

Utilisez les mots pour discipliner les enfants

Voici quelques mots à utiliser lorsque vous souhaitez que votre enfant change son comportement sans lui crier dessus, lui donner une fessée ou vous mettre en colère.



-  **Montrez que vous comprenez pourquoi il veut faire les choses que vous ne voulez pas qu'il fasse.**
« Je sais que tu veux rester plus longtemps sur le terrain de jeu, mais... » ou « Je sais que tu veux que je t'achète des bonbons, mais... » Vous pouvez indiquer votre désaccord avec un comportement sans faire honte à l'enfant pour ses raisons.
-  **Donnez une brève raison pour laquelle vous ne pouvez pas faire ce qu'il vous demande de faire.**
Soyez honnête, mais faites-lui comprendre que vous êtes juste et responsable. « Ce sera bientôt l'heure du dîner, et je dois être à la maison pour le préparer. » « Les bonbons ne sont pas bons pour tes dents. »
-  **Proposez une solution ou une alternative.**
Même si vous pensez qu'il sait ce qui est mieux, vous pouvez le lui rappeler. Essayez de dire : « Le sable ne doit pas être jeté. Essaie de le laisser couler entre tes doigts ou mettez-le dans le gobelet ! » ou « Évite de frapper les gens ! Dis-moi si tu es en colère, ou frappe ton jouet de boxe ! »
-  **Rappelez-lui qu'il a d'autres choix.**
Vous pouvez lui demander : « Veux-tu prendre un paquet de chewing-gum sans sucre ou plutôt une pomme ? » ou « Nous ne pouvons pas rester maintenant, mais nous pouvons revenir demain. » Faites toujours le suivi de ces choix.
-  **Faites savoir à votre enfant que vous lui faites confiance pour faire ce qu'il faut.**
Adressez-vous poliment (en utilisant le ton et les mots qu'il faut) à votre enfant. Vous pouvez lui dire : « Je sais que tu aimes m'aider » au lieu de lui dire : « Ne me dérange pas. » Au lieu de lui dire : « Tu oublies toujours d'attendre ton tour », essayez de lui dire : « J'espère que tu te souviendras d'attendre ton tour la prochaine fois. »
-  **Établissez des limites et des règles fermes que les enfants peuvent comprendre.**
Utilisez une voix ferme et chaleureuse, et donnez des consignes courtes. Vous allez devoir peut-être répéter les règles et les consignes jusqu'à ce que votre enfant s'en souvienne lui-même. « Tu ne dois pas regarder cette émission. Éteins la télé ou je vais le faire ! » « Quand tu auras mis tes chaussures, nous sortirons. » « Oui, je sais que tu as hâte de partir, mais la voiture ne démarrera pas tant que tu ne te seras pas installé dans ton siège. »
-  **Partagez autant de moments agréables que possible.**
Faites-lui savoir que vous aimez passer du temps avec lui. Riez, jouez, prenez votre enfant dans vos bras et faites-lui des câlins. Félicitez-le pour ses efforts même si le résultat n'est pas parfait. Discutez avec lui et lisez-lui des histoires. En faisant ces choses, les enfants savent qu'ils comptent pour vous et ça les encourage à vouloir vous faire plaisir.

Il faut du temps, de la préparation et de la pratique pour que les enfants apprennent à suivre des règles, tout comme il faut du temps pour qu'ils acquièrent des aptitudes physiques, dont la marche, ou des compétences sociales, dont le partage. Apprenez-en davantage sur le comportement typique de l'âge de votre enfant. Essayez de lui faire comprendre que vous êtes le leader et que vous êtes là pour l'aider à grandir.

English Title: Using Words to Discipline Children



13 Children's Research Center
University of Illinois at Urbana-Champaign
51 Gerty Dr. • Champaign, IL 61820-7469
Telephone: 217-333-1386
Toll-free: 877-275-3227
E-mail: iel@illinois.edu
<https://illinoisearlylearning.org>



Illinois
State Board of
Education