

Les récompenses et leurs inconvénients

De nombreux parents décident de se servir de récompenses plutôt que de punitions dans le but de contrôler le comportement de leurs enfants. Si tu quittes le parc sans pleurer, tu auras un biscuit; si tu accumules vingt étoiles dorées en faisant des tâches ménagères, tu mériteras un nouveau jeu électronique. Voilà des exemples typiques de récompenses qui, la plupart du temps, permettent d'obtenir de bons résultats à court terme.

Mais la récompense a ses inconvénients. Comme la punition, elle revient à manipuler le comportement de l'enfant plutôt qu'à l'aider à acquérir le sens des responsabilités et des valeurs morales.

Les problèmes éventuels

- **Les attentes iront en grandissant** - Les enfants plus âgés risquent d'exiger des récompenses plus importantes. Une auto miniature par semaine suffit aujourd'hui à convaincre votre petit bonhomme de s'habiller pour aller à la garderie. Quand il aura 16 ans, devrez-vous lui promettre une décapotable pour qu'il n'abandonne pas ses études?
- **Ce jeu peut se jouer à deux** - À force de vous avoir souvent entendu dire : « Si tu fais ceci, je te donne cela », votre enfant pourrait prendre l'habitude de lui-même commencer les négociations : « Je ferai ceci seulement si tu me donnes cela. » Donc, si vous ne tenez pas à marchander le moindre service demandé, expliquez-lui que les membres d'une même famille s'entraident normalement sans attendre de récompenses.
- **Quelles valeurs communiquez-vous?** - Quand vous choisissez la récompense que vous associez à une action, pensez que du même coup vous communiquez à votre enfant ce que vous croyez important dans la vie. En disant, « Fais ceci et tu auras cela », vous lui dites que l'action que vous lui demandez d'accomplir *en soi* n'en vaut pas la peine. En réalité, nous avons habituellement de bonnes raisons pour justifier ce que nous exigeons des enfants, des raisons qui n'ont rien à voir avec une récompense immédiate. Si nous voulons qu'ils se lavent les mains avant de manger et qu'ils portent un casque en vélo, c'est pour qu'ils apprennent à s'occuper de leur propre santé et de leur sécurité. Si nous les obligeons à attendre leur tour et à nettoyer leur dégât, c'est pour qu'ils apprennent à faire preuve de considération envers les autres.

Si vous récompensez un bon comportement avec des biens matériels (jeux, jouets, etc.), l'enfant peut en conclure que la valeur d'une personne se mesure par les

biens qu'elle accumule et par conséquent, s'il n'a pas le jouet de dernière mode, il ne doit pas être « correct ».

Si vous donnez de la nourriture comme récompense, un enfant peut apprendre à associer l'approbation et le bonheur au fait de manger, surtout des sucreries. Certains professionnels y voient un facteur contribuant aux troubles d'alimentation.

Peut-on offrir sourires et caresses comme récompense? Certainement, à condition d'en offrir également de façon gratuite, même quand le comportement de l'enfant n'est pas à son meilleur. Quand ces gestes d'affection ne sont disponibles qu'en guise de récompense, l'enfant peut décider qu'il n'est aimable que lorsqu'il se plie aux exigences des autres.

Alors, que peuvent faire les parents?

- Récompensez les enfants en leur **proposant des choix dans les limites de l'acceptable**. « Tu peux regarder la télévision une heure par jour avant le souper, et c'est toi qui choisis l'émission. » À mesure que l'enfant, en grandissant, apprend à prendre des décisions, vous pouvez repousser les limites. Vous lui enseignerez non seulement comment se comporter correctement, mais aussi comment faire des choix éclairés.
- **Complimentez l'enfant en décrivant** ce que vous voyez ou ressentez plutôt qu'en prononçant un jugement. Au lieu de : « Beau travail! », essayez : « Les robinets brillent maintenant! Merci! » L'enfant pourra alors s'évaluer lui-même : « Mon travail fait une différence chez nous! »
- Parfois, les enfants semblent agir de façon à irriter leurs parents dans le but d'attirer leur attention. Encouragez un meilleur comportement en leur **portant attention et en montrant votre approbation** quand leur comportement vous plaît. « J'aime donc ça quand je trouve le comptoir propre en arrivant du travail! »
- La récompense peut être **la conséquence logique du comportement** désiré. « Si tu es au lit à huit heures, on aura le temps de câliner en lisant une histoire; sinon, on essaiera de nouveau demain. »
- **Choisissez des récompenses selon vos valeurs**. Par exemple, pour promouvoir l'esprit de famille, célébrez une bonne semaine en improvisant une soirée familiale « vidéo et maïs soufflé ».

par Betsy Mann

Sources : *Faber and Mazlish*, Parler pour que les enfants écoutent, écouter pour que les enfants parlent; *Crary*, Pick Up Your Socks. Le site www.alfiekohn.com (en anglais seulement) renferme d'autres renseignements sur la motivation par les récompenses.