

Réprimande positive des jeunes enfants

La réprimande a pour but d'enseigner aux enfants les règles et les valeurs de notre société et de les aider à se contrôler eux-mêmes pour devenir des adultes responsables et heureux.

La présente brochure a été rédigée en utilisant les informations fournies par la Ligue pour le bien-être de l'enfance du Canada et « Parents pour la vie », grâce au soutien de la Fondation de psychologie du Canada et de Kodak Canada.



Supporting. Protecting. Caring. Together.
Soutien. Protection. Bienveillance. Ensemble.

La société d'aide à l'enfance de Peel pense que les techniques positives de réprimande devraient être utilisées au lieu de la fessée et d'autres formes de punition corporelle qui peuvent entraîner des blessures physiques et émotionnelles ainsi que des troubles du développement. Même des réprimandes verbales peuvent causer des dommages émotifs à un enfant. Des commentaires tels que « Tu es méchant » par exemple, peuvent nuire à son estime de soi.

Établissement d'une relation

Avant de vous pencher sur les situations qui exigent de réprimander votre enfant, il faut établir avec celui-ci une relation basée sur l'amour et la confiance. Le stade du nourrisson est le meilleur moment pour établir une relation avec votre bébé, mais il n'est jamais trop tard pour commencer. Établir une relation parents-enfants en prodiguant de l'amour et des caresses, en passant du temps ensemble, en respectant les sentiments de votre enfant, en gardant vos promesses, en vous excusant lorsque c'est nécessaire et en vous amusant ensemble.

Mettez une routine en place

Les routines quotidiennes aident les enfants de tout âge à se sentir en sécurité. Faites en sorte que les repas, les couchers et les activités de la semaine soient similaires pour introduire de la régularité dans la vie de l'enfant.

La fin de la journée est un moment rempli

de tension pour les parents et les enfants. C'est le moment où la plupart des confrontations ont lieu. Évitez la crise en fin de journée en maintenant une routine pour le coucher, ce qui comprend réserver un temps seul(e) avec son enfant pour l'aider à dénouer ses émotions.

Réorientation et accès de colère

- Les jeunes enfants ont la mémoire courte. Rappelez-leur doucement les règles pour les aider à les apprendre.
- Offrez à votre enfant un jouet ou une autre activité pour le distraire et lui éviter de ne pas respecter les règles.
- Si votre enfant est frustré ou incapable de résoudre un problème, essayez une activité différente. Cela réduira la possibilité qu'il fasse un accès de colère.
- Si votre enfant commence à perdre le contrôle, approchez-vous de lui et placez votre bras autour de lui.
- Si cela l'irrite encore plus, relâchez, restez calme et attendez que votre enfant se calme.
- Les accès de colère effraient les enfants. Soyez prêt(e) à les reconforter après.

Conséquences

Situations sécuritaires

Laissez les enfants faire l'expérience des conséquences des gestes qu'ils posent si cela est sécuritaire.



Par exemple, « Si tu ne peux pas t'amuser avec les blocs sans les lancer, je te les retire ». Donnez suite et retirez les blocs si l'enfant continue de les lancer. Cela les aide à apprendre que leurs gestes sont suivis de conséquences.

Situations non sécuritaires

Si votre enfant se comporte de manière non sécuritaire, retirez-le de la situation et expliquez-lui les conséquences plus tard. Un grand nombre de parents qui voient leur enfant s'aventurer dans la rue, s'élançant à sa suite, le saisissent et lui donnent la fessée. La recherche démontre que cela n'empêche pas la situation de se reproduire plus tard. Une fois l'enfant en sécurité, expliquez-lui simplement le risque auquel il s'exposait. Cela fera probablement en sorte que l'enfant en apprendra davantage sur la sécurité que sur la punition corporelle.

Temps mort

Si un enfant refuse de se conformer aux règles, laissez-le réfléchir en le mettant à l'écart. C'est une technique efficace pour les enfants âgés entre deux et douze ans. Suivez les étapes ci-dessous :

- 1) Mettez l'enfant à l'écart dans un endroit paisible pour qu'il se calme.
- 2) Expliquez-lui qu'on lui impose un temps mort en raison de son mauvais comportement.

3) Lorsque l'enfant se sent prêt à essayer de nouveau, ramenez-le vers son jeu.

4) Félicitez-le lorsqu'il fait preuve d'un comportement acceptable pour la première fois après un temps mort.

Prévention des mauvais comportements

- Faites de votre maison un endroit sécuritaire que votre enfant peut explorer et dans lequel il peut s'amuser.
- Gardez les objets dangereux ou précieux hors de sa portée.
- Prenez des jouets et des collations avec vous lorsque vous sortez avec votre enfant.
- Ne laissez pas la faim, la fatigue ou l'ennui assaillir votre enfant.

Établissez des règles simples et équitables.

Fixez des limites claires au comportement de votre enfant grâce à quelques règles simples. Mettez l'accent sur la sécurité – les règles doivent permettre aux enfants d'explorer et d'apprendre de manière sécuritaire. Ignorez ou acceptez les écarts de comportement mineurs.

Communiquez

Assurez-vous que votre enfant comprend ce que vous attendez de lui. Expliquez la raison qui justifie la mise en place de la règle lorsque l'enfant est capable de comprendre. Écoutez ce que votre enfant a à vous dire.

Soyez positif(ve)

Mettez l'accent sur ce qu'il faut faire, au lieu de ce qu'il ne faut pas faire. Le langage

positif fait en sorte que votre enfant réagira probablement de manière positive. Taquiner, injurier et insulter peut blesser autant que frapper. Ne faites pas de comparaisons négatives de votre enfant avec d'autres enfants.

Laissez-lui le temps de réagir

Les enfants n'aiment pas interrompre leurs activités préférées. Informez-les cinq minutes d'avance qu'ils devront éteindre la télévision et aller au lit ou ranger leurs jouets pour passer à table.

Soyez un bon modèle de rôle

Mettez en pratique ce que vous enseignez. Par exemple, ne frappez pas l'enfant parce qu'il a frappé quelqu'un.

Ressources destinées aux parents

Être un parent est la tâche la plus importante de votre vie. Certains parents aiment faire la rencontre d'autres parents, apprendre de nouvelles compétences, être à jour concernant les conseils parentaux et certains autres ont besoin d'aide.

Pour en savoir davantage sur les ressources à votre disposition, contactez votre unité de services de santé locale ou interrogez votre médecin au sujet des groupes et des ressources disponibles dans votre région ou encore appelez la société d'aide à l'enfance de Peel.

