

Le comportement

Y'a personne de parfait

Faites des règles raisonnables

- **Sachez à quoi vous attendre selon l'âge de votre enfant.** Le comportement et la façon de penser des enfants évoluent à mesure qu'ils grandissent. Renseignez-vous sur ce à quoi vous pouvez vous attendre à chaque âge. Cela vous permettra d'avoir une idée réaliste de ce que votre enfant est capable de faire. Si vous attendez trop de lui et trop rapidement, cela peut être frustrant autant pour vous que pour lui.
- **Fixez des limites et des règles claires.** Quand vos règles sont claires, votre enfant est capable de comprendre vos attentes. Dites-lui les raisons de vos règles. Vos règles doivent rester toujours pareilles.
- **Donnez des instructions claires.** Dites à votre enfant ce qu'il peut faire au lieu de ce qu'il ne peut pas faire. Par exemple, au lieu de dire, « Ne cours pas! » dites « Marche! ». Au lieu de dire, « Ne frappe pas le bébé! » dites « Touche le bébé doucement. » Vous et votre enfant serez plus heureux si vous n'avez pas à répéter « Non! » sans cesse.
- **Les limites grandissent avec votre enfant.** Vos règles changeront à mesure que votre enfant grandit. Par exemple, il se couchera plus tard, selon son âge. Quand votre enfant est plus âgé, faites-le participer quand vous établissez les limites.
- **Rappelez-lui souvent les règles.** Les jeunes enfants ne se rappelleront pas toujours des règles quand vous voudrez qu'ils le fassent. Ils font beaucoup d'erreurs. Soyez patient, calme et ferme.



i **Votre enfant a besoin d'être guidé. Il a besoin que vous soyez cohérent et patient.**

Les renseignements donnés dans ce feuillet s'appliquent autant aux garçons qu'aux filles et peuvent être utilisés autant par les hommes que par les femmes. L'emploi de la forme masculine a pour seul but d'en faciliter la lecture.

Pour plus d'information sur Y'a personne de parfait, ou pour télécharger ce document, veuillez lancer une recherche utilisant « Y'a personne de parfait - Fiches de renseignements » sur Canada.ca.



Agence de la santé
publique du Canada

Public Health
Agency of Canada

Canada

Activités faciles et amusantes

Jean dit...

- Dans ce jeu, les enfants s'exercent à écouter attentivement et à suivre des instructions. Le jeu réussit le mieux auprès des enfants âgés de 4 ans et plus. Il peut plaire aussi à certains enfants âgés de 3 ans. Vous pouvez y jouer à deux ou à plusieurs. La personne qui est « Jean » se met en face des autres. Quand Jean dit : « Jean dit, touche ta joue », les autres se touchent la joue. Jean continue à dire aux autres de faire divers mouvements. Quand il commence sa phrase par « Jean dit », les autres lui obéissent. Mais quand Jean dit seulement, par exemple, « Touche tes orteils », personne ne bouge.
- Quand on joue avec des enfants en bas âge, il vaut mieux jouer sans gagnants et sans perdants. Si quelqu'un suit un ordre quand il n'aurait pas dû, riez et continuez tout simplement le jeu. Prenez le rôle de « Jean » à tour de rôle.

Une trame sonore pour vos routines

- Les chansons rappellent aux enfants le comportement que vous attendez d'eux. Les enfants préfèrent suivre les consignes données par la chanson plutôt que de suivre vos ordres. Vous pouvez inventer de nouvelles paroles sur une mélodie connue. Par exemple, appelez-les à table en chantant, « Si tu as faim, viens manger. » Chantez ces paroles sur la mélodie de « Si tu aimes le soleil, tape des mains. »
- Certains enfants sont stressés quand on leur demande de passer d'une activité à une autre. Une chanson inventée comme celle-ci peut leur faciliter le passage. Elle change les humeurs et donne un signal de la prochaine chose à faire. Votre enfant apprendra vite à reconnaître la chanson. Les deux premières notes suffiront à lui faire comprendre vos attentes. Peut-être qu'il se mettra à chanter avec vous. Il a tout le reste de la chanson pour se décider à faire ce que vous lui demandez de faire.

