

Y'a des limites !!!



**Petit manuel à l'intention des parents
ou
Comment exercer votre autorité
parentale !**

Ce livret est né d'un travail de réflexion initié par le Service de l'Aide à la Jeunesse (SAJ) de Bruxelles.

Il s'adresse tout particulièrement aux jeunes parents pour les aider à asseoir leur autorité parentale. La mise en place d'un cadre de règles et de limites structurantes est un travail de construction au quotidien dans l'éducation.

Il propose quelques pistes pour assurer ce rôle contraignant de la parentalité.

Disponible sur demande auprès du SAJ, il est téléchargeable sur les sites de la Direction Générale de l'Aide à la Jeunesse www.aidealajeunesse.cfwb.be et du CAAJ www.caaj.bruxelles.cfwb.be.

Comité de pilotage

Chloé BINGEN (SAJ)

Yves de SALLE (COE Pluriels)

Freddy GIELE (AMO Inser'Action)

Gérard MARIAGE (SAIE EpisSe Condor)

Coordination et rédaction

Pascale VERHAEGEN et Francine ROOSE
(Section de prévention générale du SAJ)

Remerciements

Merci à tous ceux qui ont soutenu la réalisation et la diffusion du livret.

Merci à Inser'Action d'avoir assumé la gestion financière.

Graphisme et illustrations

Benoît RONDIA : benoit_rondia@hotmail.com

Editeur responsable

Jean-Marie DELCOMMUNE

Conseiller de l'Aide à la Jeunesse

Rue du Commerce 68A

1040 Etterbeek

saj.bruxelles@cfwb.be

En préambule

Votre enfant, un être différent de vous, avec son caractère, ses désirs, ses peurs, ses colères, sa tendresse.

Un enfant sous votre responsabilité, pour le mener à bon port sur les chemins de l'intégration dans la société.

Un enfant qui crée un nouveau statut, celui de parent, dont découle une autorité nouvelle, l'autorité parentale.

Comment l'exercer ? Est-elle bien nécessaire ? Pourquoi ?

Notre société évolue, les modèles éducatifs aussi. Votre couple est différent de celui de vos parents. Votre enfant pose le défi de l'éducation de manière unique au sein du système familial.

Etre parent aujourd'hui est bien plus complexe qu'autrefois. Nous sommes passés d'un modèle familial traditionnel fondé sur l'autorité naturelle du père à un modèle où l'exercice de l'autorité parentale fait débat. Nous sommes à l'heure du dialogue, de la négociation mais aussi de la consommation immédiate de biens matériels. Les droits individuels sont mis au premier plan.

Dans ce contexte, l'enfant « couronné roi » dans son enfance devient « jeune tout puissant » à l'adolescence...

Centré sur lui-même, en difficulté relationnelle, revendicateur, véritable « capteur d'énergie », parce que sans limite et sans devoir, il court d'échec en échec.

Le « tout, tout de suite! », lié à l'intolérance à la frustration, imprègne son fonctionnement et renvoie à la question des limites et des règles.

Le droit premier de votre enfant est celui d'être éduqué.

Dans votre rôle de parent, vous serez confronté à vos peurs : peur du jugement, peur de perdre l'amour de votre enfant, peur d'être trop autoritaire, peur de fragiliser votre couple. Vous aurez à trouver le juste équilibre.

Etre parent, c'est se servir de son histoire pour construire quelque chose de nouveau. C'est être soutenant, structurant, un peu comme un tuteur supporte une jeune plante pour lui permettre de se développer dans les meilleures conditions.



L'autorité parentale

Le papa, la maman, c'est vous. Et parce qu'il s'agit de votre enfant, vous êtes investi de droits et de devoirs, de sa conception à sa majorité, et même au-delà.

L'autorité parentale est l'ensemble des droits et des devoirs que vous donne la loi à l'égard de votre enfant et de ses biens, dans son intérêt.

Vous prendrez toutes les décisions qui orientent la vie de votre progéniture pour lui assurer son éducation et permettre son développement, dans le respect de sa personne.

Vous êtes responsable :

- du choix du lieu de résidence,
- de son éducation et de sa surveillance au quotidien, par exemple au travers de sa scolarisation,
- de la protection de sa santé, de sa sécurité et de sa moralité, notamment dans ses relations avec les autres,
- de son éveil philosophique ou religieux,
- de la gestion de ses biens
- ...

Cela signifie également que vous veillerez à ce que vos choix soient respectés.

L'autorité parentale vous confie une mission d'éducation.

Eduquer signifie « prendre soin de » mais aussi « conduire hors de ». Eduquer, c'est aimer, accompagner, protéger, soutenir, favoriser l'épanouissement de votre enfant, de sorte qu'il puisse grandir et devenir adulte. Il sera alors capable de se forger sa propre opinion et de déployer ses ailes de manière harmonieuse dans une société dont il connaît les règles.

Vous détenez une responsabilité éducative, morale et juridique.



L'autorité au quotidien

Selon le dictionnaire, l'autorité est l'ensemble des qualités par lesquelles quelqu'un impose à autrui son ascendant, grâce auxquelles il se fait respecter. C'est l'influence et le pouvoir, que l'on a du fait de sa position dans la société. C'est le pouvoir de décider, de commander, d'imposer ses volontés à autrui.

L'autorité s'exerce au quotidien par la mise en place d'un cadre qui servira de repère à votre enfant. Elle s'inscrit dans une relation de confiance et d'affection.

Non, on ne joue pas avec les prises de courant dans la maison. Oui, on se lève à temps pour l'école et quand vient l'heure du coucher... hop... au lit. Rien ne sert de « scier les côtes » pour rester une heure de plus ! Ca ne marche pas ! Même si, exceptionnellement, les jours de fêtes, le cadre peut s'assouplir...

Faire preuve d'autorité, c'est faire prendre conscience qu'il y a des conséquences si les limites sont franchies. Sans limites, vos paroles ne sont que du vent.

Avoir de l'autorité, c'est donc aussi savoir exiger, contraindre, contrôler et sanctionner.

Savoir dire NON !



Prendre les décisions ensemble

L'autorité parentale est conjointe. Chacun des parents a les mêmes droits et les mêmes obligations envers son enfant.

Si votre enfant entend « oui » chez papa et « non » chez maman, il jouera la carte de votre désaccord pour n'en faire qu'à sa tête... et c'est vous qui commencerez à perdre pied !

D'où l'intérêt de vous mettre d'accord sur les limites à lui poser.

La cohérence éducative entre vous, les parents, est indispensable pour mener votre enfant vers sa vie d'adulte.

Mais que faire si...

- **Vous êtes séparé ou divorcé...**

Quelque soit le mode d'hébergement choisi ou imposé pour l'enfant – garde alternée ou principale – le principe de l'autorité parentale conjointe reste la règle, même s'il n'a plus de contacts avec l'un de ses parents.

Les parents sont tenus de prendre, ensemble, les décisions importantes dans la vie de l'enfant.

Seul un juge peut décider de confier l'autorité parentale exclusive à l'un de vous. Le parent dont l'autorité s'est vue retirée, conserve un droit de surveillance dans l'éducation.

Pour ne pas en arriver là, dépassez les conflits qui vous opposent en tant qu'adultes et gardez un maximum de cohérence dans l'exercice de vos compétences de parents... et cela, tout en souplesse, dans le respect de l'autre.

- *Cohérence*

Ce sera beaucoup plus facile pour votre enfant, et pour vous, si les règles de la vie quotidienne sont similaires chez maman et chez papa. Pas de discussions interminables ou de tentatives de prise de pouvoir ! « Chez papa je peux regarder la télévision toute la journée ! » ou « chez maman, c'est moi qui décide ce que je mange ! ».

- *Souplesse*

Mais comme c'est impossible que deux parents fonctionnent exactement à l'identique, il va falloir que votre chérubin comprenne que chez vous, c'est vous qui décidez, même si ce n'est pas complètement la même chose chez l'autre parent. Soyez du moins cohérent avec vous-même et veillez à ce que vos règles soient claires et ne changent pas constamment. Ce qui était valable hier, le reste aujourd'hui. Votre enfant est capable de s'adapter à l'environnement pour autant qu'il le comprenne.

Si vous avez construit un nouveau couple, votre compagnon/conjoint ne peut pas prendre les décisions

fondamentales à votre place. Ce n'est pas pour autant qu'il n'a rien à dire à votre enfant. En adulte responsable il peut aussi conseiller et interdire mais pas différemment de vous. Ici aussi, il est question de cohérence et de souplesse de sa part.

L'enfant trouvera plus facilement ses repères s'il y a une cohérence chez son père et chez sa mère, c'est-à-dire une certaine continuité dans les règles.



- ***Vous êtes le seul parent...***

Dans certains cas, l'un des parents est absent de la vie de son enfant.

Vous portez seul l'autorité parentale... et c'est loin d'être facile tous les jours. Vous aurez sans doute l'impression de devoir jouer tous les rôles en même temps : autorité et câlins... Pas d'épaules sur qui s'appuyer quotidiennement... dur, dur parfois !

Le piège : une trop grande proximité avec votre enfant... et, petit à petit, plus moyen de lui refuser quoi que ce soit. Vous n'êtes pas le copain, la copine de votre enfant : vous êtes son parent.

Sortez de votre isolement. N'hésitez pas à questionner votre entourage familial, amical, ou des professionnels : médecin de famille, consultations ONE, maisons de quartier, espaces rencontres, planning familial,...

- ***Vous êtes mineur et vous avez un enfant...***

Dans ce cas, vous-êtes vous-même sous l'autorité de vos parents.

Cependant, c'est bien vous qui exercez l'autorité parentale sur votre enfant au même titre que si vous étiez majeur.

Bien que précoce, votre responsabilité est la même que celle de n'importe quel parent. Cela n'est cependant pas

facile. Cherchez dès lors à vous faire aider...

- **Vous confiez l'enfant à ses grands-parents...**

Aux yeux de la loi, seuls le père et la mère de l'enfant détiennent l'autorité parentale.

Votre enfant reste sous votre autorité parentale. Même si vous déléguez une part de son éducation à ses grands-parents, ceux-ci ne détiennent pas l'autorité parentale.

Accepter de se faire aider



Bien placer son autorité

Le juste exercice de l'autorité n'est pas chose facile.

Parfois, c'est un jeu d'enfant. Vous parlez, il obéit ! Souvent, c'est rudement plus compliqué !

Personne n'aime entrer dans l'épreuve de force avec son enfant. Parfois, il vous arrive de céder pour éviter les discussions, les lamentations, les pleurs...

Qui n'a pas vécu la « crise du grand magasin » ? A la caisse, vous devenez tout à coup le mauvais parent qui n'arrive pas à faire taire son impossible marmot hurlant devant les paquets de bonbons tant convoités... et vous cédez ! Soyez assuré qu'il n'aura pas oublié votre faiblesse... et sa force lors de son prochain passage au super marché.

Il peut vous sembler plus gratifiant à court terme d'adopter des attitudes permissives. Cependant votre enfant risque de développer des comportements « d'enfant roi »... et, à terme, de devenir un ado « tout puissant ».

Autre piège : le laisser-faire... Et cela peut commencer très tôt.

Que ce soit par principe (volonté de laisser vos enfants découvrir par eux-mêmes la réalité de la vie ou par démission), ce laisser-faire va vous empoisonner l'existence pendant quelques longues années... et rendre l'adolescence de votre enfant bien peu confortable, quoiqu'il en dise.

Parce que votre enfant n'est pas différent des autres, parce que votre enfant ne sait pas naturellement ce qui est bien pour lui, parce que votre enfant adore flirter avec les limites, l'interdit... il a besoin que vous lui disiez NON !

Prendre sa douche : pas le choix !

Marcher sur le trottoir : c'est comme ça !

Se faire punir quand le bulletin est trop mauvais : pas de « PlayStation » ! Fallait s'y attendre !

Le bonheur de votre enfant ne dépend pas de la satisfaction de ses désirs immédiats.



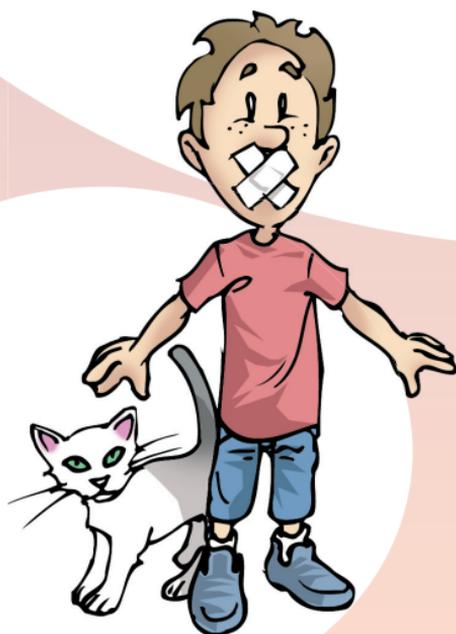
Différencier autorité et autoritarisme

Ne vous y trompez pas ! Vous pouvez faire preuve d'autorité sans basculer dans l'autoritarisme !

L'autorité, c'est la capacité que l'on a de faire admettre et respecter les règles de vie à la maison, en société, avec autrui.

L'autoritarisme, c'est tout autre chose. C'est une forme de domination pour exercer à tout instant un pouvoir alors que ces limites n'ont aucune signification.

L'autoritarisme se caractérise par un contrôle rigide, une communication à sens unique, des limites qui n'ont pas de sens avec peu de marge de manœuvre, qui varient en fonction de vos états d'âme. Il s'agit davantage d'un rapport de force que d'une attitude éducative.



Mettre des limites

C'est en se frottant aux réalités de la vie, à vos exigences, que votre enfant se construit en apprenant à gérer ses frustrations et ses émotions.

Cette expérience vient contrer son sentiment de toute puissance des premières années de sa vie où il se vit comme le maître du monde.

Les limites et les frustrations qu'elles engendrent lui permettent de comprendre qu'il ne peut pas obtenir tout ce qu'il demande. Petit à petit, il intègre le principe de réalité et construit son rapport à autrui.

Un cadre repérable donne à l'enfant le sentiment d'être « contenu ». Offrir un cadre sécurisant, c'est donner à l'enfant des repères qui l'aident à grandir en toute sécurité, en toute quiétude sous le regard bienveillant de ses parents. Autorité parentale rime avec amour.

Votre enfant a besoin de règles et de repères pour se structurer. Les limites sont nécessaires. Il vous le fait savoir en vous testant régulièrement. Les règles lui permettent d'apprendre à distinguer ce qui est bon pour lui et ce qui ne l'est pas, ce qui est dangereux ou non.

Il existe une hiérarchie dans les règles, en fonction de l'âge, du contexte ou du sujet.

Certaines règles régissent la vie en société. Tout le monde y est soumis. «Tu ne tueras point. Tu ne voleras point. Tu ne blesseras pas autrui »...

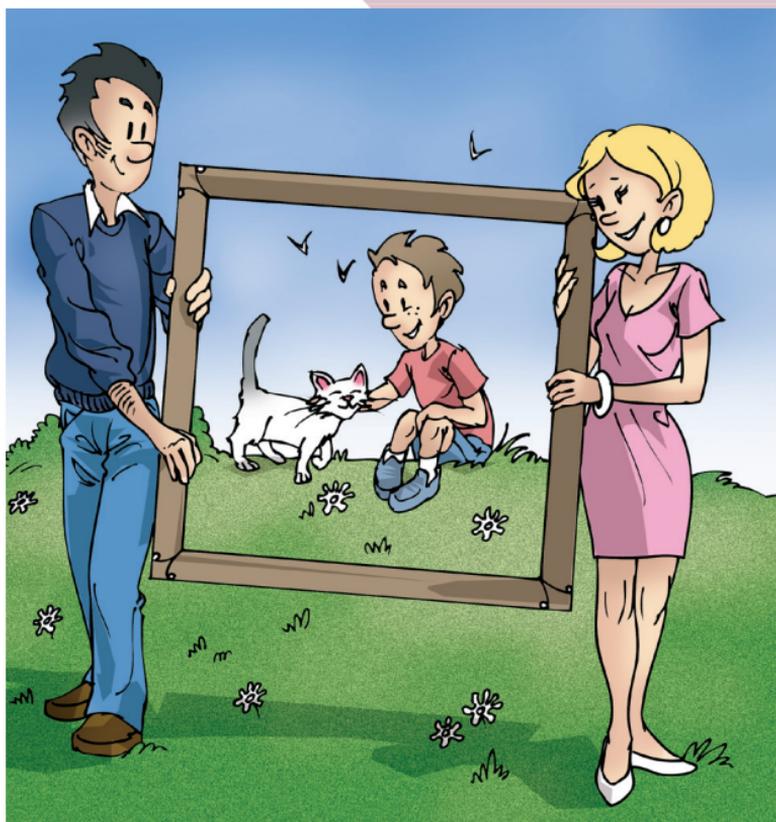
D'autres touchent à la protection de votre enfant ou à ses besoins vitaux. Elles évoluent en fonction de son âge et de son degré de maturité. «Tu n'acceptes pas de bonbons de la part de quelqu'un que tu ne connais pas. Tu nous informes de l'endroit où tu passes la soirée »...

D'autres encore varient en fonction des valeurs. «Tu ne jettes pas les papiers par terre. Tu cèdes ta place dans le bus ».

Plus votre enfant grandit et devient à même de comprendre son environnement, plus vous lui expliquerez les règles, voire plus tard, vous les négocierez avec lui pour qu'il fasse l'expérience de l'autonomie.

Cependant, tout n'est pas négociable et, en définitive, c'est à vous que revient le dernier mot.

Mettre des règles et faire preuve d'autorité, c'est une manière de montrer que vous êtes capable de protéger votre enfant.



Si les limites ne sont pas mises ?

L'absence de limites claires est génératrice d'angoisse.

Seul devant des choix qu'il est incapable de faire, faute de la maturité nécessaire, ne pouvant intégrer de lui-même

les normes et les interdits, votre enfant développera un sentiment de toute puissance pour cacher son angoisse.

Il vous confrontera à des exigences incessantes, harcelantes. Il ira toujours plus loin dans la provocation pour attirer votre attention, pour vous tester. Et, à ce jeu-là, l'enfant, le pré-ado, l'ado peuvent faire preuve d'une imagination débordante. Votre enfant peut rêver de vous voir mettre le genou à terre...et il est capable d'y arriver à vos dépens ! Si vous le laissez faire ou si, involontairement, vous l'y entraînez.

Centré sur lui-même, il n'aura appris ni ses propres limites, ni la nécessaire prise en compte de l'existence d'autrui. Incapable de discipline, il éprouvera des difficultés à s'intégrer harmonieusement dans la vie sociale. Et ceci dès l'école.

Si les limites n'ont pas été mises dans l'enfance, vous risquez d'être confronté plus tard à l'escalade dans l'agitation, le défi, le rapport de forces, l'agressivité verbale, voire physique.



Comment exercer l'autorité ?

Partir du bon pied

L'enfant naît « roi ». Au-delà de cinq ans, s'il n'a pas appris à dépasser ses frustrations, la situation peut devenir compliquée.

À la naissance, le bébé ne fait pas la distinction entre lui et le reste du monde. Soumis à la satisfaction immédiate de ses instincts, il dépend entièrement de vous. Il pleure ou s'agite lorsqu'il n'obtient pas ce qu'il veut. Ces signaux, vous allez petit-à-petit apprendre à les décoder : la faim, la fatigue, le besoin d'attention... vous apprendrez aussi à reconnaître ses caprices.

En lui parlant, en le prenant dans vos bras, vous lui offrez une certaine « contenance » qui le rassure et lui permet de supporter l'attente.



Un rituel clair, le lien d'attachement, le respect de ses rythmes, la communication verbale et non verbale vont lui permettre de se familiariser avec son environnement et lui donner des repères.

De deux ans à quatre ans, c'est la phase du « non ! », de l'affirmation de soi. L'enfant recherche son identité et forge son caractère. Voyez... il trépigne, crie, fait des crises de rage. Vos nerfs sont mis à rude épreuve ! Courage, vous n'êtes pas au bout de vos peines.

Ces colères ne durent pas. Patience ! Ecoutez-le sans céder à ses exigences. « Tu ne veux pas aller au lit ? C'est sûr, tu ne trouves pas ça chouette... mais tu pleures parce que tu es fatigué. Ouste, on va faire dodo... et demain : la forme ».



Vers six/sept ans, l'enfant comprend que les règles sont différentes d'un milieu à l'autre : la famille, l'école, les lieux de loisirs,... il devrait commencer à faire la part des choses. Ne rêvez pas !

Votre petit bout de chou se fera un plaisir de vous confronter à toutes ces différences.

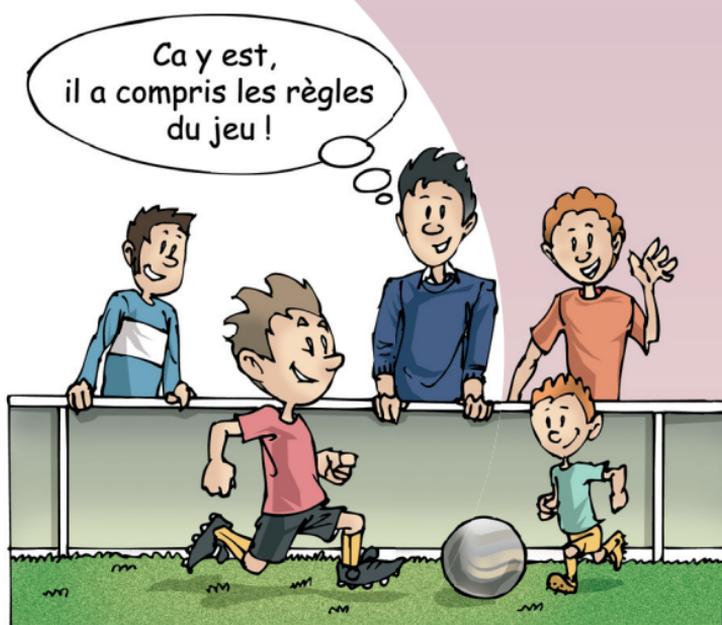
Peu à peu, il devient capable de respecter des consignes de plus en plus complexes. Il prend part aux jeux de société, de stratégie, de coopération. Il apprend à contourner les règles, en trichant par exemple, et à les négocier. « Si je range ma chambre, je peux rester dormir chez ma copine Jennifer ? ».

Plus tard, à l'adolescence, il cherchera à se confronter à la règle.

Personne n'y échappe. Certains ados passent « leur crise », en vous en faisant voir, il est vrai, mais dans des limites raisonnables. D'autres, par contre... !

Certes, vous n'êtes pas totalement responsable de l'ampleur du tsunami qui vous ébranle... Mais... Comment allez-vous pouvoir redresser la barque au moment le plus « hard » ? Comment arriverez-vous à dire non ? Si... vous ne l'avez jamais fait auparavant !

Plus vite vous apprenez à votre enfant le respect des règles et des limites, plus facile sera votre tâche de parents. Alors, n'attendez pas !



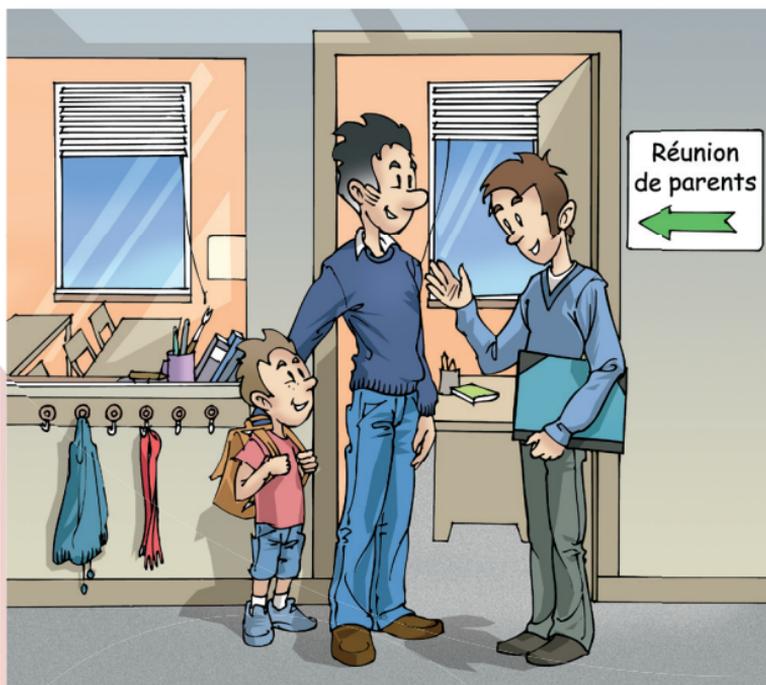
Créer des alliances éducatives

Instaurez des liens de confiance avec les personnes et les institutions auxquelles vous avez confié votre enfant. Cela aide à le faire grandir.

L'école est un milieu de socialisation. Voyez-la comme un partenaire dans l'éducation, complémentaire à ce que vous pouvez donner à votre enfant. Mais ne rêvez pas, elle ne va pas se substituer à vous.

Restez attentif aux devoirs, au journal de classe, aux bulletins. Restez vigilant à la régularité de la fréquentation scolaire.

Même si c'est difficile, franchissez les portes de l'école pour maintenir les liens et construire une cohérence éducative.



La règle des 5 C

Soyez clair, concret, cohérent, constant et conséquent !

Les règles doivent être *claires et concrètes*.

« Ne mange pas tout ce paquet de bonbons »... Subtil, tout en étant obéissant, il suffit à votre rejeton de laisser un bonbon au fond du sachet. De là à lui dire que c'est lui qui décide de ce qui est bon pour lui... Soyez précis dans vos exigences.

Soyez cohérent !

Vous représentez un modèle pour votre enfant. Ne vous autorisez pas ce que vous lui interdisez, vous êtes sous sa loupe.

Soyez constant !

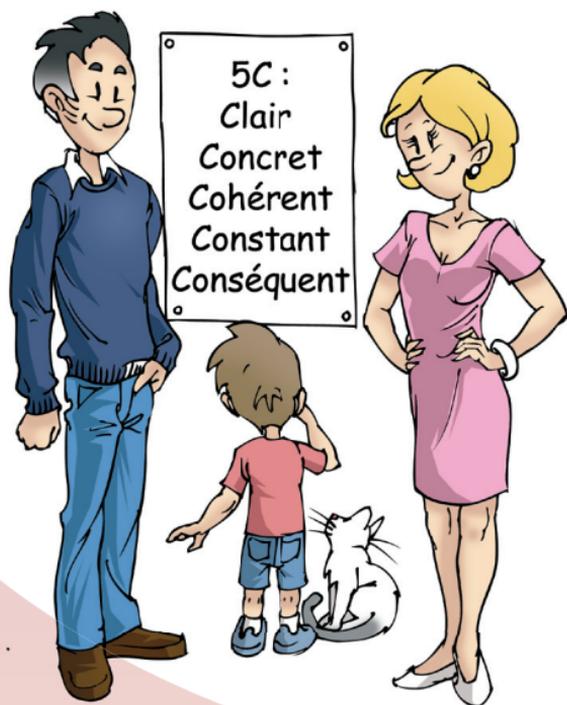
Ce n'est pas gagné. Dans la majorité des cas vous arrivez à tenir bon... Mais chacun sait combien les enfants peuvent vous demander trente-six fois la même chose : « Allez maman, pour une fois ! ». Ne craquez pas. Et si vous cédez (fatigue, envie de voir le film à la télé)... soyez clair, ne perdez pas la face : « c'est exceptionnel parce que... »

Apprenez à tenir bon !

Soyez conséquent !

Les limites ne servent à rien si elles ne sont pas suivies de sanctions lorsqu'elles sont dépassées.

Facile à retenir... et très efficace : la règle des 5 C



Expliciter la loi

Obéir sans comprendre n'a pas de sens même si parfois, votre enfant doit se soumettre à la loi parce que « c'est comme ça ». « On ne mange pas de chocolat avant le repas. On ne donne pas de coups de pieds dans la porte »...

Eduquer, c'est apprendre à votre enfant qu'il existe des lois qui permettent de vivre de manière harmonieuse en société.

Combien de fois, ne vous demande-t-il pas le pourquoi des choses ? Un nombre incalculable !

A force d'explications et de répétitions, il va faire siennes les règles et s'en servir de repères.

Renforcer les comportements positifs

Le non-verbal est important dans la relation.

Lorsque votre enfant respecte les règles, montrez que vous êtes fier de lui.

Vous êtes extrêmement important à ses yeux. Le fait de s'arrêter sur un comportement positif lui procure du plaisir. Il y a déjà tellement d'occasions de le réprimander. C'est ainsi qu'il va chercher à reproduire le comportement valorisé et intégrer ce que vous attendez de lui.

C'est également de cette façon qu'il va prendre plaisir à cultiver la confiance que vous placez en lui.

Un sourire, un geste, une parole : une façon de le féliciter d'avoir adopté un comportement que vous lui avez appris.



Sanctionner

Il ne s'agit pas de rétablir l'âge de la fessée ! Sanctionner ne peut pas porter atteinte à la personne de votre enfant, à son intégrité émotionnelle ou physique.

De même, pas de « je ne t'aime plus, tu es méchant » !!! Pas question de rejet ou de chantage affectif.

La sanction doit être une conséquence réaliste et proportionnée. Elle doit être brève et rapide.

Si vous allez jusqu'au bout de vos limites avant d'éclater, il est évident que votre réaction ne sera pas proportionnée à la gravité des faits. Vous vous fâchez, vous explosez, et puis vient l'accalmie. Votre enfant aura vite compris qu'il suffit de laisser passer l'orage !

Par contre, une intervention rapide et expliquée est efficace. « Tu viens d'insulter ta sœur. Présente-lui tes excuses et va dans ta chambre. Maintenant ! ». Vous réaffirmez la règle de manière ferme et nette.

La sanction s'adresse à un comportement, non à la personne.



Se confronter à ses peurs

Oui. Vous allez vous confronter à vos peurs pour assumer votre responsabilité.

Non. Ce n'est pas facile tous les jours.

Parfois, vous aurez peur d'opprimer votre enfant. Vous aurez peur de vivre son rejet. Vous aurez peur de perdre son affection.

Vous aurez envie de le « gâter », d'être permissif. Vous aurez peur d'être jugé, surtout si vous assumez seul son éducation, si vous êtes séparé, si vous travaillez et que vous avez peu de temps à passer avec lui.

Dépasser ses propres peurs, c'est prendre en compte l'intérêt véritable de l'enfant.

Dépassez l'immédiat.

Mettez des balises en fonction de son intérêt, de sa sécurité, de son épanouissement, en fonction de son âge, de ce que vous avez construit avec lui.

Ecoutez ses émotions et expliquez-lui pourquoi vous mettez les limites.

L'éducation est une entreprise à long terme. C'est un processus qui se déroule dans une perspective de continuité.

S'opposer, sanctionner, c'est aussi aimer l'enfant.



Les pièges à éviter.

- Menacer sans agir

Inutile de brandir des menaces de punitions que vous ne pourrez pas tenir. « Tu seras privé de télévision pendant six mois ! » Irréaliste et sans effet.

- Croire que quelqu'un d'autre fera le travail

Vous êtes les premiers « agents de socialisation » de votre enfant. Même s'il en existe d'autres (l'école, la garderie, l'école des devoirs, les clubs sportifs, les stages de vacances...) où il apprend les règles de vie en société, c'est vous qui détenez l'autorité parentale et la lourde tâche de la faire respecter.

Les différents milieux de vie sont complémentaires mais ne remplacent pas les parents.

Si vous n'avez pas affirmé votre autorité parentale, votre enfant sera confronté pendant sa scolarité à des règles qu'il n'aura pas apprises à respecter. Il risque d'adopter à l'école des comportements inadéquats et d'éprouver une difficulté à s'intégrer dans les groupes d'enfants et à respecter les consignes données par l'instituteur.

Soyez solidaire avec les professionnels à qui vous confiez votre enfant. A partir de points de vue et de responsabilités différentes, vous avez un objectif commun : l'éducation de l'enfant.

- Laisser passer

Il arrive à chacun de se sentir fatigué ou débordé. Il est plus facile de laisser passer et de se dire « pour une fois »... Sachez que ce faisant, vous affaiblissez votre autorité.

- Négocier ce qui n'est pas négociable

Le dialogue est essentiel dans l'éducation. Toutes les règles ne sont pas immuables. Le dialogue vous permet d'expliquer les raisons du changement en fonction des besoins de l'enfant.

Rappelez-vous qu'il existe une hiérarchie dans les règles. Certaines choses ne peuvent pas être remises en question. A six ans, mettre son manteau parce qu'il fait froid n'est pas négociable. Préférer le vert au bleu peut être discuté.



Vous commencez à perdre pied ?

Il importe de faire la distinction entre ce qui répond aux besoins de l'enfant et ce qui est de l'ordre du caprice.

Restaurez un cadre de vie avec des règles explicites.

Fixez-vous de petits objectifs à court terme, que vous pouvez tenir.

Commencez par les repas. (Ré)instaurez la règle du repas pris en famille à des heures fixes que l'enfant doit respecter.

Fixez une heure de coucher.

En fonction de son âge, établissez des « contrats » pour ce qui concerne ses études, sa participation aux tâches ménagères, ses loisirs.

Définissez des sanctions s'il ne répond pas aux règles que vous avez mises en place. Elles seront courtes, immédiates et réalistes.

Acceptez les conflits sans céder.

TENEZ BON !!!

Affirmer des règles simples à tenir.

Quelques mots pour la fin...

Etre parent, c'est un travail de tous les jours qui demande de la cohérence.

Les réponses aux nombreuses questions qui jalonnent votre parcours de parent, vous les avez en vous-même.

Votre entourage, la famille élargie, les amis peuvent vous donner quelques conseils.

Les accueillantes de la crèche, les enseignants, votre médecin de famille, les animateurs de services d'accueil extrascolaire ou d'écoles de devoirs, les responsables de clubs sportifs ou d'associations de loisirs connaissent votre enfant et sont souvent au courant des difficultés que vous pouvez rencontrer. Ils peuvent également vous donner un coup de pouce, un conseil, une orientation.

Si vous ne trouvez pas de réponses adéquates, n'hésitez pas à pousser plusieurs portes : le centre PMS, un service d'Aide en Milieu Ouvert, un centre de planning familial, un service de santé mentale,... Vous y trouverez une orientation ou une aide individualisée qui vous permettra de reprendre confiance pour jouer pleinement votre rôle de pilier dans l'éducation de votre enfant.

Les cartes du devenir de votre enfant sont dans vos mains...

En savoir plus

Livres

Anne BACUS, « 100 façons de se faire obéir (sans cris ni fessées) », Marabout, 2012

Patrick DELAROCHE, « Parents, osez dire non ! », Livre de Poche, 2007

Ouvrage collectif sous la direction de Philippe BEAGUE, « Quels repères pour grandir ? », Couleur Livres - Fondation Française DOLTO, 2004

Didier PLEUX, « De l'enfant roi à l'enfant tyran », Odile Jacob, 2006

Brochures

Laurence GAVARINI, Jean-Pierre LEBRUN et Françoise PETIOT, « Avatars et désarrois de l'enfant-roi », Temps d'arrêts / Lectures, Ministère de la Communauté française, 2007

« Grandir avec des limites et des repères », Brochure ONE, 2006

Vers qui se tourner ?

www.aidealajeunesse.cfwb.be

www.enseignement.be

www.yapaka.be

www.one.be

www.ecoledesparents.be

www.bruxellessocial.irisnet.be

www.citoyenparent.be

www.loveattitude.be

www.planningfamilial.net

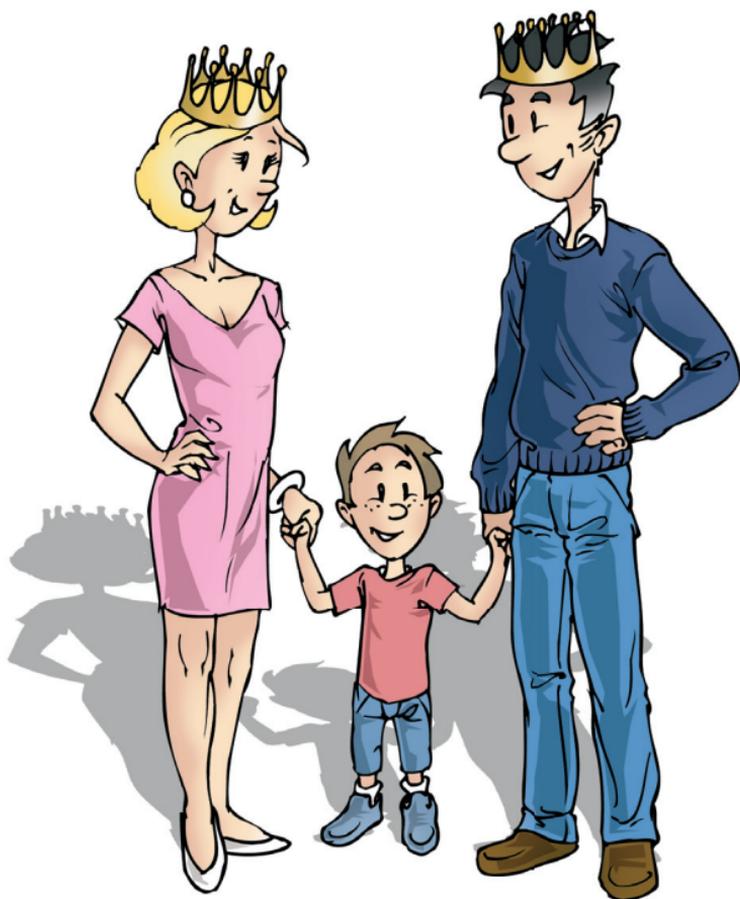
www.fcppf.be

www.planningsfps.be

www.fcpc.be

www.maisonmedicale.org

www.lbfsm.be



Projet de prévention générale dans le cadre du plan
d'actions du Conseil d'Arrondissement de l'Aide à la
Jeunesse 2012

Avec le soutien de la Fédération Wallonie-Bruxelles

