



Pourquoi faut-il éviter de donner la fessée?

Y'a personne de parfait

Les toutes premières années de la vie d'un enfant sont les plus importantes pour sa croissance et son développement en bonne santé. Les jeunes enfants ont besoin de sécurité, de protection et de beaucoup d'amour pour se sentir bien dans leur peau et établir de bonnes relations avec les autres. C'est facile lorsque leur comportement correspond à nos attentes. Mais que faut-il faire s'ils ne font pas ce que nous leur demandons?

Les parents ne savent pas toujours comment réagir au comportement de leur enfant. Il arrive à plusieurs parents d'être tentés de donner la fessée à leur enfant.

Mais en fait, la fessée ne fonctionne pas. Dans la présente brochure, nous expliquons pourquoi il en est ainsi et nous donnons quelques conseils sur la façon de discipliner les enfants sans avoir recours à la fessée.

La discipline ne commence qu'au moment où l'enfant est assez vieux pour la comprendre. Les bébés n'ont pas besoin de discipline.

Il ne faut jamais secouer un bébé ni lui donner la fessée.

Qu'est-ce que la discipline?

Tous les enfants ont besoin que leurs parents les guident et leur indiquent comment se comporter. Ce sont ces conseils que nous appelons la « discipline ».

Les enfants ont besoin de temps pour apprendre ce qu'ils doivent et ne doivent pas faire. Ils apprennent en observant leurs parents et leur entourage, et en recevant des directives claires - « Les jouets doivent être rangés sur l'étagère » - ils apprennent également lorsqu'on les félicite et qu'on encourage leurs efforts.

La discipline aide les enfants à acquérir le sens des responsabilités et la maîtrise de soi, et à distinguer le bien du mal. Elle favorise l'estime de soi de l'enfant, l'encourage à faire mieux et renforce le lien parent-enfant.

Pourquoi la fessée est-elle inefficace?

La fessée n'est pas une forme de discipline efficace, même si certaines personnes peuvent penser le contraire.

La fessée peut engendrer la colère et le ressentiment et miner la confiance des enfants envers leurs parents. La fessée enseigne qu'il est acceptable de frapper les autres. À long terme, la fessée contribue à aggraver un comportement indésirable, et non à l'améliorer.

Ne donnez jamais la fessée! Ça ne fonctionne tout simplement pas - ni pour l'enfant ni pour le parent.

Quelles sont les méthodes efficaces?

Ce qu'il faut, c'est renforcer la confiance de votre enfant et son aptitude à résoudre les problèmes. Il importe de tenter de déterminer les raisons du comportement de votre enfant :



- ennui •fatigue •faim •frustration
- nervosité •incapacité d'exprimer verbalement ses émotions
- incompréhension
- découragement •peur
- maladie •douleur physique
- interruption soudaine d'une activité

Une fois que vous aurez compris les raisons du comportement de votre enfant, vous pourrez plus facilement maîtriser la situation sans vous mettre en colère. **Voici quelques conseils pour vous aider à faire face à des situations courantes :**

Les bambins veulent toucher à tout

C'est ainsi qu'ils font l'apprentissage du monde. Donner une tape sur la main d'un enfant, c'est lui apprendre qu'il faut craindre le monde, ne pas tenter de l'explorer ni de le comprendre. Le recours au « hors-jeu » n'est pas indiqué chez les enfants de moins de deux ans.

Essayez plutôt : de mettre les objets dangereux hors de la portée de l'enfant • de détourner son attention avec un jouet sans danger • d'utiliser des mots comme « chaud », « piquant », « ouille! » pour informer du danger • de surveiller attentivement votre enfant • de faire en sorte qu'il se trouve toujours dans un endroit sûr où vous pouvez le voir.

Votre enfant d'âge préscolaire fait-il des crises de colère?

Souvent, les jeunes enfants piquent une colère parce qu'ils sont frustrés et qu'ils ne peuvent maîtriser leurs émotions. Il arrive que ces accès de colère les effraient. Leur donner la fessée contribuera simplement à les effrayer davantage.

Essayez plutôt : de rester près de votre enfant • de veiller à sa sécurité • de rester calme et impassible • de respirer à fond. Lorsque l'enfant s'est calmé, utilisez des phrases comme « Tu étais vraiment fâché! ». Montrez-lui comment surmonter les sentiments de colère sans hurler ni frapper.

Quelques conseils pour aider votre enfant à bien se comporter

Créez un foyer où règnent l'amour et le respect.

Donnez le bon exemple.

Mettez l'accent sur la prévention.

Déterminez ce qui est vraiment important et énoncez quelques règles claires et constantes.

Dites à votre enfant ce que vous attendez de lui.

Félicitez votre enfant de ses efforts, même si tout n'est pas parfait.

Respectez le besoin de votre enfant de grandir et d'explorer.

Surveillez de près votre enfant, de façon à pouvoir corriger un comportement avant qu'il ne s'aggrave.

Ignorez les écarts de conduite sans gravité.

Veillez à ce que votre enfant et vous ayez suffisamment de sommeil.

Veillez à ce que votre enfant et vous consommiez régulièrement des aliments nutritifs.

Enfin, et surtout, amusez-vous avec votre enfant!



Si vous vous sentez en proie à la colère :

assurez-vous que votre enfant est en sécurité;

prenez quelques minutes pour vous maîtriser, puis parlez calmement à votre enfant;

appelez quelqu'un qui comprendra.

Les parents sont continuellement en apprentissage. Tous les parents ont besoin de conseils et d'appui. Rappelez-vous... Y'a personne de parfait!

Où s'adresser pour obtenir de l'aide :

Assistance Parents (1-888-603-9100) offre aux parents et aux intervenants auprès des jeunes de l'information, du soutien et des services d'aiguillage, et ce tous les jours, 24 heures sur 24, 365 jours par année. Ce service est anonyme, bilingue et gratuit partout au Canada. Vous pouvez aussi communiquer avec :

Votre médecin de famille ou une infirmière

Le service local de santé publique

Les services d'aide à l'enfance

Organismes communautaires famille

Les organismes de services à l'enfance et à la famille

Les programmes de formation au rôle de parent, comme **Y'a personne de parfait**

Les centres d'amitié autochtones, les organisations des Premières nations, des Métis et des Inuits

Les centres multiculturels ou les centres destinés aux nouveaux arrivants

Pour obtenir gratuitement des exemplaires de cette brochure, communiquez avec :

Centre national d'information sur la violence dans la famille

1907D1 Pré-Tunney, Ottawa (ON) K1A 1B4

Téléphone: 1(800)267-1291 ou (613)957-2938

ATME: 1(800)561-5643 ou (613) 952-6396

Télécopieur: (613) 941-8930

Site web: www.hc-sc.gc.ca/nc-cn

