question afin qu'il s'aventure à émettre des hypothèses, qu'il crée des théories pour les vérifier par la suite (ce qui peut être encore plus amusant). Et toi, comment penses-tu que cela marche ? Et toi, pourquoi penses-tu que... ?

Ne pas répondre à ses questions serait comme le condamner à errer dans l'obscurité. Plus grave encore, il perdrait toute envie de partager avec vous ses interrogations.

Le fait de ne pas savoir, c'est aussi le fait de **découvrir ensemble**, et cela peut mener à de merveilleux moments de complicité. Plus encore, vous pouvez en être le déclencheur et rebondir régulièrement sur ce qui vous entoure (reportage télévisuel, article de presse que vous venez de lire, objet dans la maison, conversation, etc.).

Apprenez-lui qu'il existe des réponses simples et parfois plus complexes, et que certaines réponses débouchent sur d'autres questions ou paradigmes. Apprenez-lui également à analyser les réponses, à ne pas se contenter de les recevoir et/ou enregistrer.

Laissez-le développer, aller plus loin. Il/elle vous surprendra !

Pourquoi ? Pourquoi ? Pourquoi ?

Il arrive que notre chère confiture d'amour soit prise de logorrhée, bref de diarrhée verbale. Nous les aimons, et en général nous sommes fiers qu'ils posent une question... à la 103^e on sature un peu... à la 467^e on en deviendrait presque agressif. Nous restons des humains avant tout, et il faut bien avouer que ce flot de questions qui n'en finit pas peut parfois nous agacer fortement. D'autant quand le doute s'installe : est-ce de la vraie curiosité ou une façon d'avoir notre attention ?

Il est important qu'ils comprennent les règles de société, et qu'ils ne peuvent s'accaparer l'autre. Montrez bien que vous êtes disponible, tout à lui/elle, mais pour un temps donné. Vous n'êtes pas à sa disposition en permanence et il/elle doit aussi prendre l'autre en considération. Êtes-vous occupé(e) ? Est-ce le bon moment (contexte) ? etc.

Il est important qu'il sache noter ou lister dans sa tête ses questions et attendre le moment approprié pour les poser. Le soir avant l'histoire que vous lui racontez, pendant le bain ou encore au moment du brossage de dents ?

Apprenez-lui à être autonome le plus rapidement possible, il doit pouvoir rechercher seul des réponses à ses questions et, s'il le souhaite, discuter du résultat de ses recherches avec vous.

Les trajets en voiture peuvent également devenir un réel moment de complicité et d'échange : dédié aux questions. Vous pouvez même en faire un rituel. Et si la réponse demande une recherche, alors vous pouvez attendre d'être arrivés à la maison.

Comment ça marche ?

Il sera plus prégnant encore pour votre petit bout d'amour de lui en faire la démonstration si vous le pouvez (boussole avec un bouchon de liège, sablier pour la ligne du temps, la non-existence d'une ombre de la flamme de la bougie ou de l'allumette sur le mur, etc.).

Et si cela n'est pas faisable, alors n'hésitez pas à lui montrer des émissions comme « C'est pas sorcier » ou « Les Cobayes » ou encore une démonstration sur YouTube ou dans un livre. Nous avons la chance de nos jours d'avoir une multitude de supports du savoir, autant les utiliser à bon escient.

Même si les questions comme les réponses sont très scientifiques, n'oubliez pas d'insister sur le fait que ces réponses ne sont valables qu'en l'état actuel des connaissances, car même la science change de paradigme parfois (la physique quantique en est le meilleur exemple qui soit).

De temps à autre, laissez traîner quelques brochures ou livres qui pourraient l'intéresser sans montrer que cela vient de vous.

ÉVEIL 7 : Les micro-expressions

À partir de 7 ans

Le concept. Apprenez-lui à reconnaître les micro-expressions. Ces expressions faciales interviennent de façon furtive (0,25 seconde) juste avant que l'individu cache de façon consciente ce qu'il ressent. Elles trahissent ainsi des émotions qui peuvent être fort utiles à notre appréhension et interprétation d'un individu, d'une situation ou d'une problématique, et même dans certains cas peuvent faire office de détecteur de mensonges.

Nous en comptons sept. Voici quelques exemples non exhaustifs des signes de reconnaissance :

- la colère (lèvres pincées, yeux brillants, sourcils bas) ;
- le dégoût (menton contracté, nez plissé) ;
- la joie (yeux plissés, joues remontées, mouvement des lèvres vers les yeux) ;
- la peur (paupières et sourcils levés, lèvres tirées vers l'arrière) ;
- la surprise (sourcils levés, yeux écarquillés, bouche ouverte) ;
- le mépris (un côté de la lèvre légèrement pincé et levé) ;
- la tristesse (paupières et coins des lèvres tombants, regard dans le vide).

L'intérêt. Les décrypter sera pour votre enfant une mine d'informations sur ses interlocuteurs, et ce, peu importe leurs culture, pays, sexe et âge. Les micro-expressions sont valables pour tous. Vous trouverez de nombreux articles, sites internet (www.institut-pandore.com) et vidéos qui vous les apprendront.

Tout comme il y a une différence notoire entre les paroles et les gestes d'un individu, les émotions que l'autre nous montre ne sont pas toujours congruentes avec ce qu'il ressent vraiment. Certaines expressions du visage peuvent nous alerter de toute dissonance et cet apprentissage rend beaucoup plus attentif à l'autre.

LE TEST DE STROOP

JAUNE

BLEU

ORANGE

NOIR

ROUGE

VERT

VIOLET

JAUNE

ROUGE

ORANGE

VERT

NOIR

BLEU

ROUGE

VIOLET

VERT

BLEU

ORANGE

ÉVEIL 38 : Appeler les secours

Dès 3 ans

Le concept. Savoir évaluer une situation de crise, déterminer les options et passer à l'action si nécessaire en appelant les secours.

La première chose que vous devez savoir est qu'il ne faut retenir qu'un seul numéro : le 112 (et non le 18). Ce numéro est international et donc plus pertinent.

Vous pouvez par ailleurs vous renseigner sur le site de la Croix-Rouge, qui recommande cet apprentissage dès l'âge de 3 ans et propose des stages adaptés.

Ce qu'il faut retenir :

- Apprenez à vos enfants le numéro d'urgence : **112**.
- Apprenez-leur à rester calmes et à détailler la situation le plus simplement possible (maman est allongée et ne bouge plus, par exemple). Préparez-les aux questions que pourrait poser son intervenant : est-il(elle) seul(e) dans la maison ? Quel âge a la victime, respire-t-elle (en posant sa main sur son torse) ? Y a-t-il des voisins à proximité ? etc.
- Apprenez-leur à retenir l'adresse de la maison ou à demander de l'aide aux voisins en cas de besoin (s'ils savent lire, inscrivez l'adresse de la maison quelque part).
- Montrez-leur comment fonctionne le téléphone fixe ou votre téléphone portable (comment accéder au mode urgence sans détenir le code de déverrouillage, comment composer le numéro, etc.).

CHEFS-D'ŒUVRE DE CURIOSITÉS

Quelques perles en vrac

« Maman, est-ce que les rhinocéros sont des licornes de combat ? »

ENTENDU DANS LA RUE.

« Papa, pourquoi les gens qui montent au ciel quand ils meurent, on les voit pas quand on prend l'avion ? »

GABRIEL, 4 ANS.

« Maman, pourquoi je grandis vite alors que mon âge passe lentement ? »

THÉO, 5 ANS.

« Papa, tu as eu une maman, ta maman a eu une maman, la maman de ta maman a eu une maman. Mais qui était la maman d'avant la première ? »

PAUL-ARTHUR, 5 ANS.

« Maman ? C'est où la retraite ? »

THÉO, 5 ANS.

« Papa, pourquoi tu achètes de l'argent ? »

MATHIEU, 6 ANS, DEVANT UN DISTRIBUTEUR.

« Maman, j'étais où avant d'être dans ton ventre ? »

TÉO, 4 ANS.

« Tata, j'aurai quel âge quand je serai grand ? »

MILO, 5 ANS.