

Quels comportements dois-je punir?

15 juillet 2015



Être parent, c'est se poser mille questions sur la discipline, les punitions et les interventions. Pourtant, si on respecte deux simples principes, on devrait y arriver! Enfin!

Philippe, 3 ans, frappe sa sœur ou ses parents lorsqu'il est contrarié. Julie et Christian ses parents, me disent qu'ils ne tolèrent pas ce comportement et le mettent en retrait dans l'escalier lorsque cela se produit. Ils se demandent s'ils agissent correctement en le punissant ainsi.

Valérie, 5 ans, aime choisir ses vêtements, pas toujours au goût de ses parents! Plus c'est coloré, plus elle est fière de ce qu'elle porte. Par exemple, elle veut partir pour la garderie parfois avec des bas de couleurs différentes. Johanne, sa mère, ne veut pas la laisser partir comme ça. Valérie, frustrée, se met en colère, alors elle l'envoie réfléchir dans sa chambre. Elle et son conjoint se questionnent sur la conduite qu'ils devraient adopter.

De nombreux parents me disent « *Je ne sais pas quoi laisser passer et quand punir. J'ai l'impression d'être trop permissif.* » D'autres disent « *J'ai l'impression d'être toujours sur son dos. Quand doit-on intervenir et que peut-on laisser passer?* »

Deux simples questions pour le savoir

La première question à se poser est : est-ce dangereux si je n'interviens pas? Est-ce dangereux physiquement pour lui ou d'autres, est-ce dangereux pour l'environnement, les meubles, etc.? Autrement dit, va-t-il se blesser, blesser quelqu'un ou briser quelque chose? Lorsqu'il y a un réel danger, nous ne nous posons même pas la question, nous accourons!

Si la réponse est « NON », ce n'est pas dangereux, je devrais me poser la seconde question : **si je n'interviens pas, cela aura-t-il un impact dans sa vie dans 10-20 ans?** Si la réponse est « NON » à ces deux questions, je devrais passer sous silence, ce comportement. Si par contre, je réponds « OUI » à l'une des deux questions ou aux deux, je dois intervenir chaque fois que mon enfant adopte ce comportement.

Différence de niveaux

Reprenons le comportement de Philippe. Est-ce dangereux? Non. Selon les parents, il ne leur fait pas mal. S'il avait quinze ans, la réponse serait différente. S'ils n'interviennent pas, cela aura-t-il un impact dans sa vie, dans 10-20 ans? Oui. Ils n'auront pas appris le respect des autres à leur fils. Ils devraient intervenir chaque fois que leur fils adopte ce comportement afin que Philippe comprenne que son comportement est inacceptable. Ils devraient aider Philippe à mettre des mots sur ses frustrations « *Dis-moi que tu n'es pas content de quitter la garderie, mais ne me frappe pas.* » Il devrait également réparer son geste. **Dans une autre chronique, je parle de moyens autres que les punitions pour aider les enfants à adopter des comportements acceptables.** La réparation, par exemple, apprend aux enfants à faire attention aux autres.



Quant à Valérie qui veut aller à la garderie avec des bas de couleurs différentes. « *Est-ce dangereux?* » Non. « *Cela aura-t-il un impact dans sa vie, dans 10-20 ans?* » Non. Ses parents devraient la laisser faire, passer sous silence ce comportement et garder leurs interventions pour des comportements bousculant leurs valeurs. Moins vous intervenez et plus vous avez d'impact lorsque vous le faites. Pourquoi est-il si difficile pour les parents de Valérie de la laisser aller à la garderie comme ça? Ils craignent le jugement de l'éducatrice et des autres adultes qui pourraient voir leur fille ainsi. Toutefois, lorsqu'ils choisissent de donner plus d'importance au jugement des autres qu'aux goûts de leur fille, Valérie, elle, a le sentiment que les autres sont plus importants qu'elle.

Il en serait autrement si leur fille avait 12 ans et voulait porter un chandail décolleté qui laisse une partie de son ventre à l'air. « *Est-ce dangereux?* » Non. « *Cela peut-il avoir un impact dans 10-20 ans s'ils la laissent se vêtir ainsi?* » Oui, ils ne lui auraient pas enseigné le respect de soi. Ils devraient donc intervenir. S'ils laissent à Valérie la possibilité de choisir ses bas, elle a le sentiment qu'elle est la « boss » de ses bas et pour elle, c'est important. Elle n'a pas le choix d'aller à la garderie, mais elle peut faire d'autres choix à son niveau. Elle acceptera davantage que ses parents fassent des choix pour elle, comme l'heure du coucher, le moment de partir...

Valeurs, liberté et autonomie

Lorsque nous agissons ainsi, nous comblons le **besoin de liberté de notre enfant**. Un parent m'a raconté un jour, que pour éviter les batailles du matin concernant l'habillement et préserver sa relation de collaboration avec sa fille, elle laissait cette dernière s'habiller comme elle le voulait. Toutefois, sa fille devait porter un macaron sur lequel était inscrit « *Aujourd'hui, j'ai choisi moi-même mes vêtements!* » La mère faisait plaisir à sa fille et se préservait en même temps des **jugements des autres**. Jugements qui parfois privent nos enfants de belles expériences.

Les réponses à ces deux questions parlent des **valeurs que nous souhaitons transmettre à nos enfants**. Par exemple, l'enfant qui ne range pas ses choses et se laisse traîner partout dans la maison, est-ce dangereux? Non. Cela aura-t-il un impact dans 10-20 ans si vous n'intervenez pas? Oui, vous n'aurez pas appris votre enfant à avoir de l'ordre. Si l'ordre est une valeur que vous souhaitez transmettre, vous devriez intervenir chaque fois que votre enfant ne range pas ses choses.

Brigitte Racine

Infirmière, psychothérapeute et auteure

Brigitte Racine est infirmière, thérapeute familiale, diplômée de l'Université Laval, du Centre de relation d'aide de Montréal et de l'Institut William Glasser de Californie. Elle offre des conférences, formations, ateliers et consultations individuelles. Pour connaître la liste de ses prochaines conférences ou pour



visionner des extraits de son DVD « La discipline...un jeu d'enfants », visitez son **site internet** . Ses deux DVD - La discipline...un jeu d'enfants Quand discipline rime avec estime - sont disponibles en librairie au coût de 49,99 \$ chacun. **brigitte@educoeur.ca**, 514.392.4755. La discipline, un jeu d'enfant Brigitte Racine Éditions CHU Ste-Justine, 2008 ISBN : 9782896191192 14,95 \$