

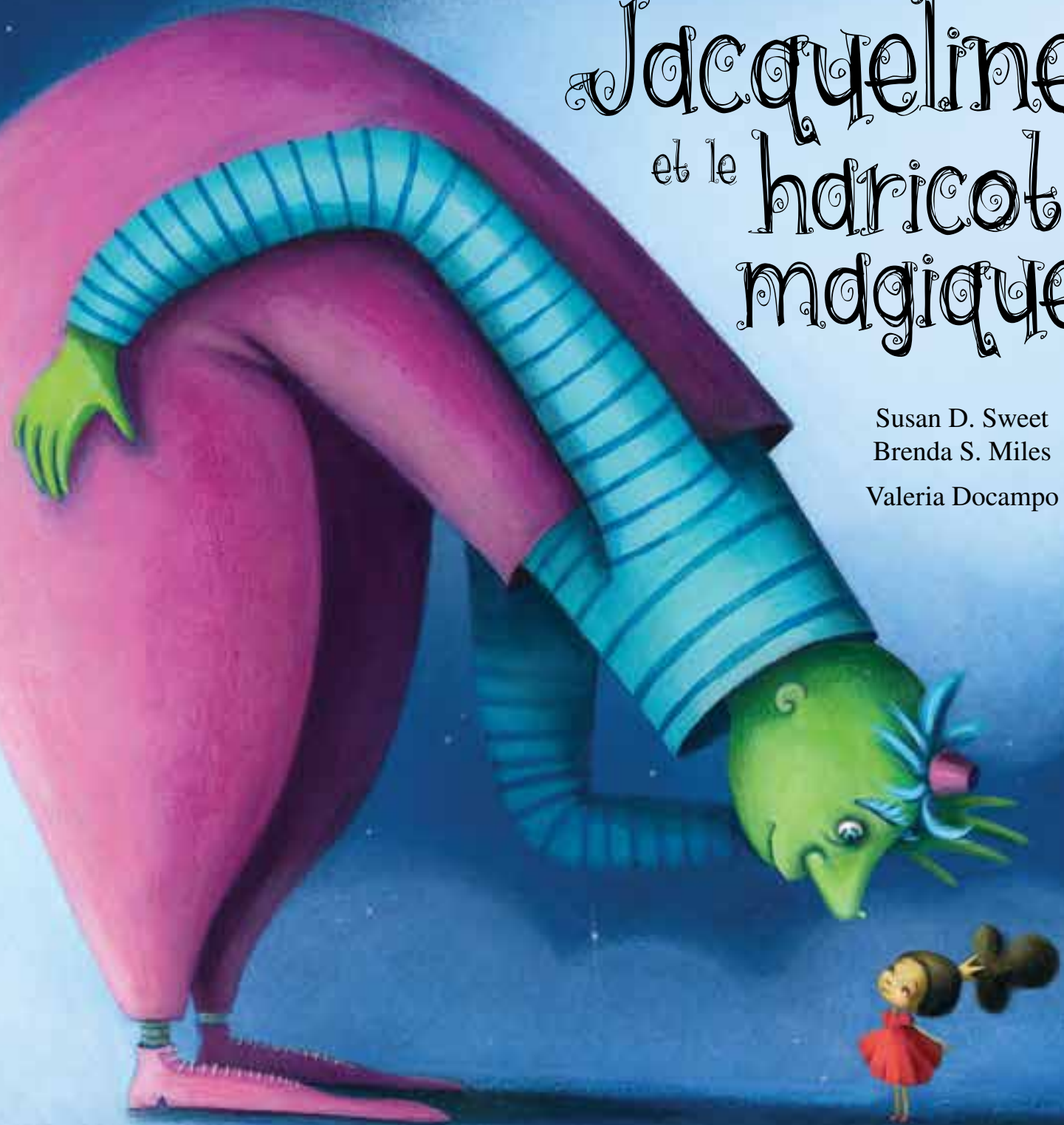
COLLECTION Dre NADIA, psychologue ★ LES PEURS

Jacqueline et le haricot magique

Susan D. Sweet

Brenda S. Miles

Valeria Docampo



Dominique et compagnie

Jacqueline et le haricot magique



Texte :
Susan D. Sweet
Brenda S. Miles

Illustrations :
Valeria Docampo

Traduction :
Françoise Robert

Dominique et compagnie



À propos de la collection Dre Nadia, psychologue

« En tant que psychologue, j'utilise souvent la littérature jeunesse dans mon travail. Certains livres peuvent être de formidables outils pour orienter la discussion avec un enfant afin de l'aider à mettre des mots sur ses émotions et à s'ouvrir sur certaines de ses difficultés, ou encore pour lui transmettre un message positif permettant de lui redonner espoir et confiance en lui et en l'avenir.

Avec cette nouvelle collection, je veux partager des histoires fortes accompagnées d'un guide de lecture et de nombreux outils pour aider les parents et les éducateurs qui veulent amorcer une conversation avec un enfant autour d'un sujet difficile.

Je vous propose de découvrir des livres déclencheurs de dialogues, d'apprentissages et de réflexions qui aideront adultes et enfants au quotidien. »

Dre Nadia Gagnier,
psychologue

Préface

Jacqueline est une petite princesse très courageuse, mais surprotégée. Elle aimerait bien pouvoir regarder les amuseurs de rue, danser au bal et laisser le sympathique dragon du royaume griller ses guimauves, mais ses chevaliers surprotecteurs l'en empêchent !

Heureusement, Jacqueline parvient à convaincre tous les habitants de son royaume, ses chevaliers et même un véritable géant que tant que nous n'affrontons pas nos peurs, nous ne pouvons pas vérifier si elles sont fondées ou non. Et si elles ne le sont pas, le fait de les éviter nous condamne à les conserver pour toujours !

Cette magnifique histoire illustre bien à quel point les peurs peuvent parfois être irrationnelles et paralysantes. Sans être moralisatrice, Jacqueline nous donne une belle leçon sur les pièges de l'évitement. Son courage et son attitude rationnelle nous invitent à affronter la vie et à prendre des risques sains. Sinon, à force de fuir, d'éviter et de se protéger, on ne voit plus rien et on ne fait plus rien. C'est alors la peur qui nous contrôle, et non l'inverse. Et on s'empêche de jouir de la vie !

Est-ce que les chevaliers représentent le discours intérieur d'un enfant anxieux, ou plutôt l'attitude de parents surprotecteurs ? À vous de décider... et c'est là tout le génie de ce conte moderne ! Un enfant et son parent peuvent lire cette histoire tout autant pour discuter des peurs du jeune que pour aborder la surprotection de l'adulte !

La douce Jacqueline est parvenue à calmer les peurs d'un géant, de ses chevaliers et même de tous les habitants de son royaume... Elle réussira sans doute à vous convaincre, vous et l'enfant que vous accompagnerez dans cette lecture, de l'importance d'identifier vos peurs, de les remettre en question et

de les affronter. Elle vous inspirera sûrement l'idée d'être plus ouvert(e) à la différence et à l'inconnu, même s'il est normal qu'ils puissent parfois être un peu déstabilisants. L'important, c'est de ne pas prendre ses premières impressions pour des vérités, et de se donner le temps d'apprivoiser la nouveauté!

Avant de lire ce livre à un enfant :

- Lisez-le d'abord seul(e) quelques fois et réfléchissez aux peurs irrationnelles que vous avez déjà ressenties. Les identifier vous permettra d'expliquer à l'enfant qu'éprouver une frayeur injustifiée peut arriver à tout le monde, en lui citant votre propre exemple. Si possible, soyez prêt(e) à lui raconter comment vous avez réussi à surmonter cette peur.
- Demandez-vous quelles sont les peurs de votre enfant. Ainsi, si ce dernier réagit à l'attitude des chevaliers ou à celle du géant, vous pourrez lui demander si, tout comme eux, il lui arrive d'avoir peur et de vouloir éviter des situations que d'autres personnes ne semblent pas craindre. Préparez-vous à répondre de façon chaleureuse et rassurante à l'enfant qui reconnaîtra ses propres réactions dans l'attitude des chevaliers ou du géant. Il aura besoin de se faire expliquer que la peur est une émotion normale et utile devant un danger réel. C'est cette émotion qui nous aide

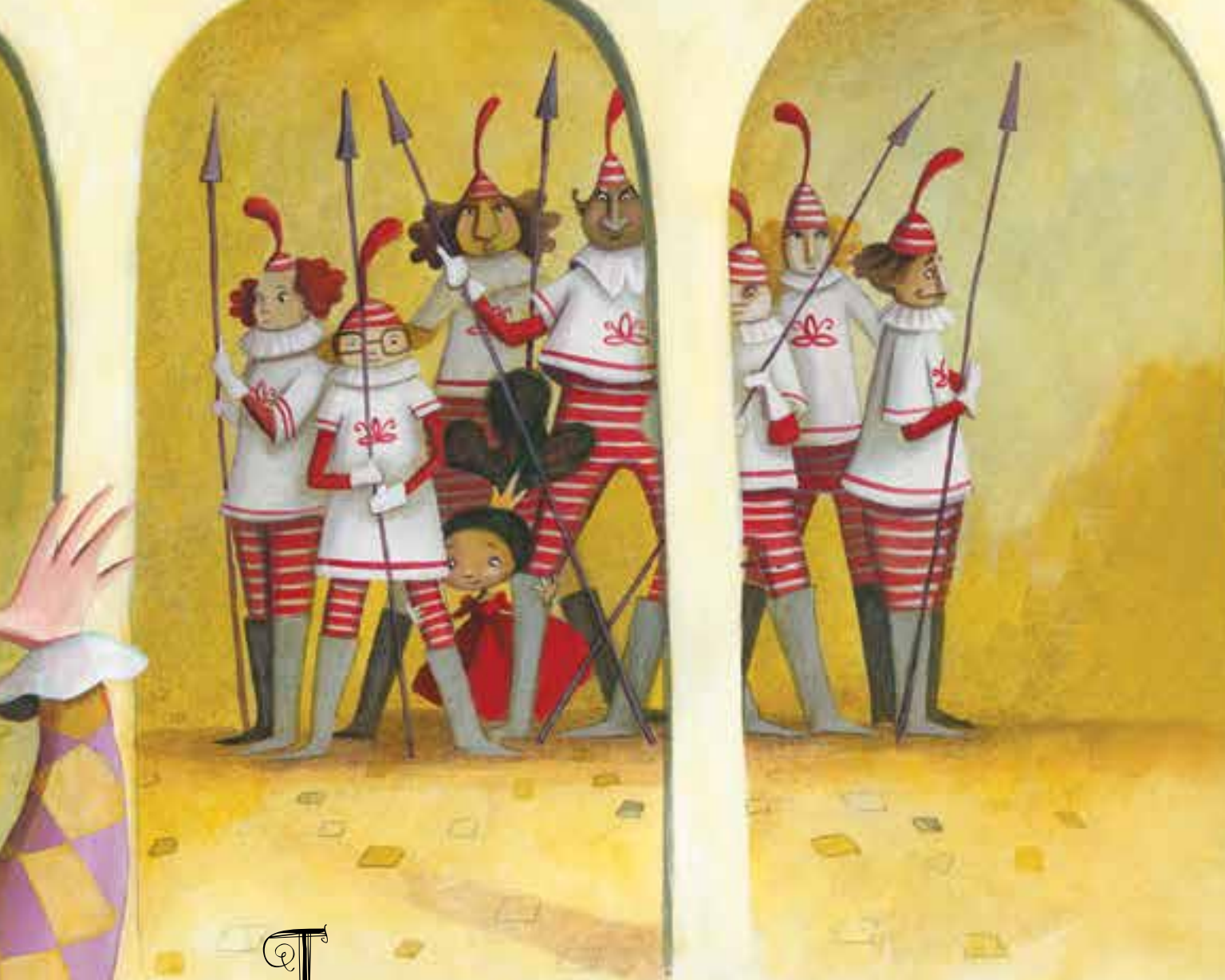
à avoir des réflexes de protection. Dites-lui aussi que tout le monde peut tomber dans le piège de craindre quelque chose qui est inoffensif.

- Si l'enfant n'a que peu ou pas de peurs irrationnelles, préparez-vous à lui expliquer pendant la lecture que même si la peur d'une personne est dirigée vers quelque chose de « faussement dangereux », elle n'en est pas moins réelle. Il ne faut donc jamais se moquer d'une peur en la banalisant.

Il est possible qu'un enfant réagisse à l'histoire en disant que l'attitude de ses parents et celle des chevaliers surprotecteurs de la princesse se ressemblent. Dans ce cas, préparez-vous à lui expliquer que c'est vraiment le rôle des parents de protéger leurs enfants des dangers réels de ce monde. Mais, comme c'est le cas pour certains enfants, il arrive que des adultes, des parents aient des peurs exagérées, ce qui les amène à protéger leurs enfants de « faux » dangers. Si c'est votre cas, il est sain de faire votre mea culpa de « papa poule » ou de « maman poule »... mais il ne faut pas en rester là ! Une petite remise en question s'impose, afin d'éviter que votre anxiété devienne contagieuse.

Madia Hagnier



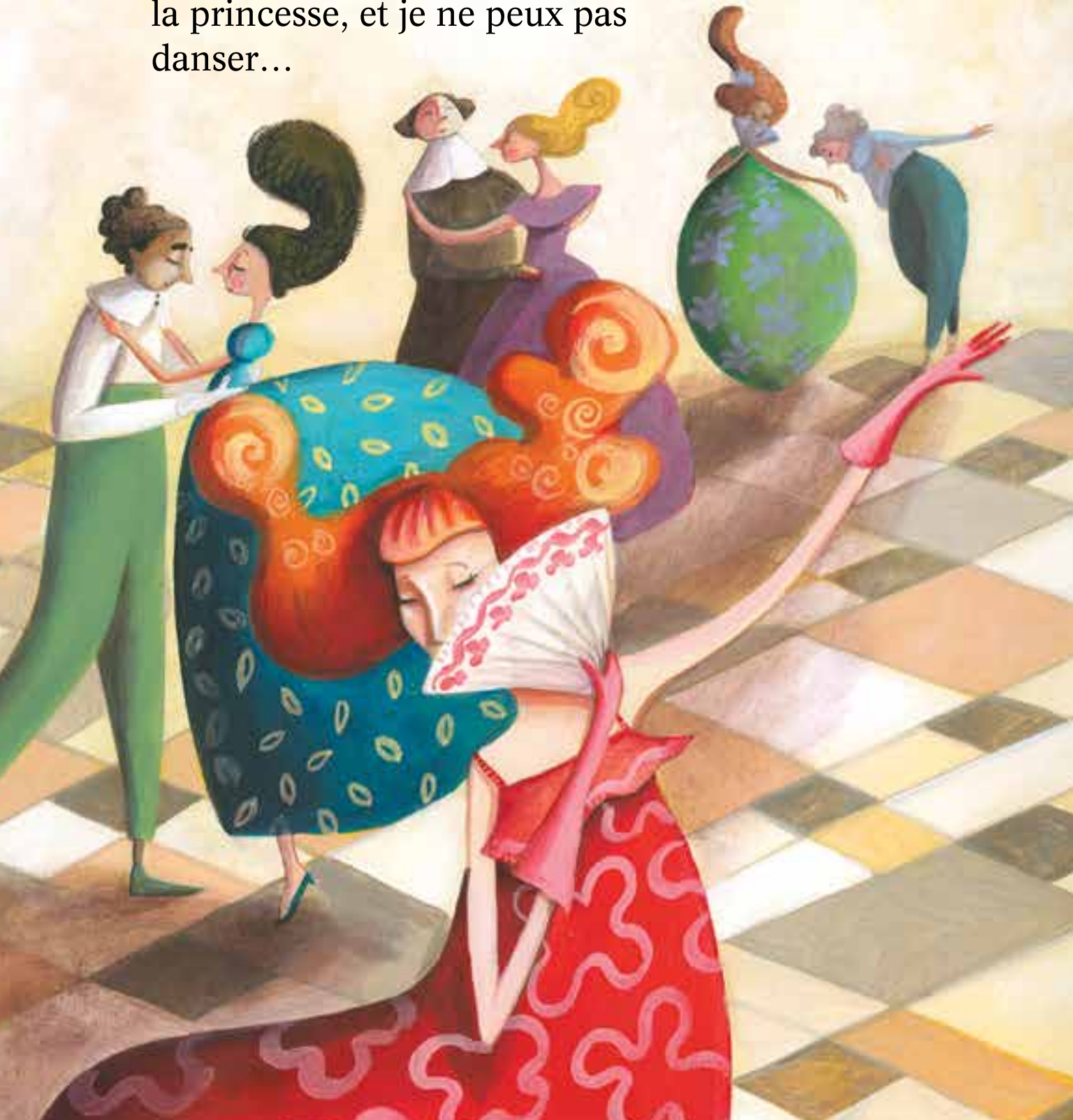


Ll était une fois une princesse nommée Jacqueline. Les chevaliers du roi veillaient sur elle sans répit, la protégeant de tous les dangers... même lorsqu'il n'y en avait aucun !

- Lances et boucliers levés !
Il pourrait y avoir un danger !
- Mais il pourrait aussi ne pas y en avoir, dit la princesse, et je ne peux rien voir !



– Lances et boucliers levés! Il pourrait y avoir un danger!
– Mais il pourrait aussi ne pas y en avoir, répéta la princesse, et je ne peux pas danser...





– Lances et boucliers levés !
Il pourrait y avoir un danger !



– Mais il pourrait aussi ne pas y en avoir, dit une fois de plus la princesse, et je ne peux pas faire griller ma guimauve !