

## Établir des conséquences

Plusieurs parents choisissent d'éduquer leurs enfants en les laissant vivre les conséquences de leurs actes. De cette façon, les enfants apprennent que leurs décisions et leur comportement ont des répercussions sur eux-mêmes et sur leur entourage. Parce que ça responsabilise l'enfant face à ses choix, discipliner par les conséquences favorise la prise en charge de soi-même et l'autodiscipline.

### Les conséquences naturelles

En utilisant les conséquences naturelles, c'est la vie elle-même qui donne l'enseignement : si tu ne portes pas ton chapeau, tu auras froid; si tu as déjà dépensé tes épargnes, tu ne pourras pas acheter le jeu que tu convoites. Le parent n'a qu'à faire remarquer les résultats probables, et ensuite se taire... sans ajouter « Je te l'avais bien dit! »

Parfois, il est dangereux d'utiliser les conséquences naturelles: si tu joues avec des allumettes, tu pourrais causer un incendie, par exemple. D'autre part, les effets peuvent se situer dans un avenir trop lointain pour que les liens soient évidents : si tu ne te brosses pas les dents, tu auras des caries.

### Les conséquences logiques

Les conséquences logiques sont imposées par le parent pour que l'enfant comprenne qu'il y a un lien entre son comportement et les résultats qui s'en suivent. De telles conséquences semblent justes et raisonnables, plutôt que d'être perçues comme un contrôle arbitraire par le parent. Par exemple, comme parent vous pourriez établir la règle : « On ferme la lumière à 8 h 30. Si tu es prêt à te coucher à 8 h 15, nous aurons le temps de lire une histoire. Sinon, nous ne pourrons pas. » Si l'enfant lambine, votre réponse, calmement donnée, serait : « Je vois que tu as choisi de te coucher sans histoire ce soir. Peut-être que demain tu seras prêt plus tôt. »

Pour un adolescent qui rentre tard, le parent peut dire : « Il est 30 minutes passé l'heure que nous avions convenue et je me suis inquiété. Pour regagner ma confiance, la prochaine fois que tu sortiras, tu rentreras 30 minutes *avant* l'heure que nous avions convenue. »

### Les conséquences réparatrices

Les enfants comprennent facilement (et souvent apprécient) les conséquences qui leur permettent de réparer leurs erreurs : on renverse du lait, on le nettoie (ou au moins, on aide); on déchire un livre, on le recolle; la voiture frappe un poteau, on paie le débosselage. Le parent peut appliquer ces conséquences avec un regret sincère et de l'encouragement — « dommage que ça te soit arrivé; tu fais un bon travail pour réparer le dégât » — au lieu de montrer une attitude punitive.

### Les conséquences éducatives

Les enfants ont besoin de savoir comment ils sont *censés* agir. Et parfois ils ont besoin de s'y exercer avec un entraîneur. Par exemple, à un enfant qui fait une crise en quittant la maison d'un ami, on pourrait imposer comme conséquence qu'il ne puisse jouer chez son ami pendant une semaine. La conséquence serait plus efficace et semblerait plus juste si le parent passait du temps durant la semaine à chercher et à faire pratiquer de meilleures façons de quitter la maison de l'ami. Le message passe de : « tu n'es pas gentil » à « je pense que tu es capable de réussir. »

### Les conséquences créatives

Parfois, il faut beaucoup d'imagination pour trouver des conséquences appropriées qui enseignent plutôt que de punir. Prenez le cas d'un enfant qui laisse son veston chez un ami. **Conséquences naturelles** : il a froid la prochaine fois qu'il sort... mais actuellement il fait trop froid pour que ce soit sécuritaire. **Conséquences réparatrices** : il met plusieurs chandails et il retourne chercher le veston... mais l'ami demeure à 20 minutes en auto. **Conséquences créatives** : le parent conduit l'enfant chez son ami chercher le veston (la responsabilité de l'enfant) et en retour l'enfant choisit laquelle des responsabilités du parent il assumera ou aidera le parent à accomplir.

### Établir les conséquences

Dans le feu de l'action, les punitions viennent parfois plus facilement à l'esprit que les conséquences adaptées à la situation. Donnez-vous du temps pour y penser en disant : « Ce comportement n'est pas permis. Si tu persistes, il y aura des conséquences. » Plus tard, décrivez le comportement que vous attendez de l'enfant et quels seront les conséquences d'un comportement inacceptable à l'avenir. Prenez en considération les facteurs suivants :

- Quelles attentes et conséquences conviennent à l'âge de l'enfant?
- Est-ce que l'enfant est en âge de comprendre le lien entre ses actes et leurs résultats?
- Est-ce que l'enfant comprend clairement la règle ou le comportement acceptable?
- Est-ce que l'enfant a besoin de s'exercer avec votre aide comme entraîneur pour se comporter selon vos attentes?
- Est-ce que vous serez capable d'appliquer les conséquences avec la cohérence nécessaire pour enseigner que ses choix ont des répercussions, à *chaque* fois?

### Des leçons pour la vie

En pratiquant la discipline par les conséquences, vous aidez votre enfant à apprendre à réfléchir avant de prendre des décisions et à assumer la responsabilité de ses choix.

*par Betsy Mann*