

La prochaine fois

Quand vos enfants vont à l'encontre d'une règle, par exprès ou par erreur, insistez-vous sur les détails... et sur toutes les autres fois où c'est arrivé par le passé? Ou choisissez-vous plutôt de leur dire ce qu'ils devraient faire la prochaine fois?

Si vous mettez l'emphase sur le passé, vous manquez une occasion d'enseigner à vos enfants les comportements auxquels vous vous attendez. Quand vous vous tournez vers l'avenir, vous pouvez transformer des erreurs en occasions d'apprentissage. En fait, dans son livre *Les merveilleuses façons d'aimer son enfant*, l'auteure Judy Ford appelle les erreurs « la pierre angulaire sur laquelle nous bâtissons nos réussites. »

La colère nous fige dans le passé

Lorsque les enfants se comportent mal, nous avons tendance à nous sentir impatients, déçus, frustrés et/ou découragés. Souvent, ce mélange d'émotions finit par une explosion de colère. La colère nous donne beaucoup d'énergie (nous levons la voix, nous avons le goût de frapper), mais généralement elle brouille notre jugement.

Il est difficile de garder son calme quand notre pensée n'est plus logique. Sous l'effet de la colère, il est plus facile de crier et de gronder que de discuter ce qui pourrait être amélioré une autre fois. Quand les jouets traînent partout (encore une fois!), il est plus facile de tempêter que de prévoir comment on pourrait les ranger sur une base régulière.

La discipline comme enseignement

La vraie discipline s'oriente vers l'avenir. On doit enseigner aux enfants comment se comporter de façon appropriée, selon leurs compétences croissantes et selon nos attentes et nos valeurs. Nous voulons donner à nos enfants des outils pour réussir leur vie.

Quand nous pouvons garder ce but en tête, nous sommes mieux équipés pour contrôler notre colère. Nous pouvons donc exprimer notre frustration... pour ensuite tourner les yeux vers l'avenir. Il y a des mots qui responsabilisent : « *La prochaine fois, comment pourrais-tu faire mieux?* » ou « *La prochaine fois, je m'attends à...!* »

Trouver une solution

Les situations de conflit qui se répètent nous indiquent souvent une difficulté cachée qui doit être réglée avant

de pouvoir éliminer le mauvais comportement. En examinant attentivement ce qui ne fonctionne pas, nous pouvons trouver des indices qui nous guideront vers une solution du problème.

Par exemple, quand les jouets traînent, savons-nous adapter nos attentes à l'âge de l'enfant? Un enfant de deux ans est capable de ranger quelques jouets sur la tablette avec de l'aide, mais on ne peut pas s'attendre à la perfection. Y a-t-il un espace de rangement situé à la portée de l'enfant? Sinon, peut-être faudrait-il installer des tablettes à sa hauteur. Est-ce que l'enfant est intimidé par la corvée? Parfois, la complexité de la tâche accable un jeune enfant. Il ne sait pas par quoi commencer. C'est l'occasion parfaite de montrer qu'on peut aborder un grand projet en le divisant en morceaux de taille raisonnable : commencer dans un coin et travailler vers le centre ou mettre d'abord tous les blocs dans une boîte.

Des habiletés pour la vie

Ne vous attendez pas à des résultats instantanés. Des habiletés de ce genre se maîtrisent graduellement, mais elles seront utiles aux enfants toute leur vie. Savoir comment entamer un travail qui paraît énorme sera toujours un atout — que l'on s'en serve pour ramasser ses jouets, pour faire ses devoirs de maths, pour faire des recherches pour un projet de classe ou pour démarrer un nouveau projet au travail.

Souvent les disputes entre frères et sœurs sont un point chaud pour les parents. Puisqu'il est irréaliste de s'attendre à l'harmonie parfaite entre frères et sœurs, les parents peuvent profiter de l'occasion pour enseigner des aptitudes utiles à la vie en société: la communication, la négociation et la résolution de conflit. Ceci permet aux enfants de pratiquer dans la famille des techniques qui les aideront à gérer les conflits dans d'autres situations.

La prochaine fois... pour les parents aussi

Les parents peuvent suivre la même approche face à leurs propres erreurs. Quand nous avons fait ou dit quelque chose à nos enfants que nous regrettons par la suite, plutôt que de se croire mauvais parents, nous pouvons planifier comment nous allons mieux réagir... la prochaine fois.

par Betsy Mann