

Chronique «À vos devoirs!»

«LA DISCIPLINE AU QUOTIDIEN»
Conférence du 4 novembre 2015 avec Madame Francine Bélair

Photos : Dany Germain

Selon la Théorie du Choix^{MD}, les enfants, comme tous les êtres humains, cherchent avant tout à satisfaire leurs besoins fondamentaux. Un mauvais comportement dissimule souvent un besoin auquel le jeune cherche à répondre. Le fait de le comprendre permet d'intervenir de façon plus efficace et de s'éviter bien des désagréments. Madame Bélair nous propose une approche positive et chaleureuse de la discipline qui prend en compte cinq besoins :



LA SÉCURITÉ- Des repères comme les routines, les rituels et les règles contribuent à consolider le sentiment de sécurité. Quand c'est possible, expliquez à l'avance à votre enfant comment un événement va se dérouler et ce qu'on attend de lui.

L'APPARTENANCE - Votre enfant a besoin de se savoir digne d'amour et de se sentir accepté tel qu'il est. Votre amour inconditionnel lui assurera les meilleures bases possibles. La qualité des relations familiales l'encourage à développer des attitudes de collaboration.

LE POUVOIR - Si ce terme est souvent associé à la domination et à la puissance, ici, il est plutôt question de la possibilité d'avoir de l'impact sur sa vie. Selon l'âge de votre enfant, faites en sorte qu'il puisse être le plus autonome possible au niveau de son corps (soins, habillement, coiffure, etc.), et qu'il ait la possibilité d'exercer une influence sur son environnement, par exemple en le laissant décider de certaines choses. Assurez-vous qu'il puisse pratiquer des activités qui lui permettent de se sentir compétent.



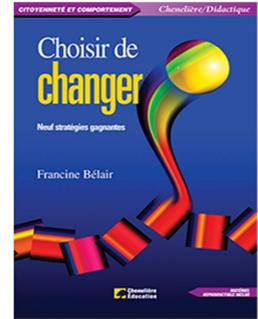
LE PLAISIR - Cette notion va bien au-delà de l'amusement ou du divertissement. L'enfant qui tire une satisfaction de ses apprentissages et de ses réalisations sera porté à répéter ses efforts, même lorsque c'est difficile. Par contre, face à la pression ou la critique, même constructive, il pourrait réagir négativement.

LA LIBERTÉ - Que ce soit pour l'enfant ou l'adulte, l'idée de «faire ce que je veux quand je le veux» est bien tentante. Mais le véritable exercice de la liberté vient avec la possibilité de faire des choix. Et choisir implique toujours un renoncement. Lorsque l'on se plie toujours à ce que l'enfant veut, on ne lui permet pas de faire les apprentissages nécessaires à l'usage de la liberté.

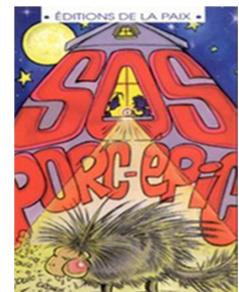
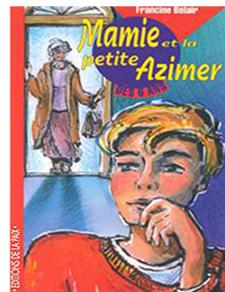
« Personne ne meurt d'une surdose de besoins trop bien satisfaits! »

D'autres ressources produites par Madame Francine Bélair

- Un article proposant une démarche à privilégier pour la discipline : <http://pro-action.ca/la-discipline-a-la-maison>
- Une vidéo qui présente les grandes lignes de la Théorie du Choix^{MD} : <http://pro-action.ca/les-chroniques-de-francine>
- Le livre *Choisir de changer*
Très apprécié des parents, ce livre propose un regard nouveau et des conseils pratiques pour apprivoiser le changement...
- Des romans jeunesse dont le contenu interpelle aussi les adultes qui « lisent par-dessus l'épaule de l'enfant » :
 - Les dents d'Akéla (9 ans et plus)
Une histoire de courage, de responsabilité et une vision nouvelle de la discipline (101 pages).
 - Mamie et la petite Azimer (6 ans et plus)
La perception d'un jeune enfant de sa grand-maman qui a l'Alzheimer (113 pages).
 - SOS Porc-Épic (9 ans et plus)
Un livre sur la confiance en soi. 124 pages.



À noter que les deux premiers ouvrages ont fait partie de la Sélection de Communication-Jeunesse 1999-2000. De plus, Mamie et la petite Azimer a été retenu au nombre des 200 titres toutes catégories du « Palmarès dans tous ses états » publié par Livre d'ici.



<http://pro-action.ca/categorie-produit/romans-jeunesse>

D'autres publications de la conférencière

À l'exception de « Choisir de changer », les publications qui figurent sous ce lien s'adressent à des professionnels, mais certains parents pourraient les apprécier.

<http://pro-action.ca/categorie-produit/publications>

Lucie Desruisseaux,
Responsable du soutien aux Rendez-vous RAP d'Amos

« Fais émerger
ta détermination! »