

La discipline familiale. Une discipline Éducative.

Par Jean Bourque,

M. Éd. Orthopédagogue formateur, conférencier et auteur
Intervenant à Éducation Coup-de-Fil.

Plan de la présentation

- A. Introduction: un peu d'histoire, les approches humanistes.
- B. Besoins de l'enfant et des parents: la discipline est-elle nécessaire?
- C. La discipline est difficile (les pièges de l'amour).
- D. Mais ... la *discipline* ! Quelle discipline?
... contrôlante? (hostilité, blâme);
... permissive? (surprotection, copain-copain);
... **active et éducative!** (affirmation de soi, autonomie).
- E. Un modèle de discipline basé sur l'affirmation de soi et l'autonomie.
- F. Différence entre une punition et une conséquence.
- G. Faire de son mieux comme parents «en cause».
- H. Conclusion, période de questions.

La discipline familiale

Par Jean Bourque, orthopédagogue

La période des devoirs et des leçons est un temps durant lequel la discipline devient un atout important pour la réussite scolaire. La discipline familiale est un sujet délicat à aborder car il touche habituellement des valeurs très personnelles. La discipline familiale fait partie de l'intimité du foyer. Pour certains, le sujet de la discipline peut faire resurgir des images négatives telles punitions, châtiments, abus de pouvoir, souvenirs de situations plus ou moins agréables. Faire de la discipline n'est jamais agréable, mais nécessaire. Avec les approches humanistes telles la non-directivité et l'écoute active centrée sur les émotions, il y a eu des changements énormes sur le plan de la discipline. De la discipline de fer des années 50, la discipline d'aujourd'hui est devenue plus permissive et davantage basée sur la liberté, les droits et l'expression de soi.

Il est vrai que des règles trop rigides imposées dans un climat d'hostilité, de non-respect, de dénigrement ou de violence verbale et physique nuisent à l'épanouissement de tout être humain. C'est la discipline blâmante. À l'inverse, un modèle de discipline basé sur la permissivité contribuera tout autant à empêcher l'enfant de grandir. Le manque de discipline sera tout autant insécurisant pour l'enfant. Dans le cadre d'une discipline blâmante, l'enfant est dominé. Dans le cadre de la discipline permissive, les rôles sont inversés : l'enfant domine et le parent est dominé. L'enfant qui domine ses parents développera des difficultés de comportement, des difficultés à vivre les moindres frustrations. C'est la discipline de l'enfant-roi.

Il y a la discipline du «laisser-faire», il y a la discipline de «fer» et il y a la discipline de «faire» basée sur l'affirmation de soi comme parent. C'est la discipline «active». Éduquer signifie «mener l'enfant hors de l'enfance», c'est à dire vers l'autonomie. Le parent qui s'affirme, ne fait pas seulement expliquer et essayer de faire comprendre à son enfant. Il est capable de **faire** appliquer des règles pour arriver à un mieux-être personnel et social : par exemple, respecter les heures des repas, de coucher, d'étude; respecter les autres dans les paroles; prendre soin du matériel. Le parent qui s'affirme établit des règles et des conséquences claires qui sont annoncées à l'enfant. Ces conséquences sont autant faites d'encouragements et de valorisations que de restrictions et de retraits de privilèges. Le parent qui s'affirme ne craint pas de perdre momentanément l'amour de son enfant lorsqu'il met des interdictions.

Les règles et les conséquences sont établies sur la base des valeurs et des buts éducatifs qui font consensus entre les deux parents. Une bonne dose de communication est nécessaire pour en arriver à faire action commune, à avoir de la continuité dans l'application des règles-conséquences et à partager les rôles parfois ingrats de la discipline. De cette façon, les parents démontrent à l'enfant qu'ils partagent les mêmes règles et qu'ils s'appuient mutuellement.

Dans toute famille, qu'elle soit composée des deux parents, d'un seul ou qu'elle soit recomposée, les figures d'autorité devront être bien identifiées de façon à ce que l'enfant perçoive clairement la frontière inter-génération. Notez cependant que dans la situation d'une famille recomposée, un nouveau conjoint ou une nouvelle conjointe ne pourra remplacer le parent naturel de l'enfant. Une telle demande risquerait de placer l'enfant dans un conflit de loyauté envers son père ou sa mère. Par contre, il est important d'expliquer à l'enfant que le conjoint ou la conjointe partage la responsabilité de l'application des règles à la maison.

La discipline appliquée de façon éducative par des rôles clairs, des règles-conséquences justes et stables favorise un climat de sécurité pour les enfants. C'est sur la base de cette sécurité que les enfants peuvent acquérir la confiance nécessaire pour se développer intellectuellement, socialement et sur le plan affectif.

RÈGLEMENTS À LA MAISON¹

- a. Quels sont mes règlements à la maison (pour le coucher, les sorties, les repas, les devoirs, les comportements violents, le respect, etc.)?

- b. Ces règlements sont-ils connus ou cachés? _____

- Les règlements suivent-ils mon humeur?
- Viennent-ils de moi ou des autres?

- c. Les règlements reflètent-ils mes limites personnelles? _____

Les enfants nous connaissent et s'ajustent beaucoup plus facilement à nos limites personnelles qu'aux règlements. Par exemple, si l'enfant sent qu'il peut se coucher à 9 h 30, il y a de fortes chances qu'il ne respecte pas la consigne disant que l'heure du coucher est à 8 h.

- d. Quelles valeurs sont transmises par mes règlements?

Est-ce que mes valeurs sont dites? (Ex. Si je considère que l'effort et la persévérance sont des valeurs importantes, je le dis et je le montre dans mes comportements.)

*N.B. En tant que parent, je suis un modèle très important pour mon enfant.
Il apprend en me regardant faire et en regardant faire les autres.*

- e. Est-ce que les règlements de papa, de maman, de la gardienne, vont dans le même sens?

- f. Est-ce que je respecte moi-même mes règlements? _____

.../ SUITE PAGE SUIVANTE

¹ Le Cœur à l'École. Centre Mareibourg. Adaptation, Jean Bourque, orthopédagogue. 2009.

RÈGLEMENTS À LA MAISON (suite)

- g. Est-ce que selon l'âge de mon enfant, il peut remettre en question mes règlements ou participer à leur élaboration? _____

Soyons réalistes : Discuter les règlements ne veut pas dire les abandonner, mais le point de vue des enfants peut nous amener à les assouplir s'il y a lieu ou à les ajuster selon les besoins présents.

Les thérapeutes conjugaux-familiaux établissent que :

Avant 6-7 ans : les enfants ne comprennent pas les longues explications mais réagissent bien à un « non ferme » ou à un « ceci est gentil ».

De 7 à 12 ans : besoin de comprendre le pourquoi des règles familiales mais ne doivent pas avoir la possibilité d'argumenter pendant des heures pour les modifier.

Ils doivent plutôt saisir quelles conséquences suivront leurs comportements positifs ou négatifs.

Besoin d'être initiés à la prise de responsabilités (scolaires, domestiques,...).

Pré-ado et adolescence : capables de prendre des décisions personnelles au sein de la famille, négocier certains privilèges, participer activement aux tâches familiales.

Respect du conseil de famille.

Demande autant de supervision que les 2 groupes d'âge précédents.

CADRE ÉDUCATIF POUR LES PARENTS

<p>1. Les soins directs : fournir à l'enfant les apports nécessaires en nourriture, logement, habillement, hygiène corporelle et santé physique.</p>	<p>5. L'autorité : donner à l'enfant un encadrement et des règles de conduite tenant compte des contraintes de la réalité et de la société.</p>
<p>2. La protection : surveiller et protéger l'enfant contre les blessures, les accidents et les dangers provenant du monde extérieur, sur les plans physique et social.</p>	<p>6. L'affection : manifester, par des paroles et des gestes, l'attachement à l'enfant : s'intéresser à ce qui se passe dans sa vie en partageant du temps et des activités avec lui.</p>
<p>3. La stimulation : donner à l'enfant l'occasion de vivre des expériences et de faire des apprentissages : jouets et livres, contacts sociaux, activités, sorties, etc.</p>	<p>7. L'acceptation : prendre l'enfant tel qu'il est, comme un être <u>immature et en développement</u>; s'attendre à des comportements infantiles de sa part.</p>
<p>4. L'empathie : comprendre les besoins propres à l'enfant et à son univers affectif; être à l'écoute de ses demandes en faisant <u>la différence</u> entre un besoin et un caprice.</p>	<p>8. La valorisation : permettre à l'enfant de faire des acquisitions et des progrès; souligner ses points forts et ses réussites.</p>

LES PIÈGES DE L'AMOUR

1. Dès l'enfance, **donnez-lui tout ce qu'il désire**. Il grandira en pensant que le monde entier lui doit tout.
2. **S'il dit des grossièretés, riez**. Il se croira très malin.
3. **Ne lui donnez aucune formation spirituelle**. Quand il aura 18 ans, « il choisira lui-même ».
4. **Ne lui dites jamais « C'est mal »**. Il pourrait faire un complexe de culpabilité. Et plus tard, il sera persuadé que la société le persécute.
5. **Ramassez ce qu'il laisse traîner**. Ainsi, il sera sûr que ce sont toujours les autres qui sont responsables.
6. **Laissez-le tout lire et tout regarder**. Stérilisez sa vaisselle, mais laissez son esprit se nourrir d'ordures.
7. **Disputez-vous ou manquez de respect l'un envers l'autre devant lui**. Comme cela, il pourra répéter ce même modèle dans ses relations avec autrui.
8. **Donnez-lui tout l'argent qu'il réclame**. Qu'il n'ait pas à le gagner. Comme cela, il croira que tout vient sans effort.
9. **Prenez toujours son parti**. Tout le monde lui en veut...pauvre petit.
10. **Que tous ses désirs soient satisfaits** : nourriture, jouets confort. Sinon, il sera frustré.

Auteur inconnu.

BIBLIOGRAPHIE : LA DISCIPLINE FAMILIALE

BOURQUE, J. et DARCHE R. *Les devoirs et les leçons à la maison: mission possible*. 2000.
Tél. 450 508-3385

BOURQUE, J. et DARCHE R. *La concentration: outil indispensable à la réussite scolaire*. 2000.
Tél. 450 508-3385

BOURQUE, J. et DARCHE R. *L'enfant et le petit écran*. 2003 . Tél. (450) 508-3385.

BOURQUE, J. et DARCHE R. *Comment favoriser la réussite scolaire de mon ADO*. 2004.
Tél. (450) 508-3385.


CANTER, LEE. et HAUSNER, LEE. *Devoirs sans Larmes*. Guide à l'intention des parents pour motiver les enfants à faire leurs devoirs et à réussir à l'école. Éd. De la Chenelière, 1995.

DELAGRAVE, M. *Les Ados Mode d'emploi à l'usage des parents*. Hôpital Sainte-Justine. 2005.


GRATTON, Andrée-Anne. *Le message du biscuit chinois*. Éd. Boréal Junior. 1998.

LECLERC, Félix. *Sonnez les matines*. Bibliothèque Québécoise. 1989.


LEDUC, C. *Le parent entraîneur. Quelle sorte de parent êtes-vous?* Éd. Logiques. 1994.
www.parententraîneur.com

 MAZIADÉ, M. *Guide pour parents inquiets. Aimer sans se culpabiliser*. Éd. Hôpital Ste-Justine. 2010.

NAUD-TREMBLAY, D. *Mais qu'est-ce qui m'arrive ?* Éd. Émotions. 2004. **(Livre pour les 10-16 ans vivant une séparation)**

 PLEUX, Didier. *Manuel d'éducation à l'usage des parents d'aujourd'hui*. Éditions Odile Jacob. Format pratique. 2006


PLEUX, Didier. *De l'enfant roi à l'enfant tyran*. Éditions Odile Jacob. 2006.

 PLEUX, Didier. *Un enfant heureux*. Éditions Odile Jacob. 2010.

PHILLIPS, Asha. *Oser dire non*, Favoriser confiance et estime réciproque entre parents et enfants. Éd. Marabout. 2000.

RÉFÉRENCES POUR LES PARENTS

 ÉDUCATION-COUP-DE-FIL. Tél. (514) 525-2573. 1-866-329-4223. Services offerts : service téléphonique de consultations professionnelles, ateliers «l'après séparation et le vécu parents/enfants». www.education-coup-de-fil.com

 GROUPE ORPÈRES. La maison de la famille de Saint-Michel. Tél. 514-955-3717

OPTSQ – Ordre Professionnel des travailleurs sociaux du Québec. Thérapeutes conjugaux et familiaux. www.optsq.org. 514 731-3925 ou sans frais 1-888-731-9420

 RVP Regroupement pour la valorisation de la paternité (514) 528-9227 .
info@rvpaternite.org <http://www.rvpaternite.org/fr/paternite/contact.html>

Répertoire de groupes d'entraide et d'associations. www.hsj.qc.ca/General/Public/CISE/resspres.htm

 VOTRE CLSC LOCAL.