



FICHE PARENT No 7¹



DISCIPLINE POSITIVE

C'est une méthode d'intervention qui permet à l'enfant d'apprendre de ses erreurs et qui l'amène graduellement à s'auto-discipliner.

Il vous faut avant tout déterminer les règles de votre famille (ex. : heure du coucher, langage, rangement, etc.) Attention : **maximum 5 règles** pour les enfants d'âge préscolaire. **Il est important que ces règles soient clairement comprises par l'enfant et qu'elles soient constantes.** L'enfant doit aussi connaître à l'avance la conséquence qui l'attend lorsqu'il transgresse une règle. **Cette conséquence se doit d'être logique**, soit :

Les trois « R » associés aux conséquences logiques

1. En **rapport** avec le comportement : les conséquences doivent être liées au comportement de l'enfant.
2. Appliquées avec **respect** : l'enfant ne doit pas être blâmé ou humilié pour son comportement.
3. **Raisonnables** : les conséquences doivent être raisonnables du point de vue de l'enfant.

¹ DOCUMENT CRÉÉ PAR LE CPE La Girouette inc., Informations puisées dans la revue Interaction printemps 2001 « Imposer une discipline dans un monde chaotique » et dans la formation du « Programme éducatif » donnée par Denise Bricault.

Si l'une ou l'autre des conditions ci-dessus n'est pas suivie, par exemple si l'enfant se sent puni injustement, il risque de chercher l'un des quatre « R » associés à la punition.

Quatre « R » associés à la punition

1. **R**evanche : je me vengerai.
2. **R**ébellion : je ne ferai pas ce qu'on me demande.
3. **R**essentiment : je ne ferai plus confiance.
4. **R**etraite : je suis mauvais (ce qui réduit l'estime de soi).



Exemples de règles et de conséquences logiques :

- Je parle doucement. Lorsque je crie, je n'obtiens pas ce que je veux ou je ne suis pas écouté.
- Je range mon jeu quand j'ai fini. Lorsque je ne range pas mon jeu, je ne peux en prendre un autre.

Pensez surtout à faire remarquer à votre enfant quand il respecte les règles!

Les expressions positives suivantes peuvent servir à encourager votre enfant dans n'importe quelle circonstance :

- Tu es capable de le faire!
- Tu as réussi comme tu le voulais!
- Je remarque que...
- Je vois que tu as utilisé...
- Raconte-moi ce que tu as fait.
- Tu as trouvé la solution!
- Tu as raison!
- Tu as trouvé une réponse!

