

Réprimande positive des nourrissons

La présente brochure a été rédigée en utilisant les informations fournies par la Ligue pour le bien-être de l'enfance du Canada et « Parents pour la vie », grâce au soutien de la Fondation de psychologie du Canada et de Kodak Canada.



Supporting. Protecting. Caring. Together.
Soutien. Protection. Bienveillance. Ensemble.

Rapports parents-nourrissons positifs

La société d'aide à l'enfance de Peel pense qu'aucun nourrisson ne devrait recevoir la fessée, être secoué ou se faire gronder.

À cette étape du développement, secouer un bébé ou lui donner la fessée peut lui causer des blessures graves. Même le fait de lancer le bébé dans les airs pour l'amuser peut lui occasionner des blessures. Le cou du bébé est faible et le secouer peut causer des lésions cérébrales, voire la mort.

Les bébés ne peuvent pas comprendre les conséquences de leur comportement à cette étape de développement. La réprimande ne convient pas à un enfant à ce stade de développement.

Les bébés sont trop jeunes pour comprendre les limites et les règles.

Établissement d'une relation

Avant de vous pencher sur les situations qui exigent de réprimander votre enfant, il faut établir avec celui-ci une relation basée sur l'amour et la confiance.

Le stade du nourrisson est le meilleur moment pour établir une relation avec votre bébé.

Encouragez votre bébé à vous faire confiance. Démontrez-lui votre amour et votre tendresse. Cajolez-le, parlez-lui et fredonnez quelques airs.

Mettez une routine en place

Les routines quotidiennes aident les bébés (et les enfants de tout âge) à se sentir en sécurité.

Les routines quotidiennes telles que l'alimentation, le sommeil et le jeu peuvent contribuer à les apaiser.

Un bébé qui pleure

Réagissez aux pleurs du bébé. Les bébés pleurent pour faire savoir qu'ils ont faim, veulent leur sucette ou doivent être changés.

Si vous ne pouvez trouver la raison des pleurs du bébé, il est possible que vous ressentiez de la frustration et même de la colère. Même le meilleur parent peut avoir l'impression qu'il perd le contrôle lorsque son bébé pleure beaucoup.

Sachez vous maîtriser, c'est important. Si vous sentez la colère monter en vous, déposez le bébé en lieu sûr, tel que dans son berceau. Fermez la porte pendant quelques minutes et détendez-vous.



Préparez-vous un thé, par exemple. Vous vous sentirez plus calme après quelques minutes et bien disposé(e) pour consoler votre bébé.

L'étape de la planification

À cette étape, songez à vos objectifs en matière de discipline que vous adapterez au fur et à mesure qu'il grandira.

La réprimande a pour but d'enseigner aux enfants les règles et les valeurs de notre société et de les aider à se contrôler eux-mêmes pour devenir des adultes responsables et heureux. Songez aux différentes réprimandes que vous administrerez, p. ex. les temps morts et apprenez à bien les connaître.

Réfléchissez aux façons dont vous pouvez utiliser le renforcement positif et un langage positif pour encourager vos enfants et comment éviter d'utiliser des paroles pouvant diminuer leur estime personnelle.

Apprenez à vous connaître et à connaître vos cordes sensibles

- C'est difficile de toujours rester calme.

- Même les meilleurs parents peuvent se sentir dépassés, frustrés et parfois irrités.

- Les bons rapports parents-enfants commencent par le contrôle de vos propres émotions.

- Prenez le temps de cerner les situations ou les moments qui touchent vos cordes sensibles.

- Sachez discerner les situations qui sont la source d'une grande tension et examinez les façons d'alléger la pression.

- Apprenez à reconnaître les premiers signes de colère.

- Raisonner-vous en vous parlant. Trouvez une phrase qui vous aidera à retrouver vos esprits.

- Faites une pause et prenez quelques minutes pour vous changer les idées et penser clairement.

- Demandez de l'aide. Ce n'est pas toujours facile. C'est difficile d'admettre que nous avons besoin d'aide en ce qui a trait à nos émotions ou à nos compétences parentales. Mais le fait de demander de l'aide ne signifie pas que vous êtes un mauvais parent. Cela

signifie que vous aimez votre enfant et voulez l'élever le mieux possible.

Ressources destinées aux parents

Être un parent est la tâche la plus importante de votre vie. Certains parents aiment faire la rencontre d'autres parents, apprendre de nouvelles compétences, être à jour concernant les conseils parentaux et certains autres ont besoin d'aide.

Pour en savoir davantage sur les ressources à votre disposition, contactez votre unité de services de santé locale ou interrogez votre médecin au sujet des groupes et des ressources disponibles dans votre région. Ou appelez la société d'aide à l'enfance de Peel ou la ligne d'assistance aux parents en composant le 1-888-603-9100.

