



VOTRE ENFANT ET VOUS ... COMMENT L'AIDER À CHEMINER DANS LA VIE

La discipline...ce mot qui spontanément horripile tous les parents !

On retrouve quelques définitions dans le Robert. Résumons le tout par : règle de conduite commune à une collectivité. La discipline est-elle un mal nécessaire ? Pourquoi a-t-elle si mauvaise presse ? Est-elle hantée par le fantôme des punitions et des châtiments corporels ? Tentons de la voir d'une autre façon.

Germain Duclos, psychoéducateur bien connu, nous dit qu'éduquer un enfant se résume essentiellement à satisfaire ses besoins de développement et à lui transmettre des valeurs, mais qu'il ne faut pas confondre besoins et désirs ! La transmission des valeurs s'effectue par l'exemple et par des règles de conduite.

Force est de constater que tous les enfants ne naissent pas tous égaux dans la vie. Certains sont plus désirés que d'autres. Certains débutent dans la vie avec des handicaps ou des maladies qui les feront tituber. Certains vivent dans des environnements physiques et/ou émotionnels plus favorables que d'autres. Peu importe ces facteurs, tous auront besoin d'un guide, d'un tuteur, d'un cadre pour optimiser le potentiel qui leur est attribué.

Chaque enfant vient au monde avec un vécu de quelques mois dans un climat plus ou moins favorable. Par la suite, il développera sa personnalité au gré des expériences de la vie qui s'offrent à lui. Pourquoi ne verrait-on pas le rôle de parents comme celui d'une rampe de lancement vers l'objectif idéal : un adulte épanoui et dont la réalité d'adulte correspond à son potentiel intrinsèque ? L'enfant a besoin de sentir qu'il est en sécurité afin d'avoir le goût d'explorer et de se développer. S'il doit assurer sa propre survie, il fonctionnera sur l'instinct et ne pourra autant utiliser ses capacités à des fins positives pour lui et son environnement.

Le fait d'établir des limites claires, constantes et prévisibles dans le temps et l'espace fournit à l'enfant un cadre rassurant dans lequel il n'a pas à se poser constamment des questions sur ce qu'il peut ou ne peut pas faire, sur ce qui est bien ou moins bien, sur ce qui est acceptable ou moins tolérable. Ce cadre sera plus étroit ou plus large selon les valeurs ou la philosophie de chaque parent. Tout dépend des valeurs personnelles que le parent a intégré et veut transmettre à son enfant afin d'être un adulte fonctionnel dans la société de demain.

Selon l'âge de l'enfant, ce cadre se manifestera par des actions différentes adaptées au niveau de développement de l'enfant. On utilisera les moyens suivants : le temps de retrait (ou coin de la mauvaise humeur !), le principe des conséquences en fonction de l'événement perturbateur, le système des 2 choix proposés par l'adulte, pour en venir à une saine négociation, libre d'obstination et basée sur le respect des individus et de l'autorité.

Tout ceci peut sembler simple et compliqué à la fois. Nous n'avons qu'à nous rappeler que NOUS sommes l'adulte qui doit réfléchir et ne pas demander trop jeune à notre enfant de réfléchir en adulte; cela lui enlève son temps de jeu d'enfant, son temps pour se développer et assouvir sa curiosité naturelle ! Quand un enfant doit constamment se demander s'il peut ou non faire telle chose, si son parent sera d'humeur à accepter certaines actions, si les conséquences annoncées seront effectuées, comment ne pas comprendre qu'il soit plutôt sur le mode de vérifier (le testing) les limites à répétition. Son comportement semblera opposant mais dans le fond, il veut savoir jusqu'où il peut aller et ne s'arrêtera que lorsqu'il le saura...souvent quand ses parents crieront s'ils ont trop attendus pour se faire écouter. Il ne faut pas que l'enfant agisse en réaction à une peur de l'adulte mais plutôt en fonction du respect inspiré par son parent, respect de l'autorité juste et conséquente que le parent a utilisé avec lui depuis sa tendre enfance. Se rappeler que les enfants...n'ont que le pouvoir qu'on leur donne !

En tant qu'adulte et comme couple, on doit cibler certaines priorités selon l'âge de l'enfant, notre contexte de vie et nos valeurs. On ne peut agir sur tous les comportements négatifs à la fois sinon la vie familiale ne semble qu'une lutte quotidienne pénible. Mais il faut par-dessus tout que votre enfant ressente que vous l'aimez et l'appréciez. Souligner tous les efforts qu'il fait et non les résultats. Servez lui de modèle constructif : un être qui peut se tromper, qui peut demander de l'aide sans penser qu'il est un incapable pour autant, qui n'est pas assujéti à la performance à tout prix. Montrez-lui à apprendre en s'amusant, à se dépasser lui-même et à avoir ainsi, le goût d'une saine compétition.

Ce sont quelques-uns des moyens à la portée des parents pour aider leur enfant à développer une bonne estime de lui-même, passeport d'une vie adulte sereine. En donnant une base solide à nos enfants, nous leur servons de tremplin pour devenir des adultes autonomes et responsables dans la société. Les parents eux aussi vont trébucher dans tout ce processus car le cours 101 du supposé bon parent n'existe pas : cela s'apprend sur le terrain, au gré des intempéries de la vie et teinté de ses propres expériences d'enfant ainsi que de sa capacité à rebondir face aux difficultés. La culpabilité de travailler au lieu d'être à la maison de même que la peur de répéter certaines attitudes relationnelles parent-enfant que l'on n'appréciait pas quand on était petit, pousseront parfois à tolérer certaines attitudes; cela abaissera le rôle de parent-guide à celui de copain-complaisant, beaucoup moins sécurisant pour l'enfant. Après tout, Les panneaux de circulation peuvent sembler contraignants, mais ils ont une utilité bien démontrée ! Finalement, rappelez-vous qu'il y a encore un enfant qui sommeille en chacun de nous et module nos attitudes.

Bonne route : chemin d'amour et de tendresse respectueux de l'individualité de chacun !

Renée-Claude Duval

Pédiatre

Références intéressantes pour compléter:

===== .

1. Parent responsable, enfant équilibré, F. Dumesnil, Ed. de l'homme, 2002
2. L'estime de soi, un passeport pour la vie, G. Duclos, Collections Parents, Hôpital Ste-Justine