

AIDER MON ENFANT QUI A PEUR SUR SES SKIS

Vous voici en vacances à la montagne en famille... Vous avez inscrit votre enfant à des cours de ski, et vous vous imaginez dévaler les pentes tous ensemble d'ici quelques jours ! Mais rien à faire, votre enfant est en panique dès qu'il monte sur ses skis. Comment réagir ? Nos conseils.

C'est vrai que quand on est soi-même passionné de ski, on voudrait que son enfant le soit aussi, c'est bien naturel. Mais **lui apprendre à skier**, c'est un peu comme enlever les deux petites roues à son vélo. Il faut beaucoup s'exercer et être prêt à tomber un bon nombre de fois avant de savoir bien se débrouiller. Ajoutez le froid, la fatigue physique... Si votre enfant **n'est pas attiré par ce sport**, il risque de ne pas être spécialement emballé...

On ne force pas un enfant à skier

Même si, malgré tous ses efforts et vos encouragements, votre enfant n'accroche pas, **ne l'obligez pas à chausser des skis**. Vous risqueriez de l'en dégoûter pour de bon. Mieux vaut attendre qu'il soit un peu plus grand pour faire une nouvelle tentative. Car autant il est important pour un enfant d'apprendre à nager – pour sa sécurité –, autant rien ne presse pour le faire dévaler les pistes. En attendant, pourquoi ne pas essayer **les balades en raquettes** ? C'est une activité bien plus abordable pour les débutants et qui permettra à votre enfant, autant que sur des skis, de se dépenser, de respirer le bon air et de découvrir de splendides paysages, traces d'animaux... De même que le ski joëring : sur des skis, mais en terrain plat, l'enfant se laisse tirer tout doucement par un poney.

En choisissant votre station de ski, vous avez bien vérifié qu'elle proposait des **cours de ski pour les jeunes enfants**. Ainsi, votre enfant pourra s'amuser et s'initier aux plaisirs des sports d'hiver, en étant bien encadré. Et vous en profiteriez pour vous adonner à votre passion l'esprit tranquille. Seulement voilà, le premier matin, **il refuse catégoriquement de vous quitter**. Le soir venu, les moniteurs vous expliquent, navrés, qu'il a pleuré toute la journée. Et qu'ils voient mal comment le reprendre dans de telles conditions. Mais pourquoi a-t-il passé une si mauvaise journée ?

Profitez de la montagne en famille

Même s'il se fait facilement des copains au parc et n'a pas eu de problème d'intégration à l'école maternelle, ici, le contexte est très différent. Du jour au lendemain, vous avez introduit une multitude de **nouveautés et de changements** dans son univers : encadrement, camarades, lieu, activités... Et même les vêtements pour le ski : combi de ski, moufles, casque... Votre enfant a besoin d'un peu de temps pour s'habituer.

Généralement, après une bonne nuit de sommeil et beaucoup de dialogue, les choses s'arrangent. Mais si cette deuxième tentative se solde par un échec, pas la peine d'insister. Peut-être votre enfant cherche-t-il simplement à vous faire comprendre qu'il a envie de **passer plus de temps avec vous** ? Arrangez-vous avec son papa pour **skier à tour de rôle**. Si les cours de ski ne l'intéressent pas, c'est peut-être aussi parce qu'il n'a pas envie de se retrouver de nouveau en collectivité. Pendant les vacances, **il veut profiter de ses**

parents ! Ensemble, **découvrez la montagne autrement** : balades, tours aller-retour en télésiège, visites de fromageries des alentours... Et le soir, allez déguster ensemble les **recettes régionales** : une bonne tartiflette ou une tarte aux myrtilles vont peut-être le réconcilier avec la montagne !

Et rassurez-vous, l'an prochain, il aura grandi et sera peut-être plus partant pour des **vacances à la neige**. Si ce n'est pas le cas, ne le forcez pas : confiez-le plutôt à ses grands-parents, chez qui il se sent bien. Après tout, l'important, c'est de **passer des bonnes vacances**, pas d'accomplir des exploits !

Auteur : Aurélia Dubuc

A lire aussi

- A 3 mois et demi, un bébé sait lire la peur sur les visages
- Priver les parents d'enfants violents d'allocations : les réactions à cette proposition
- Fessée : Agnès Buzyn soutient le projet de loi sur son interdiction
- Le nouveau Parents est sorti !
- Les enfants aiment lire la presse jeunesse

Auteur : La Rédaction