

## La discipline... ce cadre nécessaire !



Lorsqu'on parle de discipline c'est inévitable, plusieurs d'entre-nous avons une certaine réticence. Nous avons malheureusement une vision négative de ce mot. Nous associons souvent discipline et restriction, discipline et fermeture. Mais ce n'est pas le cas. La discipline pour un enfant est un cadre sécurisant. Mais pour qu'il en soit ainsi, les intervenants et les parents doivent connaître et appliquer la règle de base.

### La règle des 5 "C"

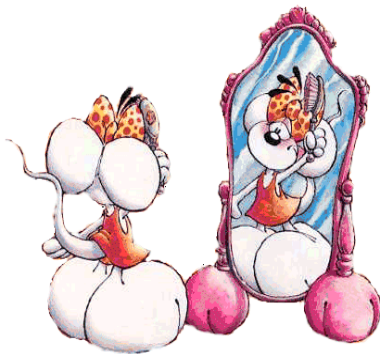
Pour avoir un sens, les règles de discipline doivent être **claires, concrètes, constantes, cohérentes et conséquentes**; c'est la règle des cinq «C». Quand il existe un problème de discipline, c'est souvent parce que l'un de ces éléments fait défaut.

Tout d'abord, **pour être clair, l'enfant doit comprendre pourquoi son comportement est inacceptable**. S'il frappe quelqu'un, il doit pouvoir réaliser que la violence est inadmissible pour papa, maman et son éducatrice. Pour chaque règle, vous devez être **capable d'en expliquer la raison** à l'enfant; aucune d'elles ne doit être gratuite.

Une règle doit être **concrète**. Si on dit à un enfant de 4 ans «Je trouve désagréable ce que tu fais, fais des efforts...», concrètement, cela ne veut rien dire pour lui. Il faut plutôt qu'il **sache ce que l'on attend de lui**. Par exemple : «On marche dans la garderie».



L'enfant doit pouvoir se fier aux réactions des parents et de son éducatrice. Les règles doivent être **prévisibles et constantes**, bien qu'il soit parfois difficile de l'être dans des moments de stress ou de fatigue. Même les moments de bonne humeur ne doivent pas modifier les règles habituelles. **Nous devons être fermes; dire deux fois la consigne puis passer aux conséquences précédemment expliquées à l'enfant**. De 5 à 10 ans, l'enfant peut retenir environ six règlements. Il vaut mieux en implanter peu, mais qu'elles soient constantes. N'oublions pas que nous travaillons en préscolaire.



**Pour la *cohérence*, on se doit de montrer l'exemple!** Si on demande à Simon de manger ses brocolis, mais qu'on n'en mange pas, c'est une incohérence. Si on demande à Léa de ne pas frapper sa sœur, mais que l'on donne parfois la fessée, que l'on demande aux enfants de ne pas crier mais que nous même nous émettons nos consignes à distance en criant, ce sont aussi des incohérences. On ne peut implanter des règles ou des demandes aux enfants si nous même nous ne les appliquons pas. Pas toujours facile, n'est-ce pas?

Aussi, les règles transgressées doivent avoir une **conséquence logique reliée à l'acte**. Par exemple, si l'enfant insulte quelqu'un, il doit rendre service à la personne offensée ou encore faire une liste de ses qualités. S'il met le désordre, il doit remettre les choses en ordre. Il ne faut pas oublier qu'il est important pour l'enfant de parfois s'impliquer dans la décision : «Tu as le choix entre ranger tes jouets maintenant ou tout de suite après le souper». Impliquer l'enfant dans la dynamique et lui donner des choix lui **transmet le sens des responsabilités et le respect**. Petit truc pour trouver une conséquence logique : Trouver le contraire de l'acte ou du comportement inadéquat. Par exemple : Faire pleurer = consoler ou faire rire ou faire mal = soigner, briser = réparer.

Il est normal que tous les parents ou intervenants connaissent des moments d'impatience et de découragement, personne n'est parfait. Chaque enfant est unique et vient au monde avec son propre tempérament. Vous devez seulement établir et faire respecter des limites réalistes à l'intérieur d'un environnement stable et chaleureux.



### **À retenir... La règle des 5 « C »**

Nos énoncés et nos règles de discipline doivent être :  
**Clares, Concrètes, Constantes, Cohérentes et Conséquentes.**