Votre programme d’aide aux employés et à la famille (PAEF) est un service confidentiel de soutien pouvant vous aider à entreprendre une démarche pour effectuer un changement.

Des stratégies disciplinaires pour les parents de jeunes enfants

Les scénarios impliquant des larmes et des crises de colère sont monnaie courante pour les parents et les personnes qui prennent soin d’un enfant. Cependant, ces situations peuvent également être difficiles et exaspérantes. Bien qu'il n'existe pas de solution simple ou unique permettant de gérer ces situations, ces stratégies pratiques et ces suggestions pourraient faire une différence.



Pensez de façon positive. Pour motiver votre enfant, utilisez la formule « Lorsque tu auras. », par exemple, « Lorsque tu auras soupé, tu pourras regarder la télévision. »

Décourager les comportements négatifs. Pour décourager un comportement désagréable, utilisez la formule « Si tu… », par exemple, « Maman t'a déjà dit que tu ne pouvais avoir les cartes Pokémon. Si tu continues d'insister alors que j'ai déjà dit non, c'est simple, je ne t'emmènerai pas magasiner avec moi la prochaine fois. »

Anticipez. Lorsque vous demandez à un enfant d'interrompre une activité en cours, prévenez d'abord l'enfant. « Frédérique, nous rentrons dans 10 minutes. La prochaine fois que je t'appellerai, il sera temps d'entrer à la maison. »

Faites-vous entendre. Les enfants s'absorbent facilement dans leurs activités. Assurez-vous d'avoir l'attention de votre enfant avant de faire votre demande. Établissez un contact visuel et faites votre demande.

Prenez un temps d’arrêt. Lorsqu'un enfant crie et pleure pour arriver à ses fins, il n'est pas facile de demeurer calme. Pourtant, une personne qui demeure calme et ferme obtient les meilleurs résultats. Pour briser le rapport de force qui se développe lorsque le parent et l'enfant sont en colère, faites une pause – pour vous et pour votre enfant.

Soyez conséquent. Si les parents et les gardiens ne sont pas conséquents lorsqu'ils communiquent leurs attentes, les enfants reçoivent des messages variés et s'ingénient à trouver des moyens de parvenir à leurs fins. En étant conséquent, vous aiderez votre enfant à comprendre ce que vous attendez de lui.

Même si ces suggestions peuvent vraiment vous aider à gérer des situations difficiles, nombre de parents ou de gardiens obtiendront de meilleurs résultats s'ils rencontrent un conseiller avec qui ils pourront parler et trouver des solutions à des problèmes uniques. Il est normal que les parents de jeunes enfants se sentent parfois dépassés et stressés par les exigences du rôle parental. Si c'est votre cas, un conseiller est là pour vous aider.
© 2026 Morneau Shepell ltée. Votre programme ne comprend pas nécessairement tous les services décrits dans ce site. Veuillez consulter la documentation de votre programme pour plus d’information. Pour une assistance immédiate, composez le 1 844 880 9137.