

**Passe
partout**

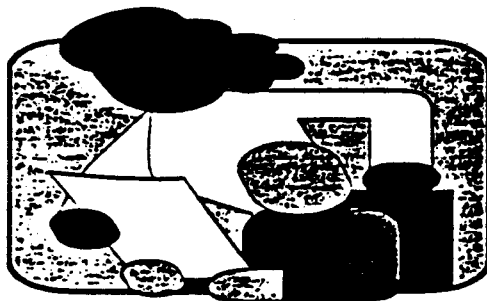


**UN SOUTIEN
À LA COMPÉTENCE
PARENTALE**

L'ENCADREMENT

OU LA

DISCIPLINE



LA DISCIPLINE ACTIVITÉS DIVERSES

Voici différentes activités à faire avec les parents, pour favoriser «des apprentissages» sur la discipline.

- Ma zone caoutchouc ou «Joue pas avec mon élastique» (C.S. de Victoriaville, Gilles Binette).
- Le tableau de gentillesse (C.S. de Victoriaville, Gilles Binette).
- Discipli-quizz (C.S. Des Cantons, Chantal Hamel).
- La baguette magique (C.S. des Cascades-l'Achigan, Marie Labrosse).
- Pourquoi tarder pour appliquer les conséquences (C.S. des Cascades-l'Achigan, Marie Labrosse).
- Nos réussites et nos espoirs (C.S. Taillon, Chantal Laurin).
- Réfecto (C.S. Taillon, Chantal Laurin).
- La signalisation (C.S. Taillon, Chantal Laurin).
- Trouvez les 10 vérités (C.S. Taillon, Chantal Laurin).
- Visionnement de vidéo (C.S. Pierre-Neveu, Louise Picard).
- Les styles de parents (C.S. Pierre-Neveu, Louise Picard).
- Mises en situation (C.S. Beauport, Paule Miller).
- Résonnance (C.S. Beauport, Paule Miller).
- Les «5 C» de la discipline (C.S. des Laurentides, Angéline Pelletier).
- Retour sur mon enfance (C.S. Chaudière-Etchemin. Daniel Allard).
- Questions sur la discipline (C.S. des Laurentides, Angéline Pelletier).
- La guerre des Clans joue à la discipline (C.S. des Cantons, Chantal Hamel).
- Association conséquences (C.S. des Cantons, Chantal Hamel)

MA ZONE CAOUTCHOUC OU «JOUE PAS AVEC MON ÉLASTIQUE»

Description de l'activité et objectifs

Description: Bref exposé avec illustrations au tableau afin de susciter échanges et discussions entre parents et animateur ou animatrice sur les concepts de détermination, d'autorité, de règles, de discipline, de négociations, de cadre de référence pour les enfants et de latitude laissée aux enfants.

- Objectifs:**
- Amener la réflexion personnelle des parents sur ces concepts.
 - Leur permettre d'échanger sur ces concepts.
 - Les amener à réajuster, si besoin, leur cadre de référence ou d'exigences vis-à-vis leur enfant.

Matériel

Tableau, craie, brosse à effacer.

Déroulement détaillé en annexe.

Préparation et déroulement

L'exposé en annexe peut se faire au début, au milieu ou à la fin d'une rencontre.

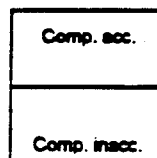
Présenté au début d'une rencontre, il peut susciter suffisamment de réactions et d'échanges sur une multitude de concepts pour alimenter toute la rencontre.

Présenté à la fin, il peut constituer une belle synthèse d'une rencontre sur le sujet de la discipline.

Variantes et suggestions

**TITRE : Ma zone caoutchouc
ou j'oue pas avec mon élastique.**

- 1- Tracer au tableau un rectangle vertical séparé en deux parties égales.



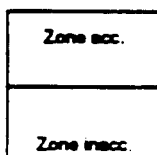
Dans la partie supérieure, vous inscrivez «comportements acceptables». Dans la partie inférieure, vous inscrivez «comportements inacceptables».

Vous dites aux parents que face aux comportements des enfants votre attitude ou votre réaction est en fonction de l'analyse que vous faites de leurs comportements. S'ils sont acceptables vous encouragez, récompensez... S'ils sont inacceptables vous intervenez pour corriger, reprendre, faire réfléchir, punir...

- 2- On peut s'arrêter avec les parents et nommer des exemples de comportements acceptables et de comportements inacceptables. En gros on s'entend sur les mêmes «affaires» sauf certains comportements «border line» qui ne font pas l'unanimité, dépendamment des valeurs, de la culture, des principes, de la tolérance, du niveau d'acceptation... etc.

On peut donc dire que le niveau d'acceptation ou d'inacceptation peut varier d'un individu à l'autre.

- 3- Vous effacez le tableau.
Vous tracez un nouveau rectangle identique.



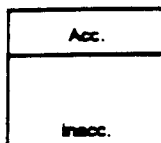
Dans la partie supérieure, vous inscrivez «zone d'acceptation». Dans la partie inférieure, vous inscrivez «zone d'inacceptation».

Vous dites aux parents que dans leur esprit, leur jugement, ils ont une zone d'acceptation et une zone d'inacceptation, variable d'un individu à l'autre, et qui les amène à réagir en conséquence face aux comportements des enfants.

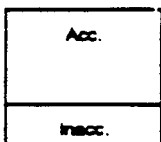
- 4- Pour illustrer la variabilité de cette zone, vous procédez par une caricature en présentant le rectangle de madame Bec-Sec à côté de celui de monsieur Roger Bon-Temps.

Vous effacez le tableau.

Vous tracez côte à côte deux rectangles. Celui de gauche, celui de madame Bec-Sec, a une très petite zone d'acceptation et une grande zone d'inacceptation.



Celui de droite, celui de monsieur Roger Bon-Temps, a une grande zone d'acceptation et une petite zone d'inacceptation.



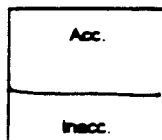
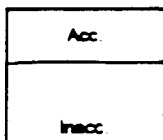
Vous précisez aux parents, en suscitant leurs interventions, que d'une part madame Bec-Sec est une personne exigeante, froide, bête, peu tolérante face aux enfants. Un rien la dérange et les enfants doivent être fins, beaux, gentils, propres et immobiles... sinon elle réagit promptement...

D'autre part monsieur Roger Bon-Temps a une grande tolérance face aux comportements des enfants. Un enfant c'est un enfant. Il est en période d'apprentissages et d'erreurs. Ce dernier doit vraiment faire de graves bêtises avant que Roger Bon-Temps n'intervienne pour corriger la situation.

- 5- En dehors de la caricature, il y a la réalité du couple qui, en raison de différences d'éducation, de principes et de valeurs, est composé de deux parents différents dans leurs zones respectives.

Vous effacez le tableau.

Vous retracez côte à côte les deux même rectangles et vous amenuisez la différence qui existait entre madame Bec-Sec et monsieur Bon-Temps. Un rectangle représente le père, l'autre la mère... ou vice versa...



Forcément les deux parents sont différents. Chacun n'a pas les mêmes exigences, les mêmes limites, la même tolérance.

Et les enfants le savent fort bien. Ils savent passer sous le nez de l'un pour aller demander à l'autre.

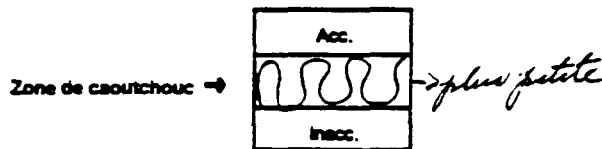
Et même si un parent est plus strict en général que l'autre, il arrive parfois que pour certains comportements il soit plus tolérant et acceptant.

Échanges et discussions.

- 6- En dehors du couple, chaque individu a son propre rectangle avec ses particularités personnelles.

Vous effacez le tableau.

Vous tracez un rectangle au centre du tableau avec une bande au centre, la zone caoutchouc, dans laquelle vous tracez une vague (trait en accordéon).



Cette illustration est la clé de la présentation.

Vous précisez que cette zone est une zone d'incertitude de «n'oui», de «ça dépend», de «on verra»... etc.

Ça dépend de comment «on feel», de comment l'enfant a été tannant, si je me suis couché tard... etc.

Des fois on dit oui, des fois on dit non.

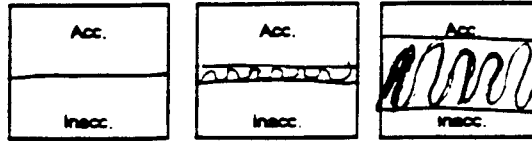
C'est une zone d'incertitude.

C'est aussi une zone (bienfaitrice) de négociations. On s'en sert pour donner des permissions spéciales, récompenser... ou punir en enlevant des privilèges.

Il est humain et désirable d'avoir une zone de caoutchouc.

Discussions et échanges.

- 7- Pour illustrer la nécessité d'avoir une zone de caoutchouc «équilibrée» vous tracez à gauche du premier rectangle un deuxième rectangle de même grandeur, mais sans zone de caoutchouc. Vous tracez à la droite du premier rectangle un troisième rectangle, mais celui-ci avec une très grande zone de caoutchouc.



Celui de gauche représente une famille où la discipline est très stricte, comme à l'armée. Rien ne passe, tout casse. Il n'existe pas d'harmonie familiale.

Ça fait des enfants renfermés, insécures, sans initiative... Ils ont des chances de fuir la maison très tôt...

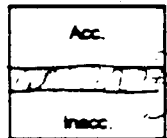
Le rectangle de droite représente une famille où la discipline est relâchée et aléatoire. Trop de comportements d'enfants ne sont pas régis, limités ou encadrés. Tel comportement est parfois admis largement et parfois puni sévèrement, à la limite. Les parents n'ont pas de principes clairs, tout dépend de n'importe quoi.

Ça fait des enfants insécures, irrespectueux des gens et des règles, en tout temps et en toute circonstance.

Comme les enfants ont fondamentalement besoin d'encadrement et de stabilité pour leur équilibre et leur sécurité personnelle, ils iront constamment tester et retester les parents pour les forcer à se brancher dans un sens ou dans un autre.

- 8- Réajustement de la zone de caoutchouc.
On revient au rectangle du centre et on dit aux parents que s'ils considèrent que leur zone de caoutchouc est trop étroite ou trop large, ils peuvent la réajuster.

Le rajustement se fait en «faisant le ménage» dans notre zone caoutchouc.



Les comportements que dorénavant on est prêt à accepter, eh bien ! que ce soit clair et constant, pour soi et pour l'enfant, en lui disant : « Désormais tu peux, sans me le demander, faire ceci ou cela, aller ici ou là... etc. »

Ce réajustement est nécessaire à faire régulièrement en fonction de l'évolution de l'enfant et de l'évolution de notre propre pensée ou situation de vie. Nos exigences vis-à-vis un enfant de 4 ans ne sont pas les mêmes que pour un enfant de 2 ans ou de 8 ans.

Il en est de même pour les comportements inacceptables. Ceux pour lesquels on s'entend dire : « OK d'abord, vas-y et laisse-moi tranquille. » ou autres paroles du genre, indiquent que nous ne sommes pas d'accord mais que nous cédon pour avoir la paix.

Si vraiment tels comportements sont pour nous inacceptables, et qu'il est logiquement défendable de penser ainsi, eh bien ! il faut que notre position soit très claire pour nous et ensuite très claire pour l'enfant. Ce comportement sera désormais dans notre zone d'inacceptation et nous ne broncherons pas d'un pouce.

Lorsque l'enfant sent clairement notre détermination, il sait à quoi s'en tenir et accepte la situation. Il pourra éventuellement se réessayer, mais se butera encore et encore à une fin de non recevoir. Peu à peu il « se fera à l'idée »... et n'en sera pas du tout plus malheureux. Il n'en sera que plus sûr et heureux.

Gilles Binette
Conseiller pédagogique
Commission scolaire de Victoriaville

LE TABLEAU DE GENTILLESSE

Description de l'activité et objectifs

Description: On présente aux parents un tableau de motivation pour aider les enfants à modifier un comportement inacceptable.

- Objectifs:**
- Connaître le «Tableau de gentillesse».
 - Savoir quand et comment l'utiliser.
 - Préciser des embûches à éviter.
 - Amener une discussion sur la discipline.

Matériel

Tableaux de gentillesse

Préparation et déroulement

On remet une copie du «Tableau de gentillesse» à chaque parent.

On explique verbalement le fonctionnement et les avantages du «Tableau de gentillesse», tout en suscitant une discussion, qui pourra nous amener sur différents concepts tels:

- faire réaliser à l'enfant l'impact de ses comportements sur les autres
- obtenir la collaboration de l'enfant
- avoir des exigences claires auprès de l'enfant
- être constants et persévérants dans nos interventions.

(Voir les explications détaillées en annexe)

Variantes et suggestions

En annexe: **Jeu: je suis grand, grande, je suis capable.**

On peut donner un tableau de motivation aux enfants lors des rencontres d'enfants Passe-Partout en leur expliquant le fonctionnement. On peut aussi leur envoyer par courrier (voir suggestion de lettre à l'enfant en annexe).

CANEVAS D'ACTIVITÉS PASSE-PARTOUT

TITRE : Le tableau de gentillesse

Description de l'activité et objectifs

Description : il s'agit de présenter aux parents un tableau de motivation pour aider les enfants à modifier un comportement inacceptable.

Objectifs :

- connaître le «tableau de gentillesse».
- savoir quand et comment l'utiliser.
- préciser des embûches à éviter.
- amener une discussion sur les concepts de :
 - faire réaliser à l'enfant l'impact de ses comportements sur les autres
 - obtenir la collaboration de l'enfant
 - avoir des exigences claires auprès de l'enfant
 - être constants et persévérants dans nos interventions

Matériel

Remettre une copie du «tableau de gentillesse» à chaque parent.

Déroulement

Expliquer verbalement, tout en suscitant la discussion, le fonctionnement et les avantages du «tableau de gentillesse».

Le tableau est conçu pour aider un enfant à modifier un ou des comportements donnés.

Il importe que le tableau soit présenté à l'enfant comme un moyen agréable pour l'aider. L'enfant ne doit pas percevoir que c'est un moyen de plus pour le forcer à changer un comportement... ou à le changer lui-même.

Le tableau peut être appliqué à un ou plusieurs enfants à la fois. Il est applicable auprès d'un enfant de deux ans et demi et plus.

Il est même très recommandé que le tableau soit appliqué par tous les membres de la famille à la fois, père et mère inclus. Les enfants voient et comprennent que personne n'est parfait et que chacun doit faire des efforts pour améliorer ses comportements.

Quels parents n'ont aucun défaut à corriger ? Crier après les enfants, donner des tapes, ne pas se laver les mains avant de manger... etc, la liste peut être longue.

Il est suggéré aux parents de se réunir avec les enfants et de leur proposer un nouvel outil pour les aider et faire en sorte qu'il y ait moins de «chialage» dans la maison.

Ensemble, tous les membres de la famille listent pour chacun les comportements à améliorer. La liste de chacun est inscrite à l'endos du «tableau de gentillesse» de chacun. Le travail est fait en brainstorming et de façon agréable et dédagée. Cela doit se faire dans une atmosphère enjouée et non culpabilisante, où chacun admet de bon gré ses petits défauts à corriger.

Une fois que la liste est terminée pour chacun (exemples : ne pas donner de coups à son frère, faire son lit le matin, se brosser les dents, ne pas «lirer» pour rien...) chacun décide de lui-même sur quel comportement dans la liste il choisira de travailler dans la ou les semaines à venir. Même si le parent a décidé de faire un tableau pour corriger tel comportement qui l'exaspère, il est fortement conseillé qu'il attende que l'enfant décide de lui-même de choisir ce comportement.

Le tableau de chacun est affiché, soit tous au même endroit, soit chacun au mur de sa chambre. Il est conseillé d'utiliser des étoiles autocollantes pour indiquer que le comportement choisi a été respecté. L'étoile est un symbole de réussite, toutefois d'autres motifs peuvent être utilisés. Il est déconseillé de ne faire qu'un X ou un sourire (☺) ou autre symbole écrit à la main. L'enfant doit sentir que le geste est important et qu'on y met l'emphase. Le tout est accompagné d'un certain décorum et dans un rituel établi.

Lors de l'inscription sur le tableau du comportement à travailler, il est important de faire une description précise du comportement désiré. On n'écrit pas «je ne serai plus tannant», c'est imprécis et ce n'est pas un comportement observable. Au lieu d'écrire «serrer son pyjama» on écrira «enlever son pyjama avant 10h00, le plier et le ranger dans le tiroir». C'est exactement ce que désire le parent.

En principe on travaille sur un comportement à la fois. Un deuxième plus facile peut aussi être choisi si l'enfant le veut.

Un même comportement doit être «travaillé» sur au moins deux semaines d'affilée pour bien ancrer chez l'enfant ce nouveau comportement.

Après deux semaines, lorsque l'enfant choisit un nouveau comportement, on lui souligne sa réussite sur le comportement choisi antérieurement et que même s'il n'y travaille plus il doit continuer à faire attention. On n'y a pas travaillé tout ce temps pour rien.

Le tableau est réparti sur les sept jours de la semaine. Le parent doit convenir avec l'enfant d'un «seuil de réussite» (exemple : déterminer qu'il faudra que l'enfant obtienne une réussite de 4 ou 5 jours sur 7 pour considérer qu'il a atteint son objectif). L'objectif doit être réaliste, ni trop facile ni trop difficile, pour ne pas décourager l'enfant.

À chaque matin le parent rappelle à l'enfant le comportement sur lequel il travaille et l'encourage.

À la fin de la journée et toujours au même moment, d'une journée à l'autre, les parents et les enfants font le tour de chacun des tableaux de gentillesse. Lorsque le parent et l'enfant conviennent que le comportement attendu a été réalisé, l'enfant se choisit une étoile et la colle dans la case de la journée correspondante. On passe au tableau suivant et ainsi de suite. Lorsque l'enfant a réussi il est félicité et encouragé. S'il n'a pas réussi, il ne colle pas d'étoile, même s'il est triste ou pleure. On l'encourage alors à bien faire attention demain et qu'il réussira.

L'enfant prend plaisir à coller son étoile et à se faire des suites logiques, soit une étoile dorée, une étoile argentée, une dorée... ou une ligne de bleu, une ligne de rouge... Le simple désir de ne pas briser sa suite est une motivation en soi.

À la fin de la semaine, avec l'enfant on fait le calcul des réussites et on indique le total dans la case appropriée. Si l'enfant a atteint son objectif, on l'applaudi, le félicite et l'encourage à continuer.

Une variante veut que pour encourager davantage l'enfant on lui propose en début de semaine un petit cadeau choisi par l'enfant s'il atteint son objectif à la fin de la semaine.

Après deux semaines consécutives de réussite sur un même comportement, l'enfant choisit un autre comportement à inscrire au tableau et ainsi de suite.

Gilles Binette
Conseiller pédagogique
Commission scolaire de Victoriaville

TABLEAU DE GENTILLESSE

<i>Description précise de chaque comportement désiré</i>	<i>Dimanche</i>	<i>Lundi</i>	<i>Mardi</i>	<i>Mercredi</i>	<i>Jeudi</i>	<i>vendredi</i>	<i>Samedi</i>	<i>TOTAL</i>

