

# Quand l'éducation est source de conflits

Avant d'imposer des règles à leurs enfants, les parents doivent d'abord s'entendre entre eux!

Élever des enfants est le plus grand défi qu'un couple puisse relever. Il n'y a rien de plus exigeant, et ce, sur tous les plans — cognitif, émotionnel, physique. Pour bien des gens, c'est le projet de couple le plus important. Et c'est l'un des domaines où le potentiel de conflits est le plus élevé. Il y a tellement de choses sur lesquelles on peut ne pas être d'accord en matière d'éducation, tant de manières de faire, d'attitudes qu'on a héritées de ses propres parents...

## Les fondements de l'éducation

Un bon moyen d'éviter la multiplication des conflits est de s'entendre sur les valeurs de base qu'on veut inculquer à ses enfants. Prenez le temps de vous demander ce qui est, pour chacun de vous, le plus important. Est-ce la loyauté? La générosité? L'ouverture à l'autre? La compassion? La persévérance? Une fois que vous vous serez entendus sur ces fondements, vous pourrez établir certains grands principes d'intervention. Par exemple, ce pourrait être de renforcer les

comportements positifs de votre enfant et d'ignorer ses comportements indésirables. De privilégier l'autodiscipline, en laissant l'enfant tirer les leçons des conséquences naturelles de ses actes (par exemple, le laisser avoir faim s'il refuse de manger). Au-delà de l'instauration de règles, ce sont le processus décisionnel et l'implantation de cette discipline qui importent. Souvent, lorsque ces deux aspects se révèlent efficaces, les règles deviennent presque superflues.

## Un climat harmonieux

L'un des comportements à proscrire quand on éduque un enfant est de désavouer l'autre parent devant lui. Il faut (à moins que la santé physique ou mentale de votre jeune ne soit en jeu!) éviter de saper l'autorité de l'autre. Dans certains cas — par exemple, si votre conjoint est épuisé, devient impatient et s'emporte contre votre enfant qui

ne veut pas manger —, il est préférable de lui dire : « Laisse-moi faire, je vais m'en occuper, va te reposer! » plutôt que : « Tu t'y prends mal, laisse-le tranquille. »

Avoir des points de vue différents n'est pas nécessairement un inconvénient.

Si une situation problématique se reproduit trop souvent, prenez rendez-vous avec votre conjoint à un moment où vos enfants sont absents et abordez calmement la question, sans accuser, en parlant toujours au « je ».

Par exemple : « Je ne me sens pas à l'aise d'obliger notre enfant à manger s'il ne le veut pas »; « J'ai beaucoup de peine quand nous le laissons pleurer sans intervenir »; « J'aimerais lui donner le temps de se reposer après l'école avant de commencer ses devoirs », etc. L'objectif est de mieux vous comprendre et de trouver des solutions qui vous conviendront à tous les deux. Dans certains cas plus conflictuels, il peut être bénéfique de consulter quelqu'un d'autre : un ami pédiatre, votre médecin de famille, une personne extérieure,

## Contrôler la portion ne veut pas dire contrôler le plaisir.

La majorité des diététistes canadiens s'entendent pour dire qu'une gâterie occasionnelle peut faire partie de l'alimentation équilibrée des enfants, et que l'heure de la collation est un moment privilégié que les enfants partagent avec leurs parents. Cependant, quand on parle de gâterie, la portion est importante.

C'est pourquoi nous avons créé Kinder Chocolat – une barre de chocolat au lait avec une garniture au lait que les enfants adorent, mais en portions plus petites, créées spécialement pour leurs petites mains.

Alors, lorsque vous offrez une gâterie Kinder Chocolat à votre enfant, vous savez que vous faites un choix responsable, et votre enfant vous remerciera avec un large sourire.



Paquet de 4 mini gâteries Kinder® Chocolat  
4 mini barres de 12,5 g chacune.



Kinder® Chocolat à l'unité.  
Portion de 21 g.

# Kinder®

avezvousjoue.ca

## vie de couple

mais compétente. Évitez surtout de mettre vos proches dans l'obligation embarrassante de vous aider à trancher face à un conflit!

Vous pourriez aussi décider de vous référer à des ouvrages sur l'éducation. Mais n'oubliez jamais que lorsqu'il s'agit de vos enfants, c'est vous les plus grands spécialistes.

### Agir selon ses forces

Avoir des points de vue différents n'est pas nécessairement un inconvénient si vous vous considérez comme des êtres complémentaires plutôt que comme des rivaux. L'essentiel est de se rallier, de former une équipe, et de reconnaître et d'apprécier la contribution de chacun. Par exemple, une maman peut être plus habile ou plus investie dans le développement des enfants parce qu'elle lit et s'informe davantage, alors que son conjoint peut avoir plus de patience pour pratiquer des activités sportives avec eux. De même, en période scolaire, vous pouvez superviser les devoirs de votre enfant selon vos compétences respectives (vous êtes meilleure en mathématiques, votre conjoint est plus à l'aise en français, etc.) et selon vos disponibilités. Un enfant doit pouvoir compter autant sur son père que sur sa mère pour l'aider dans ses apprentissages.

### La perfection n'existe pas

N'oubliez pas non plus que personne n'est parfait. Soyez indulgents envers vous-mêmes tout autant qu'envers les autres. S'il vous arrive à l'occasion de vous disputer devant vos enfants, essayez de tirer profit de la situation et d'en faire quelque chose de constructif. Par exemple, si la fatigue et le

stress vous ont fait perdre patience et que vous avez haussé le ton devant les enfants, vous pouvez aussitôt réagir en leur expliquant (après vous être calmés!) que la colère est inhérente à l'être humain, qu'on peut être fâché, mais qu'il faut ensuite s'excuser et reconnaître ses torts...

### Parents, mais aussi amoureux

Rien ne sécurise davantage un jeune enfant que d'avoir des parents qui s'aiment. C'est même l'une des conditions fondamentales de son épanouissement : être élevé par des parents qui se respectent, s'apprécient et s'entraident.

Rien ne sécurise davantage un jeune enfant que d'avoir des parents qui s'aiment.

Il est donc primordial de ne pas se perdre de vue comme couple. Malheureusement, tant de parents se sentent coupables de faire garder leur enfant pour prendre une soirée ensemble, aller au restaurant, au cinéma, pratiquer une activité qui leur plaît! Pourtant, si vous n'y prenez garde, vous risquez de devenir étrangers l'un à l'autre et de mettre en péril votre relation, ce qui est bien plus grave pour les enfants que d'avoir à accepter la présence d'une gardienne de temps en temps! ●

Propos recueillis par MARIE-CLAUDE FORTIN



François St Père,  
psychologue et  
médiateur familial

PHOTO : PIERRE DIONNE