

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. Un peu d'histoire, les approches humanistes

- Ah le bon vieux temps
- Discipline des années 50
- Sonnez les matines
- Découverte
- Découvertes:
- Barrage



B. Besoins de l'enfant et des parents: la discipline est nécessaire pour... répondre à 4 grands besoins

- 1. BESOIN DE BIEN ÊTRE PERSONNEL ET DES ENFANTS ET DES PARENTS** : besoin de sécurité affective et physique.
- 2. BESOIN DE SOCIALISATION** : soi et les autres / soi avec les autres.
- 3. BESOIN DE SE SENTIR COMPÉTENT ET VALORISÉ** : dépassement de soi – développer ses talents.

*« Avec l'aide d'ÉCF, j'ai maîtrisé ma maison. Le bonheur est revenu. »
maman de 3 jeunes enfants 2 ans – 5 ans et 7 ans.*

- 4. BESOIN DE GRANDIR ET DE PRENDRE SA PLACE** : acquérir de l'autonomie, établir une saine hiérarchie, se faire confiance, diriger.

MERCI LES PARENTS

C. La discipline est difficile : (les pièges de l'amour)

Les 3 C

Camouflage. Ne pas voir les difficultés de l'enfant par crainte de sévir et pour ne pas brimer l'enfant, crainte d'être jugé.

Cadre manquant. Manque de règles, de constance.

Culpabilité. La saine et l'étouffante.

Éviter piège: victime / écoute vs évangile /

Éviter piège : concorde / conseil de famille (approche sandwich) / souvenirs futurs /

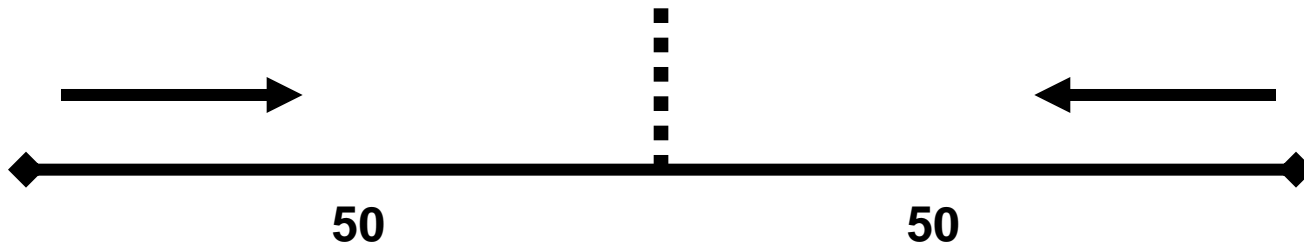
Éviter piège : droit à l'erreur / maman Cailloux – Grand-papa Bi /

Maman de Guillaume – agenda des monstres. **Approche 50 – 50**



X % de notre 50%

X % du 50% de l'autre

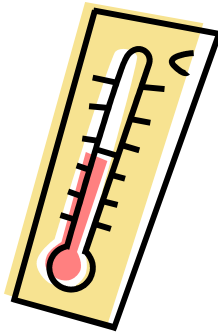


D. Mais...la discipline! Quelle discipline?

... contrôlante (hostilité, blâme)

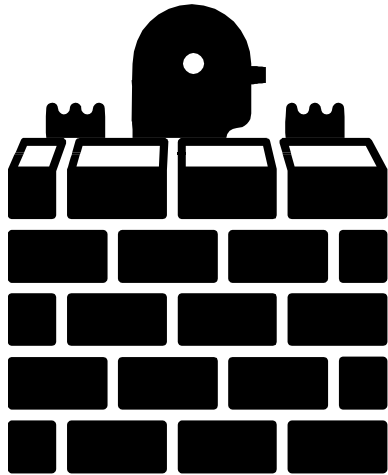
... permissive? (surprotection, copain-copain)

... **active et éducative!** (affirmation de soi, autonomie)



D. Mais...la discipline! Quelle discipline?

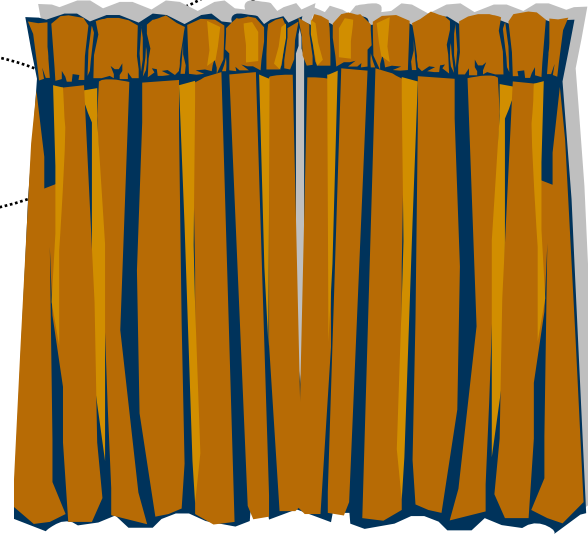
... contrôlante (hostilité, blâme)



**NE PAS
CONFONDRE...**

D. Mais...la discipline! Quelle discipline?

**... permissive?
(surprotection, copain-copain)**



D. Mais...la discipline! Quelle discipline?

➔ ... **active et éducative!** (affirmation de soi, autonomie)

➔ **Active : discipline de FAIRE**

➔ **Éducative: tirer hors de ... élever**



E. Un modèle de discipline basé sur l'affirmation de soi et l'autonomie



C'est la capacité de répéter quotidiennement ce qui est bon pour atteindre un but.

Répéter: (l'essence de l'entraînement)



Cela suppose de la rigueur : être capable de dire **NON** à ce qui envahit et de dire **OUI** à ce qui épanouit.



coparentalité



Sauveur

Bourreau



Victime



Sauveur

Bourreau

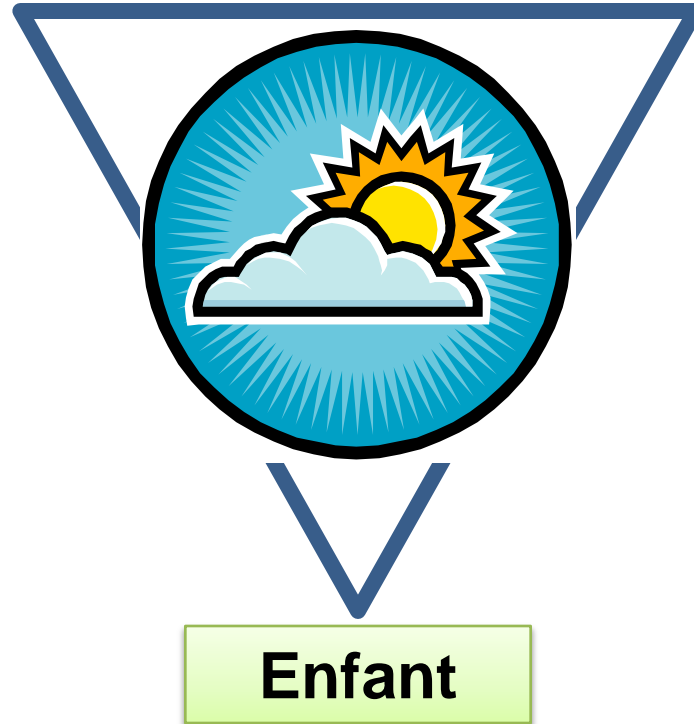
Manipulation - insécurité

**Victime...
de la non coparentalité**

Maman et Mère

Papa et Père

Saine hiérarchie



CONCORDE

- **CON CO RDE**
- **CON** sensus parental
- **CO** nsistance
- **R** ègles **DÉ** limitées

CONsensus parental



Nous mettons en commun nos demandes prioritaires. Ce seront nos règles de vie. Nous en parlons aux enfants.



Quand nous ne sommes pas d'accord, pour rétablir le consensus nous faisons le point seul à seul et non devant les enfants.



Nos rôles (papa et père / maman et mère) sont partagés ou supportés mutuellement.

CONsensus parental

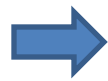
COMMUNICATION



→ **COMMERCE**
COMMUNE ACTION

CONCORDE

CON CO RDE



Consistance...

sur les priorités



Soyez consistants (solides et affirmatifs) et constants de huit à dix fois sur dix.



Ce n'est plus le moment de discuter. Parlez avec des consignes courtes, sur un ton neutre.



Maintenez la conséquence (réaliste) jusqu'au bout.



Pensez au triangle et à ses effets.

CONCORDE

CON CO RDE

→ Règles DÉlimitées

CON CO RDE

➔ On ne peut pas tout réglementer et régler. Chaque famille a ses propres priorités selon ses propres valeurs:

★ Personnelles et Éducationnelles

★ Morales et Légales



La discipline affirmative (éducative) est là principalement pour aider l'enfant à

1. Être à la tâche:

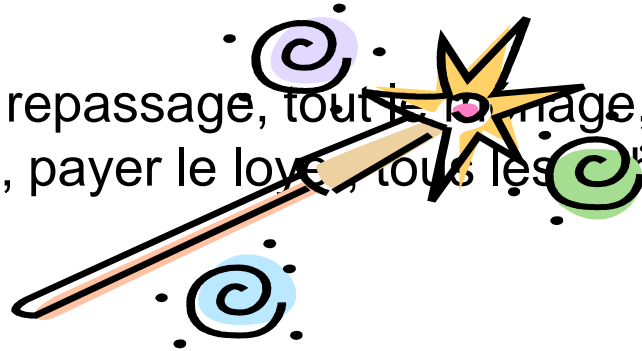
- **Faire ses devoirs;**
- **Avoir des responsabilités, les respecter: tâches (ménage, vidanges, courses, autres...)**
- **Respecter les règles: ex., arrêter d'agacer.**



2. Agir de façon RESPONSABLE:

- **Développer son autonomie: ex. demeurer à la tâche.**
- **Apprendre à contrôler ses comportements (réactions, langage, attitude).**
- **Apprendre à respecter le bien d'autrui.**
- **Se soucier de l'écologie de la maison (ramasser, ordre, vêtements).**

Faire faire le repassage, tout le rangement, tous les repas, le reprisage, payer le loyer, tous les achats, l'épicerie.



3. Entretien de saines relations avec les autres:

- **Respecter les membres de sa famille.**
- **Respecter les personnes de son entourage: par exemple, amis, voisins, compagnons de classe, enseignants.**

 **COMMENT ÉTABLIR DES RÈGLES CLAIRES?**

CON CO RDE

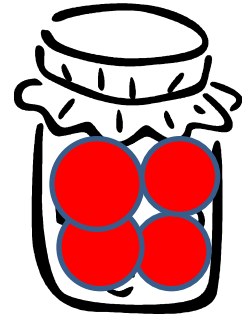
➔ Identifiez les règles prioritaires (3 à 5).
Les prioritaires sont les lumières rouges. Écrivez-les.

➔ Établissez des RDE réalistes et applicables,
observables et mesurables.

Ex. On ne mord pas sa sœur vs sois gentil avec elle.

Ex. Heure de rentrée: 9 hres vs ne rentre pas trop tard ou reviens à une
heure raisonnable.

➔ Écrivez les règles en termes de «quoi faire».
Assurez-vous de leur compréhension. Affirmez-vous en
confrontant et non en affrontant.

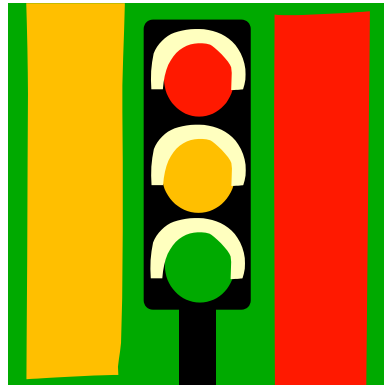


CON CO RDE

➔ Déterminez et écrivez aussi à l'avance les conséquences (positives et négatives): «Quand tu ...



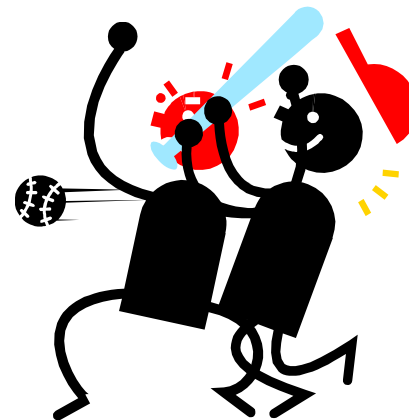
Autant que possible, POUR LES RDE PRIORITAIRES, impliquez les personnes concernées: ex. mère et père, gardienne.

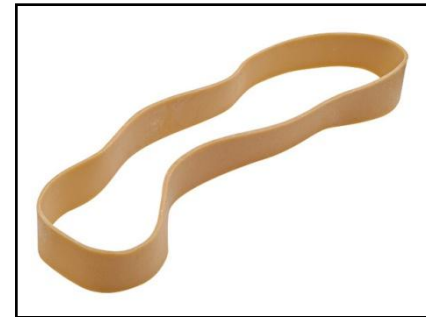
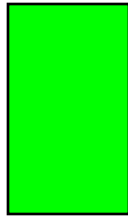
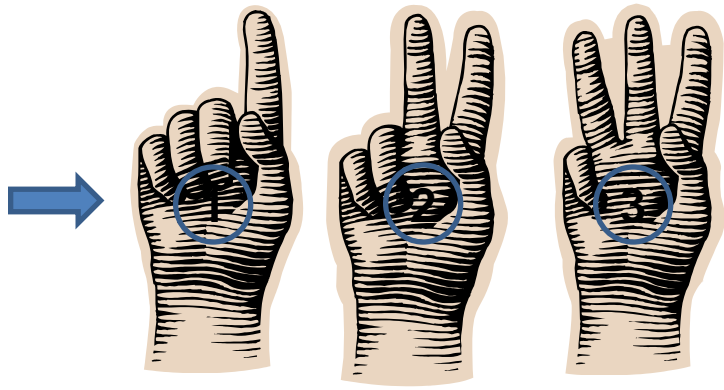


Allez chercher la **COOPÉRATION** sur les règles prioritaires.

- ➔ Faites une demande claire en tenant compte du tempérament de votre enfant.
- ➔ S'il y a lieu, normalisez la réaction et refaites la demande sur **un ton neutre**.
- ➔ Faites des consignes courtes (sans explications, sans vous justifier) en **Je** et en **Tu**: *Je te demande de... Je m'attends à ce que tu ... Je veux que tu...*
- ➔ **Économisez vos énergies**. Passez en mode vidéo avec...

Les trois «*lancers*».





En ce qui a trait aux règles, se rappeler 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

- **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.***

F. Différence entre une punition et une conséquence

- ➔ **PUNITION** : sur le coup, sans avertissement, pour un arrêt d'agir imprévu. Ex.
- ➔ **SANCTION** (J. Salomé) : **conséquence**, bonne ou mauvaise, d'un acte ou d'un comportement.
- ➔ **La SANCTION** ou **la CONSÉQUENCE** est annoncée d'avance.

- 1. Conséquences naturelles et logiques.**
- 2. Conséquences positives et négatives.**



Elles favorisent l'apprentissage du principe de réalité, de l'autocontrôle et de la responsabilité.

Aident à la confiance en soi et à l'estime de soi.



1. Conséquences naturelles et logiques sont en lien avec le comportement:

Ex. Conséquence naturelle: Je tombe, j'ai mal. J'étudie, je réussis mieux.

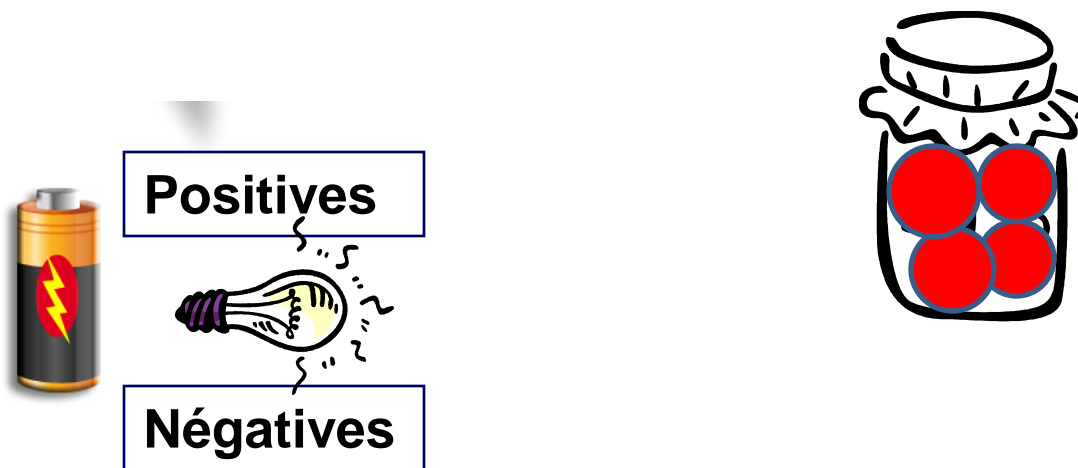
Ex. Conséquences logiques:

- * *J'échappe du jus, j'aide à le ramasser.*
- * *Je ne ramasse pas mes vêtements, ils ne sont pas lavés.*
- * *Je dépasse l'heure de rentrée, je rentre plus tôt lors de la prochaine sortie.*
- * *Je ne fais pas mes devoirs ou je perds du temps à m'obstiner, je dois les reprendre le samedi matin.*



Stratégie du choix absurde

2. Conséquences positives et négatives.



Ce sont des renforcements verbaux et non verbaux pour orienter vers un bon comportement .

Conséquences négatives

Rappel du principe de base: savoir doser dans le temps.

Retrait de privilège Ex. Temps à reprendre, temps d'ordinateur, partie de hockey. . .

Retrait d'un objet Ex. Ordinateur, vélo. . .

Retrait du lieu Ex. Chambre de l'enfant, chambre des parents, chaise. . .

➔ But: retour à la collaboration et au calme.



Pas content
ou choqué

Triste

suppliant



- Soyez **constants** et **persévérants** dans l'application des règles et des conséquences...

Appliquez le principe « Nounou McPhee »



«*Quand vous aurez besoin de moi mais ne voudrez pas de moi, **je resterai.**»
Quand vous voudrez de moi mais n'aurez plus besoin de moi, alors **je devrai partir.**» Nounou McPhee*

La pire maman ou
le pire papa
du quartier



Emma Thompson

Conséquences positives

Renforcements verbaux

Je suis fier de ce que tu as fait, cela a dû te demander beaucoup de Comment t'y es-tu pris?

Wow, ton bureau est en ordre vs ça devrait toujours être comme ça.

Renforcements écrits

Un mot dans l'agenda, sur l'oreiller, dans la boîte à lunch, une carte de fête.



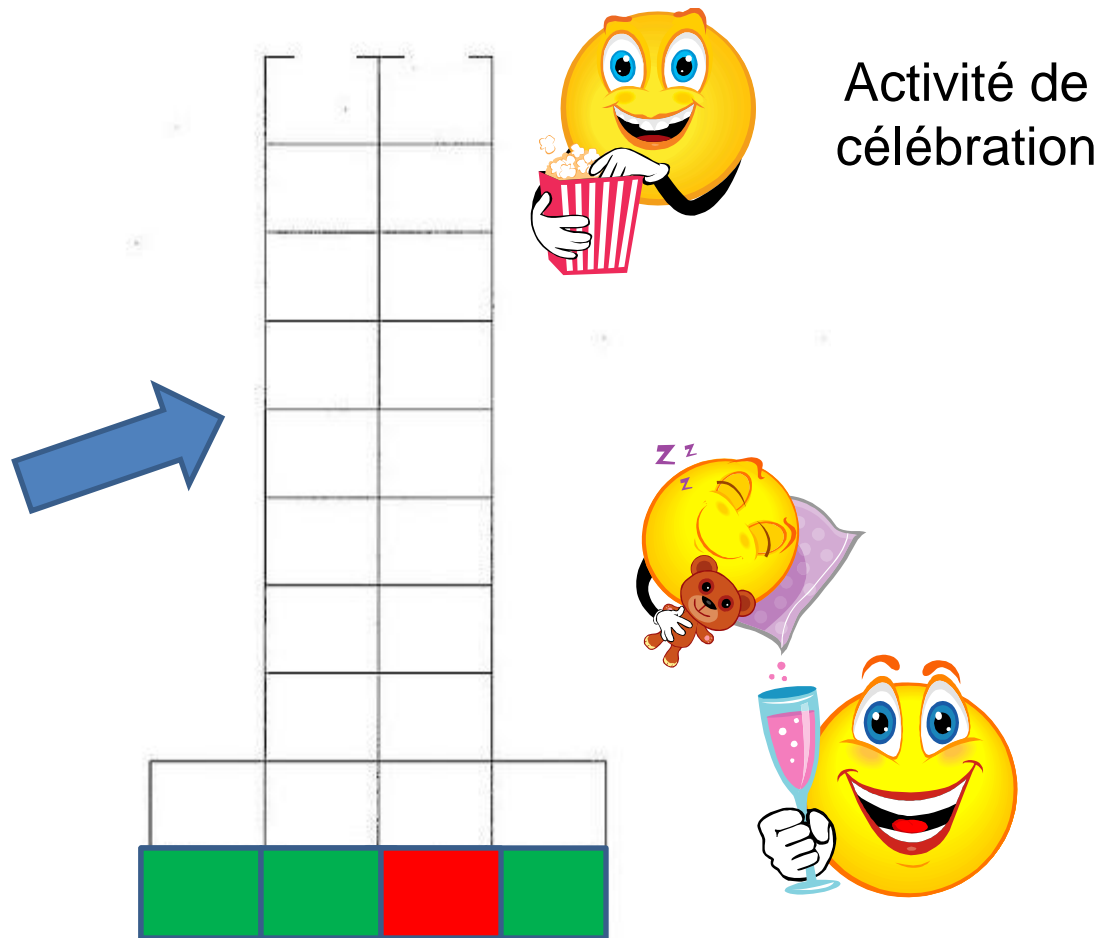
Renforcements non-verbaux

Câlin, une main sur l'épaule, un clin d'œil...

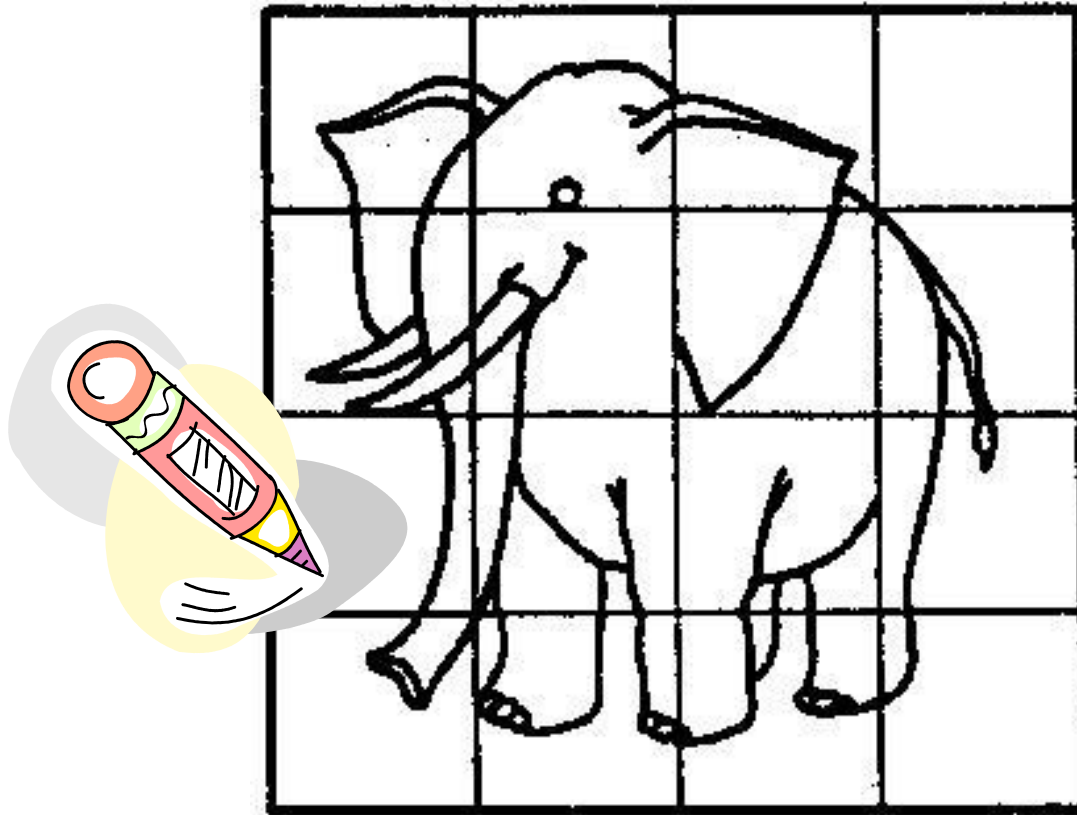
Comment avoir plus **consistance** (fermeté, solidité, sérieux) et de **constance** dans l'application des conséquences...



Je fais mes devoirs.



✓ Bravo ! Tu as complété ton thermomètre avec patience.



Pour avoir une partie de badminton ou de bowling il faut:

1. Un billet de valorisation.
2. Une note de plus de 85% dans un examen ou pour un test.
3. Une note de 70% en géographie.
4. Un certificat.

Pour enlever une partie de badminton ou de bowling il faut:

1. Un relais.
2. Une retenue.
3. Un avertissement d'un professeur à faire signer.
4. Une note de moins de 60% dans un examen.

SIGNATURES DES PARENTS: _____

SIGNATURE DE LUC: _____

NOMBRE DE RÉCOMPENSES: _____

CONTRAT

HEURES ET JOURNÉES D'UTILISATION DE L'ORDINATEUR

1. JOURS DE VISITE AUTORISÉS PAR SEMAINE:

MERCREDI, LUNDI OU JEUDI, VENDREDI, SAMEDI ET DIMANCHE

2. PEUT ÊTRE REMIS À MARDI

3. 30 MINUTES PAR VISITE

4. LES VISITES SONT PERMISES AVANT LE SOUPER.

LA FIN DE SEMAINE EST UNE EXCEPTION À CETTE RÈGLE

5. SI LE BULLETIN N'EST PAS SATISFAISANT, CE CONTRAT PEUT ÊTRE ANNULÉ JUSQU'À NOUVEL ORDRE

SIGNATURES:

PARENTS:

MÈRE: _____

PÈRE: _____

BÉNÉFICIAIRE:

LUC: _____

G. Faire de son mieux comme parents en cause.

Être « la » cause ou être en cause?

Être «la» cause ... c'est chercher un coupable.
C'est la faute de...

Être «en» cause ... c'est appliquer une C.O.S et une C.O.B.

Être «en» cause ... c'est de continuer à mettre en pratique
une discipline active et éducative
dans les moments faciles et moins faciles ...



C.O.S : communication orientée vers les solutions

C.O.B. : communication orientée vers les besoins

H. Conclusion

DISCIPLINE =

C

CONSENSUS

COMMUNICATION OU **C**OMMUNE ACTION

H

HIÉRARCHIE INTERGÉNÉRATION

HUMILITÉ

E

ENCADREMENT

EXIGENCES CLAIRES

F

FERMETÉ

FÉLICITATIONS

DISCIPLINE =

P

PERSVÉRANCE

PLAISIR

H

HUMANISME

HUMILITÉ

A

AFFIRMATION DE SOI

ACTION

R

RESPONSABLE

RÈGLES STABLES

E

ESPOIR

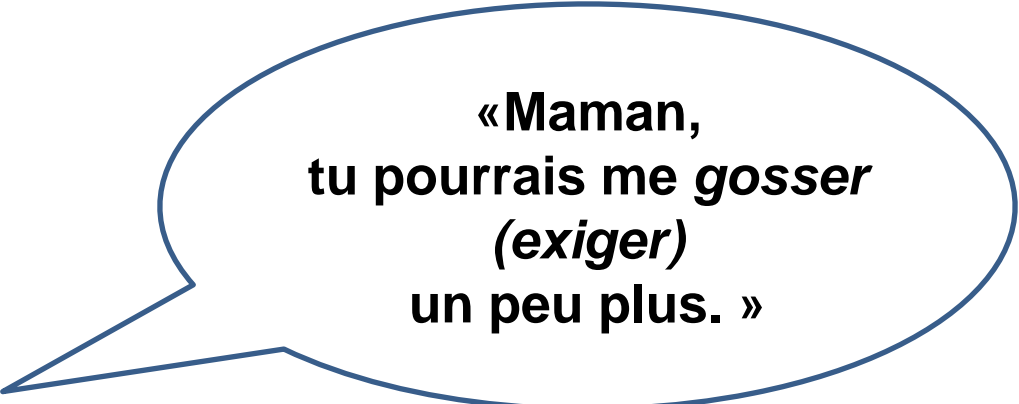
EDUCATION



(Aux étudiants du cégep de Jonquière, 1997.)



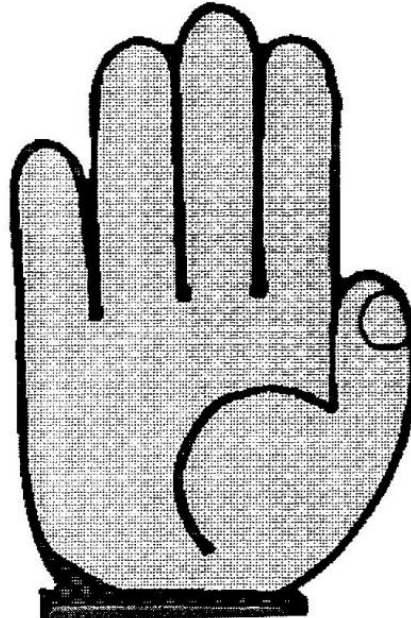
«Exigez de ceux qui vous enseignent, de ceux qui vous ont mis au monde qu'ils soient exigeants ».



**«Maman,
tu pourrais me *gosser*
(*exiger*)
un peu plus. »**

Laurent (15 ans), à sa mère,
dans un moment de sagesse.

Lorsque vous faites du bon travail, collez-vous le dos ici pendant quelques secondes pour vous FÉLICITER



Source : OPTSQ

H. Période de questions.

