

ENCADRER MON ENFANT

DE 6 À 12 ANS

Conserver une relation de confiance

Comment l'aider à :

Comprendre et
respecter les règles?

Développer
son autonomie?



Cela lui permet de :

L'encadrement facilite l'organisation familiale et soutient le développement de votre enfant.

- Développer son **autonomie**;
- Apprendre à **gérer ses émotions**;
- Mieux **fonctionner en groupe** (p. ex. : à l'école);
- Se sentir en **sécurité et aimé**;
- Mieux comprendre les **conséquences de ses comportements**.

Parlez avec l'autre parent des règles et des valeurs importantes pour vous et identifiez vos forces pour vous entraider.



Les règles doivent être :

- ▶ **Claires** : annoncer, expliquer les règles et ses conséquences à l'avance;
- ▶ **Concrètes et axées sur le comportement attendu** : « on marche » plutôt que « on ne court pas »;
- ▶ **Constantes et prévisibles** : appliquer toujours la règle de la même manière.



Entre parents, on peut avoir des approches un peu différentes.

Votre enfant est capable de s'adapter à ces différences si vous lui expliquez les règles.

L'important, c'est de s'entendre sur les principes les plus importants.

Les conséquences doivent être :

- ▶ **Appliquées immédiatement ou à court terme** après le non-respect d'une règle;
- ▶ **Liées au comportement** : « Tu es sorti jouer avec tes amis au lieu de faire tes devoirs. Demain tu ne pourras pas jouer avec eux tant que tu n'auras pas fini tous tes devoirs. »



Il faut éviter les punitions qui n'ont pas de lien avec le comportement (exemple : lui interdire son jeu préféré parce qu'il a été impoli). **La conséquence doit être le résultat du comportement.**

Encourager les bons comportements pour favoriser l'estime de soi de votre enfant :

« Tu as rangé tes choses!
Bravo, je suis fier de toi! »



Il est normal que votre enfant s'oppose parfois lorsque vous lui mettez des limites. Même si c'est difficile, il faut persévérer et demeurer constant.

Prenez un moment pour vous, si vous en ressentez le besoin.
Parlez de vos questionnements avec l'autre parent ou avec votre entourage.



POUR L'AIDER À... COMPRENDRE ET RESPECTER LES RÈGLES

Discuter des règles et des conséquences et s'assurer qu'il comprend :

Comme parent, vous aurez à mettre en place des règles qui déplaisent parfois à votre enfant, mais elles sont nécessaires. L'important, c'est de prendre le temps d'en discuter avec lui. De cette manière, vous lui offrez un encadrement sécurisant et vous soutenez son autonomie.



« Quand tu as fini de jouer, tu dois ranger ce que tu as utilisé. Tu ne pourras pas jouer avec autre chose avant d'avoir rangé. »

« Ça permet de garder la maison en ordre et d'éviter de perdre ou de briser tes choses. Est-ce que tu comprends ? »

Votre enfant se sentira plus en **confiance** et **collaborera** davantage.

Comme parent, vous êtes un modèle pour votre enfant. S'il vous arrive de donner le mauvais exemple, dites-le. Vous lui apprenez que personne n'est parfait!

DÉVELOPPER SON AUTONOMIE

Vers 6 ans

- ✓ Aider à ranger l'épicerie
- ✓ Choisir ses vêtements sans votre aide



Vers 9 ans

- ✓ Aider à passer le balai
- ✓ Ranger ses vêtements



Vers 12 ans

- ✓ Préparer un repas simple
- ✓ Faire son lavage



1 Faire participer votre enfant aux tâches quotidiennes :

2 L'encourager à faire des choix selon ses préférences :

« À toi de choisir l'activité en famille! »



3 Le laisser résoudre certains problèmes :

« Tu as été impoli, comment pourrais-tu te reprendre ? »

Lâcher prise!

En laissant votre enfant essayer de nouvelles choses, il faut lui faire confiance et accepter qu'il les fasse à sa manière, dans le respect des règles et de la sécurité.

Moi, parent

Quelles sont les règles les plus importantes pour moi et l'autre parent ?



Comment est-ce que j'entretiens le lien de confiance avec mon enfant ?

Comment j'exprime mes attentes à mon enfant ?

