



8 stratégies

POUR AIDER VOTRE ENFANT À RESPECTER LES RÈGLES

Les règles sont rassurantes pour votre enfant. Elles l'aident à se sentir en sécurité, car il sait à quoi s'attendre. Voyez comment l'aider à suivre les règles.

Grâce aux règles, votre enfant comprend ce qui est permis et ce qui ne l'est pas. En plus de le rassurer, les règles l'aident donc à savoir comment bien se comporter. Elles lui permettent également de développer sa maîtrise de soi et son sens des responsabilités. Cet encadrement aide votre enfant à bien fonctionner autant à la maison qu'à l'école, où il doit retenir et suivre plusieurs consignes.

Comment aider votre enfant ?

1 Concentrez-vous sur un petit nombre de règles importantes. Par exemple: être doux avec les autres, ranger ses jouets quand il a fini de jouer, tenir la main d'un adulte pour traverser une rue. Mettez sur ce qui est important pour vous. Si votre liste de règles est trop longue, votre enfant ne pourra pas toutes les retenir et les respecter. De plus, avoir trop de règles vous force à toujours intervenir et cela peut nuire à la relation que vous avez avec votre enfant.



2 Faites preuve de cohérence et de constance. Autant que possible, entendez-vous avec votre partenaire pour avoir les mêmes règles et intervenir de la même façon pour une même règle. Évitez aussi de changer les règles selon votre humeur. Sinon, votre enfant perd ses repères et c'est insécurisant pour lui. Et n'oubliez pas de respecter, vous aussi, les règles que vous mettez en place afin de donner l'exemple à votre enfant.

3 Formulez des règles claires, concrètes, courtes et adaptées à l'âge de votre enfant. Utilisez des phrases simples qu'il comprend. Par exemple, dites: «Range tous tes jouets dans le bac», «Parle doucement», «Marche plus lentement».

4 Expliquez vos règles à votre enfant. Il aura davantage tendance à suivre les règles s'il comprend pourquoi vous voulez qu'il les respecte. Dites-lui par exemple: «Je veux que tu marches quand tu es près de la piscine, car si tu cours, tu peux glisser et te faire mal.» Assurez-vous que votre enfant a bien compris la règle, en lui posant des questions ou en lui demandant de la dire dans ses mots.

5 Décrivez à votre enfant le comportement attendu dans vos règles. Cela l'aide à comprendre ce qu'il doit faire. N'hésitez pas à préciser les gestes attendus. Par exemple, dites: «En arrivant à la maison après l'école, accroche ton manteau dans l'entrée et range tes souliers correctement.»

6 Appliquez une conséquence en lien avec le comportement de votre enfant. Par exemple, s'il déchire le dessin de sa sœur, demandez-lui de vous aider à le recoller. Ainsi, il apprend à réparer les gestes inappropriés qu'il pose.

7 Prévoyez des espaces de jeu sécuritaires pour réduire les interdits. C'est frustrant de toujours se faire dire non. Si vous empêchez toutes les initiatives de votre enfant, il ne faut pas vous étonner qu'il devienne irritable. Assurez-vous qu'il peut jouer en toute sécurité en rendant ses jouets facilement accessibles et en rangeant les objets fragiles. Ainsi, il peut s'amuser sans entendre constamment «non», «ne touche pas à ça!» ou «ne fais pas ça!».

8 Félicitez votre enfant lorsqu'il respecte les règles. S'il reçoit de l'attention positive pour ses bons gestes, il aura envie de les reproduire. De plus, lui montrer la fierté qu'il vous inspire et lui dire qu'il peut, lui aussi, être fier renforce sa confiance en lui.

POURQUOI FAUT-IL RÉPÉTER SOUVENT ?

La répétition est essentielle aux apprentissages. C'est grâce à elle qu'un enfant finit par comprendre et apprendre. Toutefois, pour avoir à répéter moins souvent, posez des questions à votre enfant afin de faire appel à sa mémoire. Demandez-lui, par exemple: «Qu'est-ce que tu dois faire avant de traverser la rue?» Sachez aussi que votre enfant comprend mieux et retient mieux quand vous lui répétez calmement les règles.

Pour tout savoir sur le développement de l'enfant, visitez naitreetgrandir.com