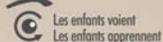


### La discipline positive Soutenir les parents et leurs enfants



Children See  
Children Learn



Les enfants voient  
Les enfants apprennent

My child learns from  
me and my actions.  
Mon enfant apprend de  
moi et de mes gestes.



**Kathleen Patterson, M Ps., Consultante en santé mentale**  
**Louise Choquette, Centre de ressources Meilleur départ**



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### Qui sommes-nous...

**Le Centre de ressources Meilleur départ:**

- Offre des renseignements, des consultations, des ressources et de la formation **pour les intervenants** dans les domaines de la santé maternelle et du développement de la petite enfance.
- Un programme de Nexus santé ([www.nexussante.ca](http://www.nexussante.ca)) un organisme désigné bilingue.
- En partie financés par le Ministère des Services à l'enfance et à la jeunesse de l'Ontario.





---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### Services du Centre de ressources Meilleur départ

- 5 Réseaux – RSMI
- Consultations (sur-site, hors-site)
- Formation (webinaires, ateliers, conférence)
- Ressources (santé avant la grossesse, prénatale, développement de la petite enfance)
- Campagnes de sensibilisation





Pour info: [www.meilleurdpart.org](http://www.meilleurdpart.org)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### Qui êtes-vous?



best start  
meilleur départ  
le projet health equity santé

---

---

---

---

---

---

---

---

### Ce n'est pas facile d'être parent!



Tiré de [www.huffingtonpost.fr](http://www.huffingtonpost.fr)

best start  
meilleur départ  
le projet health equity santé

---

---

---

---

---

---

---

---

### Pourquoi une campagne sur la discipline de l'enfant?

Taper un enfant n'est pas de la maltraitance!

Mon enfant me rend folle!

Je suis sûre qu'elle fait cela juste pour tester...

J'ai été tapé quand j'étais jeune et je n'ai pas de problèmes maintenant.

Il fallait que je la tape parce qu'elle ne m'écoutait pas...

best start  
meilleur départ  
le projet health equity santé

---

---

---

---

---

---

---

---

**Si ceci n'est pas acceptable...**



**Pourquoi ceci devrait l'être?**



Images de Creative Commons @ www.flickr.com



---

---

---

---

---

---

---

---

### **Pourquoi une campagne sur la discipline de l'enfant?**

- Un gros défi pour les parents/intervenants!
- L'intervention influence le comportement de l'enfant, son développement et sa santé mentale.
- La discipline peut facilement devenir une punition – qu'est-ce que l'enfant apprend vraiment?

Discipline = Enseignement



---

---

---

---

---

---

---

---

### **Au programme ...**

- 1) La santé mentale infantile
- 2) Le comportement des jeunes enfants
- 3) Les réactions parentales
- 4) Discipline versus punition
- 5) Sources d'influences sur la discipline et le parentage
- 6) Activités de groupe
- 7) Campagne meilleur départ: Les enfants voient Les enfants apprennent.



---

---

---

---

---

---

---

---

## Croyances populaires en lien avec la santé mentale des jeunes enfants

- ✗ La santé mentale chez les nourrissons est inexistante.
- ✗ Les jeunes enfants ne se rappellent pas des expériences négatives.
- ✗ Les bambins = la phase terrible
- ✗ Les jeunes enfants sont résilients.
- ✗ Les jeunes enfants ont la capacité de gérer leurs émotions et leur comportement.



best start  
meilleur départ  
Institut de santé publique de Québec

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Cadre de développement

Age	Stade de développement	Comportements
0-12 mois	Attachement	- autorégulation - reconnaître les états - attachement - communication
12-30 mois	Autonomie & développement de soi	- différenciation entre soi et les autres; réel et imaginaire - maîtrise de soi; règles
30 mois-7 ans	Établissement des relations avec les pairs	- empathie - différences entre les sexes - identification des amis - intérêt envers les autres enfants

(Cicchetti, 1993)

best start  
meilleur départ  
Institut de santé publique de Québec

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



Le développement de l'enfant au quotidien  
De 0 à 6 ans

Francine Ferland

Éditions de  
CHU Sainte-Justine

<https://www.editions-chu-sainte-justine.org/media/system/books/document1s/000/000/253/original/TableausynthDev0-6ans.pdf>

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

best start  
meilleur départ  
Truiper health | 10000 5000



## Le développement du cerveau

---

---

---

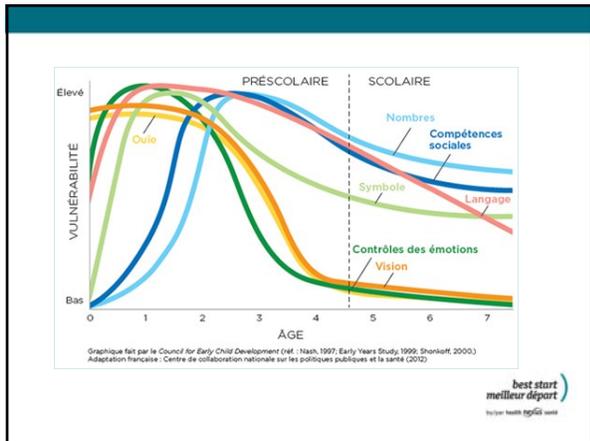
---

---

---

---

---



---

---

---

---

---

---

---

---



nouveau-né      3 mois après la naissance      à 2 ans

Développement des réseaux de connections entre les neurones chez l'enfant

best start  
meilleur départ  
Truiper health | 10000 5000

---

---

---

---

---

---

---

---

### La plasticité cérébrale



---

---

---

---

---

---

---

---

### Sources d'influence sur Le développement du cerveau

#### L'âge

- La capacité du cerveau à changer en fonction des expériences est inversement proportionnelle à l'âge.

#### L'environnement externe

- L'exposition à un ou des facteurs de stress prolongés a un impact direct sur le développement du cerveau des jeunes enfants.



---

---

---

---

---

---

---

---

**Stress positif** – Brève augmentation du rythme cardiaque, léger accroissement du niveau des hormones de stress

**Stress tolérable** – Réaction intense, mais temporaire à un stressor, atténuée par la présence de relations soutenantes

**Stress toxique** – Réaction prolongée à un stressor en l'absence de relation protectrice



---

---

---

---

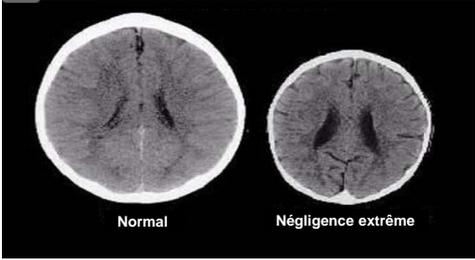
---

---

---

---

### Impact du stress sur le développement du cerveau



Normal Négligence extrême

best start  
meilleur départ  
by your health, together we can

---

---

---

---

---

---

---

---

### Exemples du développement du cerveau, en lien avec la discipline



best start  
meilleur départ  
by your health, together we can

---

---

---

---

---

---

---

---

### Ce qui influence la discipline

- La relation d'attachement
- La qualité de l'ajustement des tempéraments
- La capacité d'autorégulation
- La résilience
- Les fonctions exécutives
- Le style parental



---

---

---

---

---

---

---

---

best start  
meilleur départ  
by your health together



## L'attachement

---

---

---

---

---

---

---

---

### La théorie de l'attachement

- L'attachement est un phénomène *instinctif et biologique*.
- Il a des effets *durables* sur le développement de l'enfant.
- Il prédit des aspects du développement infantile tels:
  - Les compétences interpersonnelles
  - Les aptitudes à la résolution de problèmes



---

---

---

---

---

---

---

---

L'attachement dépend de la sécurité et de la stabilité de la relation de l'enfant avec le parent.



best start  
meilleur départ  
by your health together

---

---

---

---

---

---

---

---



---

---

---

---

---

---

---

---

**Qu'est-ce qui active le système d'attachement?**

Le système est activé quand :

- La sécurité est menacée
- Le bébé vit un déséquilibre émotionnel (p. ex., peur, tristesse, solitude)
- Le bébé est blessé physiquement
- Le bébé est malade



---

---

---

---

---

---

---

---

**Qu'est-ce qui se passe quand le système est activé?**

Le nourrisson démontre des comportements d'attachement tels que:

- Rechercher un contact avec la figure d'attachement.
- Solliciter les soins de la figure d'attachement par des pleurs ou des comportements exigeants.



---

---

---

---

---

---

---

---

### Les aspects émotifs

- **Sécurité émotionnelle**
- **Modèles internes opérants (MIO)**
  - Se forment selon les interactions vécues durant la petite enfance.
  - Ils sont encodés dans la mémoire procédurale (pré-verbal).
  - Une fois encodés, ils déterminent la façon de s'engager dans des relations.

---

---

---

---

---

---

---

---

### Situation étrange Mary Ainsworth 1969-1971

- **Le but:** Étudier la manière dont l'enfant évolue dans les premiers mois en fonction de l'attention que lui porte sa mère.
- **L'expérience est menée auprès d'enfants de moins de 18 mois et implique le parent et un inconnu.**
- **On observe:**
  1. La façon dont le bébé explore son entourage
  2. Sa réaction face au départ et retour de sa mère

---

---

---

---

---

---

---

---




---

---

---

---

---

---

---

---

<p><b>Mère qui ignore les pleurs</b></p> <p>↓</p> <p>Favorise les pleurs du bébé au lieu de les diminuer</p>	<p><b>Mère qui répond rapidement et souvent aux pleurs</b></p> <p>↓</p> <p>Favorise le développement d'une gamme de nouveaux moyens de communication: mimiques, vocalisation, mouvements...</p>
<p>➤ Laisser pleurer un bébé pour réduire ses pleurs est contre-productif.</p>	
	

---

---

---

---

---

---

---

---

**Profils d'attachement**

1. Sécurisé
2. Insécurisé évitant
3. Insécurisé ambivalent
4. Désorganisé



---

---

---

---

---

---

---

---

**Attachement sécurisant**

<p><b>Réceptivité et accessibilité du parent</b></p> <p>➤ Réconfort lors de moments stressants</p>	<p>→</p>	<p><b>L'enfant apprend à bien régulariser ses émotions</b></p> <p>➤ Encourage un développement neurologique optimal</p>
--	----------	---

À partir de cette base sécuritaire, l'enfant aura la confiance nécessaire pour explorer le monde.



---

---

---

---

---

---

---

---

**Profil sécurisé**  
(sécurité affective)

- Cherche la figure d'attachement / fuit l'étranger
- Parent sensible et disponible
- L'enfant se sent en sécurité et désire explorer





---

---

---

---

---

---

---

---

**Profil insécurisé**  
(évitant)

- Évitement physique et affectif de la figure d'attachement (s'attend à du rejet)
- Va facilement vers les étrangers





---

---

---

---

---

---

---

---

**Profil insécurisé**  
(ambivalent)

- Ressent une détresse lorsque la figure disparaît (angoisse de séparation)
- Incertitude au retour
- Proximité vs résistance
- Immaturité affective
- Envahit par des émotions négatives (devient apeuré, triste, et colérique envers le parent)
- Se montre angoissé pour explorer le monde





---

---

---

---

---

---

---

---

### Les causes de l'insécurité

- Pratiques parentales inconstantes.
- Figure d'attachement non disponible.



best start  
meilleur départ  
by your health together we can

---

---

---

---

---

---

---

---

### Caractéristiques des enfants insécurisés

- Ont moins confiance en eux
- Se fient d'avantage aux autres
- Risque accru de dysfonctionnement  
*(trouble anxieux, isolement social)*



best start  
meilleur départ  
by your health together we can

---

---

---

---

---

---

---

---

### Profil désorganisé (Trouble réactionnel de l'attachement)

- Abus physique, émotionnel, sexuel
- Négligence sévère
- Conflits familiaux importants



best start  
meilleur départ  
by your health together we can

---

---

---

---

---

---

---

---

**Développement neurologique**

Entre 0 et 5 ans:

Les expériences traumatisantes durant cette période empêchent les connexions appropriées de s'établir.

↓

Le chaos, la négligence, la peur, la violence directe contribuent au sous-développement et à la désorganisation du cerveau (système limbique, cortex).



---

---

---

---

---

---

---

---

**Les enfants victimes d'abus ou de négligence présentent des troubles d'attachement beaucoup plus sérieux.**

**Perception:**  
Ces enfants perçoivent les adultes comme étant inconstants, non disponibles et même dangereux.

**Protection:**  
Ils pensent qu'ils ont besoin de tout contrôler pour être en sécurité.



---

---

---

---

---

---

---

---

**Santé mentale infantile**

Émotionnel }  
Comportemental }  
Relationnel } **Enjeux**  
Développemental }



---

---

---

---

---

---

---

---



## Le Tempérament

**Le style comportemental d'un bébé ou d'un enfant.**

- **Comment il réagit aux situations**
- **Comment il exprime et contrôle ses émotions**




---

---

---

---

---

---

---

---

### Aspects du tempérament

<b>1. Niveau d'activité</b>	Reste longtemps assis sans bouger	↔	Toujours en mouvement
<b>2. Régularité</b>	Ressent faim/sommeil à des heures diff. tous les jours	↔	Ressent faim/sommeil même heure
<b>3. Réaction aux nouvelles situations</b>	Se cache, malheureux, rejette le nouveau	↔	Aime le nouveau (personnes, lieux, etc.)
<b>4. Adaptabilité</b>	S'adapte difficilement aux changements (routine, etc.)	↔	S'adapte rapidement
<b>5. Distractibilité</b>	Se concentre sur une activité longtemps	↔	Disperse son attention
<b>6. Persistance</b>	Se lasse rapidement des activités	↔	Déterminé à finir les activités
<b>7. Intensité</b>	N'exprime pas de changements émotionnels	↔	Montre l'intensité de ses émotions

---

---

---

---

---

---

---

---

## Qualité de l'ajustement

**À quel point le tempérament d'un bébé est adapté aux attentes et aux demandes de l'environnement.**

**Bon ajustement** → Probabilité plus élevée d'un développement sain pour l'enfant.

**Faible ajustement** → Place l'enfant à risque de développer des problèmes émotionnel et/ou de comportement.




---

---

---

---

---

---

---

---

### Ajustement de qualité

- Les demandes et les attentes des personnes et de l'environnement sont compatibles avec le tempérament de l'enfant.
- C'est au parent de s'ajuster...



---

---

---

---

---

---

---

---

### Facteurs d'influence de la qualité de l'ajustement

- Tempérament de l'enfant
- Tempérament du parent
- Conditions environnementales (ex.: la pauvreté)
- Santé mentale du parent
- Santé mentale de l'enfant
- L'attachement
- Enjeux biologiques enfant/parent



---

---

---

---

---

---

---

---

### Types de tempérament

- Facile
- Difficile
- Lent à réchauffer
- 40% des enfants ne font partie d'aucune catégorie



---

---

---

---

---

---

---

---

### Tempérament facile

**40% des enfants ont un tempérament facile**

- Approche volontiers de nouvelles situations
- S'adapte facilement
- Réaction modérée aux choses
- Routines régulières (sommeil, alimentation)
- Humeur généralement positive

➤ Les parents de ces enfants ont l'impression de faire un bon travail.




---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### Tempérament difficile

**10% des enfants ont un tempérament difficile**

- Se retire de nouvelles situations
- S'adapte lentement
- Réactions intenses
- Routines irrégulières
- Humeur négative

➤ Les parents remettent en question leur capacité de s'occuper d'un enfant et se demandent ce qu'ils ne font pas bien.




---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### Type lent à réchauffer

**5-15% des enfants sont de ce type**

- Se retire de nouvelles situations
- S'adapte lentement
- Faible niveau d'activité
- Humeur souvent négative

➤ On pense souvent que ces enfants sont gênés ou sensibles.




---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Chaque enfant est unique**

Même au sein d'une fratrie, on observera des résultats différents en appliquant les mêmes techniques de parentage, et ce, en fonction de l'âge, du tempérament et de facteurs divers.



best start  
milleur départ  
In/Our health together

---

---

---

---

---

---

---

---

**Quelques exemples de tempéraments, en lien avec la discipline**



best start  
milleur départ  
In/Our health together

---

---

---

---

---

---

---

---

best start  
milleur départ  
In/Our health together



**L'autorégulation**

---

---

---

---

---

---

---

---

## L'autorégulation

- Degré d'efficacité et d'effcience avec lequel l'enfant s'occupe d'un facteur stressant et se récupère ensuite.
- Se développe graduellement, avec plus d'intensité lorsque l'enfant apprend à parler.





---

---

---

---

---

---

---

---

## Calme et alerte pour apprendre



Calme et alerte pour apprendre – Autorégulation  
<https://www.youtube.com>

---

---

---

---

---

---

---

---

## Autorégulation chez le nourrisson et le jeune enfant

Capacité d'autorégulation limitée chez les nourrissons

L'autorégulation:

- Capacités cognitives
- Capacités de résolution de problèmes
- Émotions





---

---

---

---

---

---

---

---

## L'autorégulation et la gestion des émotions

- Anxiété
- Frustration
- Colère
- Tristesse
- Peur
- Excitation



best start  
meilleur départ  
by your health together we can

---

---

---

---

---

---

---

---

## Les trois étapes principales vers l'autorégulation

1. Réduire le niveau de stress global chez l'enfant (sommeil, alimentation, exercice, stimulation).
2. Prise de conscience de soi (comment l'enfant se sent).
3. Enseigner aux enfants le genre de choses qu'ils doivent faire pour retourner à un état calme, et les expériences qu'ils pourraient devoir gérer ou éviter.

best start  
meilleur départ  
by your health together we can

---

---

---

---

---

---

---

---

## Communication et autorégulation

- Quand un bébé pleure, il n'est pas régulé.
- La réponse du fournisseur de soins aux pleurs du bébé aide celui-ci à se calmer et à s'autoréguler.
- Le bébé apprendra qu'en communiquant sa détresse, le fournisseur de soins répond à son besoin, ce qui l'aidera à se calmer.

best start  
meilleur départ  
by your health together we can

---

---

---

---

---

---

---

---

### Indicateurs de stress chez l'enfant

- Difficulté à écouter
- Opposition
- Colère
- Impulsivité
- Distraction
- Difficulté à tolérer la frustration
- Difficulté à s'arrêter
- Difficultés de sommeil




---

---

---

---

---

---

---

---

### Indicateurs d'autorégulation chez le bébé

- Le bébé cesse de pleurer lorsqu'il est pris dans les bras par le fournisseur de soin principal.
- Le bébé a un contact visuel et réagit aux signaux tels le sourire ou une voix réconfortante.
- Graduellement, le bébé développe sa capacité à se calmer par lui-même pour de brèves périodes.
- Le bébé est en mesure de suivre une routine.




---

---

---

---

---

---

---

---

### Indices de faible autorégulation chez les nourrissons

- Difficulté au niveau du sommeil et de l'alimentation.
- Incapable de se calmer même lorsqu'il est pris dans les bras.
- Ne réagit pas, ou réagit négativement, aux signaux expressifs du fournisseur de soin.
- Non réceptif aux jouets stimulants.
- Changements d'humeur fréquents.
- Réactions disproportionnées au stress .
- Activation inappropriée du système de réponse au stress.
- Difficulté à se calmer.
- Difficulté à reconnaître les états internes tel la faim.




---

---

---

---

---

---

---

---

### Indices de faible autorégulation chez les bambins

- Agressivité envers les autres.
- Incapable d'exprimer et nommer ses émotions.
- Incapable de comprendre les émotions des autres.
- Se frustre facilement.
- Difficulté à établir des routines.
- Difficulté à attendre son tour.
- Difficulté à maintenir/changer l'attention.
- Facilement distrait.




---

---

---

---

---

---

---

---

### Indices de faible autorégulation chez les 4-5 ans

- Problèmes de sommeil.
- Nerveux.
- Défi au niveau de l'équilibre et du mouvement.
- Défi de contrôle des fonctions d'élimination.
- Retard dans les étapes du développement.
- Ne s'intéresse pas aux nouvelles activités.
- Crises fréquentes.
- Difficulté avec les transitions.
- Fortes réactions.
- Incapable de rester à la tâche pendant 10 minutes (excluant télévision).
- Changements d'humeur fréquents.
- Ne semble pas heureux.




---

---

---

---

---

---

---

---

### Quelques exemples d'autorégulation, en lien avec la discipline





---

---

---

---

---

---

---

---

best start  
meilleur départ  
Your health. MyGis. mine



## La résilience

---

---

---

---

---

---

---

---

## Résilience

**La capacité de surmonter les difficultés et de composer avec le changement.**

- Un aspect important du bien-être mental.
- Toute personne doit acquérir certaines compétences et pouvoir compter sur des gens afin de surmonter les moments difficiles.

best start  
meilleur départ  
Your health. MyGis. mine

---

---

---

---

---

---

---

---

Olivier a 6 semaines. Il ne sait pas ce qu'est une émotion, mais quand il pleure, il y met toute son énergie. Il raidit les bras, forme un poing avec ses doigts, lève ses petites jambes et hurle de tout son cœur.



Il ne sait pas comment mieux se sentir ni quand le sentiment de tristesse s'estompera.

Photo tirée de [www.babysmiles.com.au](http://www.babysmiles.com.au)

---

---

---

---

---

---

---

---

### Bâtir la résilience par l'attachement et les relations stables

- Être réconforté montre au bébé qu'il peut se remettre de ses émotions désagréables.
- Avec l'appui de ses parents le bébé apprend à se réconforter lui-même, à chasser ses pensées désagréables, à comprendre les émotions des autres, à y réagir et à gérer ses émotions pendant de courtes périodes.




---

---

---

---

---

---

---

---

### La résilience implique divers systèmes

- Système d'apprentissage du cerveau humain — résolution de problème, traitement de l'information
- Système d'attachement — relations de proximité avec les fournisseurs de soins, amis, partenaires de vie, figures spirituelles
- Système de maîtrise de la motivation — processus d'efficacité personnelle, système de renforcement associé à des comportements recherchés
- Système de réponse au stress — systèmes d'alerte et de récupération
- Système d'autorégulation — autorégulation des émotions, fonctions exécutives, activation et inhibition de l'attention ou du comportement
- Système familial — parentage, dynamiques interpersonnelles, attentes, cohésion, rituels, normes
- Système scolaire — enseignement, valeurs, standards, attentes
- Système des pairs — amitiés, groupes de pairs, valeurs, normes
- Système culturel et de société — religion, traditions, rituels, valeurs, standards, lois

(Masten and Obradovic 2006)




---

---

---

---

---

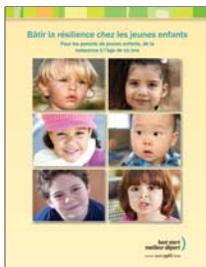
---

---

---

**Les parents ne peuvent pas “donner” la résilience à leurs enfants, mais ils peuvent jouer un rôle important pour son développement.**

- Relation parent-enfant
- Communication
- Discipline
- Pensée optimiste
- Gestion du stress




---

---

---

---

---

---

---

---



---

---

---

---

---

---

---

---

**Quelques exemples de résilience, en lien avec la discipline.**



best start  
meilleur départ  
Your health.  ours.

---

---

---

---

---

---

---

---

best start  
meilleur départ  
Your health.  ours.



**Les fonctions exécutives**

---

---

---

---

---

---

---

---

## Les Fonctions Exécutives

Les capacités pour s'adapter à des situations nouvelles, c'est-à-dire non routinières, pour lesquelles il n'y a pas de solution toute faite.

1. Le contrôle inhibiteur
2. La mémoire de travail
3. La flexibilité mentale



best start  
meilleur départ  
by your health right now

---

---

---

---

---

---

---

---

## Contrôle inhibiteur (Maîtrise de soi)

La capacité de résister à une forte envie de faire quelque chose et de plutôt faire ce qui est approprié.

- Résister à la tentation d'agir de façon impulsive
- Être capable de se concentrer sur la tâche à accomplir malgré l'ennui, l'échec initial, des digressions intéressantes ou des distractions, ce qui implique l'attention sélective ou exclusive et la discipline personnelle.

best start  
meilleur départ  
by your health right now

---

---

---

---

---

---

---

---

## Le contrôle inhibiteur permet de:

- Résister la tentation de prendre le jouet d'un autre enfant.
- Résister à la tentation de dire quelque chose de socialement inapproprié ou blessant.
- Résister à la tentation de blesser ou de frapper quelqu'un pour se venger.
- Résister à la tentation de manger un succulent dessert.

best start  
meilleur départ  
by your health right now

---

---

---

---

---

---

---

---

## La mémoire de travail

Retenir de l'information tout en travaillant avec elle ou en la mettant à jour mentalement.

- La mémoire de travail est essentielle pour comprendre tout ce qui se passe au fil du temps.
- Elle exige que l'on retienne ce qui s'est passé antérieurement et ce qui est en lien avec ce qui se passe maintenant.




---

---

---

---

---

---

---

---

## La mémoire de travail permet de:

- Faire le lien entre une idée et une autre.
- Faire le lien entre ce que vous avez lu plus tôt par rapport à ce que vous lisez maintenant.
- Faire des calculs mentaux.
- Établir la priorité des choses que vous avez à faire.
- Suivre une conversation tout en retenant ce que vous voulez dire.
- Transformer des directives en actions.




---

---

---

---

---

---

---

---

## La flexibilité mentale

Être capable de modifier notre point de vue ou de porter notre attention sur autre chose facilement et rapidement.

- S'ajuster de façon souple aux demandes ou aux priorités changeantes.
- Être capable de sortir du cadre de pensées.




---

---

---

---

---

---

---

---

**La flexibilité mentale permet de :**

- Résoudre des problèmes de façon créative.
- Changer aisément de perspective.
- Changer le focus de notre attention.
- Voir de quelle autre façon nous pouvons réagir suite à un événement.
- Comprendre les autres moyens de conceptualiser un problème ainsi que les autres façons de résoudre un problème.




---

---

---

---

---

---

---

---

**Stress, langage & fonction exécutive**

- Stress ↓ fonctions exécutives = comportements semblables à quelqu'un atteint d'un TDAH.
- Sentiments → mots: activation du cortex préfrontal = diminution de la réponse dans l'amygdale, décodage des émotions.




---

---

---

---

---

---

---

---

**FE et préparation à l'école**

- FE importantes dans la préparation à l'école.
- FE davantage liées à la préparation à l'école que QI.
- Plusieurs enfants commencent l'école avec un manque, relativement aux FE.
- Les enfants de 5 ans d'aujourd'hui possèdent moins d'habiletés de FE que ceux des générations précédentes.

(Smirnova, 1998; Smirnova & Gudareva, 2004)




---

---

---

---

---

---

---

---

### Peut-on influencer le développement?

- Les jeunes enfants peuvent améliorer leurs fonctions exécutives sans avoir recours à des spécialistes (ex: jouer, raconter des histoires, écouter de la musique, danser).
- Améliorer les fonctions exécutives tôt dans la vie de l'enfant permet de lui donner les meilleurs outils pour réussir.
- Si l'enfant commence l'école en présentant un retard dans ces habiletés, il part du mauvais pied et il peut s'avérer difficile d'y remédier.



---

---

---

---

---

---

---

---

### Quelques exemples de fonctions exécutives, en lien avec la discipline



---

---

---

---

---

---

---

---



### Le style parental

---

---

---

---

---

---

---

---



---

---

---

---

---

---

---

---



---

---

---

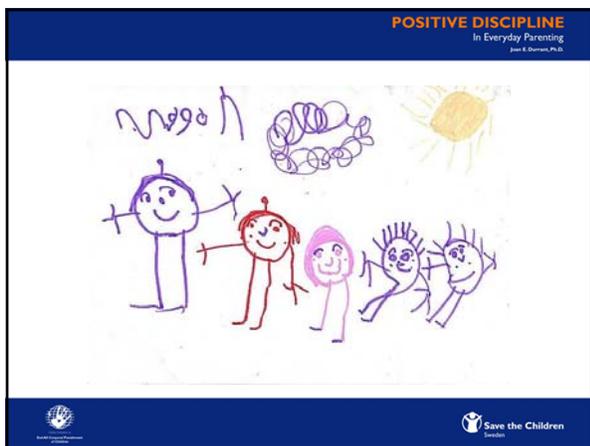
---

---

---

---

---



---

---

---

---

---

---

---

---

**POSITIVE DISCIPLINE**  
In Everyday Parenting  
Joel E. Durrant, Ph.D.

1. Comment réagit votre **corps** ?
2. Comment votre **voix** se modifie-t-elle ?
3. Que **ressentez**-vous sur le plan émotionnel?

Par groupes de tables, discutez de ce que les parents sont susceptibles de **dire** et de **faire** dans cette situation.

Notez tout sur des papiers autocollants séparés.



---

---

---

---

---

---

---

---

**POSITIVE DISCIPLINE**  
In Everyday Parenting  
Joel E. Durrant, Ph.D.

# La réaction face au **STRESS**



---

---

---

---

---

---

---

---

**POSITIVE DISCIPLINE**  
In Everyday Parenting  
Joel E. Durrant, Ph.D.

## Réactions normales face au stress

**crier**  
**menacer**  
**frapper**  
**proférer des injures**  
**critiquer**  
**harcéler**



---

---

---

---

---

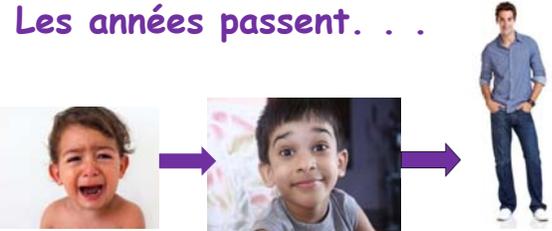
---

---

---

**POSITIVE DISCIPLINE**  
In Everyday Parenting  
Joel E. Marrett, Ph.D.

Les années passent. . .



Imaginez maintenant. . .

---

---

---

---

---

---

---

---

**POSITIVE DISCIPLINE**  
In Everyday Parenting  
Joel E. Marrett, Ph.D.

Quel type de personne  
espérez-vous que votre enfant devienne  
à cet âge ?

Quel type de relation  
souhaitez-vous entretenir avec votre  
enfant quand il aura atteint cet âge ?

---

---

---

---

---

---

---

---

**POSITIVE DISCIPLINE**  
In Everyday Parenting  
Joel E. Marrett, Ph.D.

Crier, frapper, menacer....

- ❖ Crée un modèle de résolution de problème par l'agression
- ❖ Attire l'attention des enfants sur eux-mêmes au lieu de sur autrui
- ❖ Provoque la peur et l'angoisse
- ❖ Diminue l'estime de soi
- ❖ Rompt la confiance

Transformez les difficultés à court terme en **occasions**  
d'oeuvrer pour atteindre vos objectifs à long terme

Source : La discipline positive au quotidien –  
Utilisé avec permission. 

---

---

---

---

---

---

---

---



---

---

---

---

---

---

---

---

### Permissif, autoritaire, démocratique

best start  
meilleur départ  
by your health expert since

---

---

---

---

---

---

---

---

### Permissif

- Lacunes au niveau des règles et de la structure.
- Absence de constance (routines).
- Peu ou pas de conséquences.
- Accorde beaucoup de liberté et de choix à l'enfant - même s'il n'est pas en mesure de gérer ceci.
- L'enfant obtient généralement ce qu'il veut.
- Lorsque le parent se frustre, il peut avoir recours à une discipline autoritaire.

best start  
meilleur départ  
by your health expert since

---

---

---

---

---

---

---

---

### Autoritaire

- Les discussions et la communication ne sont pas encouragées.
- Règles rigides.
- Les valeurs préconisées sont : obéissance, respect de l'autorité, contrôle.
- Amour conditionnel.
- L'humiliation, les menaces, et les punitions sévères sont utilisées afin que l'enfant obéisse.





---

---

---

---

---

---

---

---

### Démocratique (Autoritatif)

- Règles et attentes claires, routines constantes.
- L'autonomie et l'affirmation de soi sont encouragées.
- Les droits et besoins de chacun sont respectés.
- Communication ouverte/écoute active.
- Amour inconditionnel.
- L'enfant apprend à réfléchir par lui-même et à trouver des solutions.





---

---

---

---

---

---

---

---



- L'enfant du parent permissif, ne sent pas dirigé et devient vite mal dans sa peau, impulsif, agressif. Il démontre de l'insécurité, de l'immatunité et un faible contrôle de soi.



- L'enfant du parent autoritaire vit des frustrations : il voit que le parent est centré sur lui-même, et ne comprend pas le sens des interdictions. Il peut se montrer soumis, méfiant, mécontent, retiré, agressif.



- L'enfant du parent démocratique s'affirme, a confiance en lui et est capable de s'autoréguler.




---

---

---

---

---

---

---

---

### Revue des meilleures pratiques parentales pour la discipline de l'enfant

- Former un attachement solide avec l'enfant.
- Soutenir une relation parent-enfant positive à travers l'amour et le respect.
- Avoir des attentes réalistes selon le stade de développement de l'enfant.
- Donner l'exemple et renforcer les comportements positifs.
- Être constant dans l'approche disciplinaire.
- Établir des limites raisonnables.
- Créer un environnement sécuritaire.
- Prendre soin de soi afin de pouvoir répondre aux comportements difficiles de manière calme et positive.




---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### Et les mises en retrait? (time-outs)




---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### Pourquoi ne pas utiliser les mises en retrait?

- Il est mieux de comprendre pourquoi l'enfant se comporte ainsi. Peut être approprié pour son âge...
- Les jeunes enfants ont besoin d'apprendre à s'autoréguler et les parents peuvent les aider en restant calmes (corégulation).
- Les jeunes enfants n'ont pas toujours la capacité de comprendre l'implication de leurs actions sur eux-mêmes ou sur les autres.
- Les enfants qui sont punis peuvent apprendre à ne pas se faire prendre la prochaine fois...
- Si les enfants sont punis par leurs parents pour leurs erreurs, ils n'iront pas vers leurs parents quand ils seront en difficulté. Va à l'encontre de la théorie de l'attachement.
- Les situations difficiles sont une occasion d'aider les enfants à apprendre à résoudre des problèmes. Les parents peuvent faire cela beaucoup mieux à travers une **conversation** plutôt qu'en isolant l'enfant.




---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### Moments de réconfort (Time-In)

- Permet à l'enfant de se calmer
- L'enfant sait qu'il peut aller vers la figure de soin pour être réconforté
- Appuie ce que l'on sait déjà au sujet du développement du cerveau et de l'autorégulation



best start  
meilleur départ  
by your health n°6161 1000

---

---

---

---

---

---

---

---

### Utiliser des récompenses?

Motivation intrinsèque  
vs  
Motivation extrinsèque



best start  
meilleur départ  
by your health n°6161 1000

---

---

---

---

---

---

---

---

### Ignorer le comportement?

A considérer...

- Message véhiculé à l'enfant
- Résolution de problème



best start  
meilleur départ  
by your health n°6161 1000

---

---

---

---

---

---

---

---

### Autres stratégies auxquelles les parents ont recours

- Crier
- Menacer
- Comparer
- Punir
- Humilier
- Compter jusqu'à ...
- Faire des promesses
- Discipline corporelle



---

---

---

---

---

---

---

---

### Études de cas



---

---

---

---

---

---

---

---

### Développement et stratégies de la campagne

 Children See  
Children Learn

 Les enfants voient  
Les enfants apprennent

My child learns from me and my actions.  
Mon enfant apprend de moi et de mes gestes.



---

---

---

---

---

---

---

---

### Perspective des droits de la personne

Convention internationale des droits de l'enfant - Article 19 (1989)

- Les enfants ont le droit d'être protégés contre la violence et les mauvais traitements, physiques et psychologiques.
- Toute forme de discipline impliquant de la violence est inacceptable.
- Ratifiée par le Canada, mais l'implantation n'est pas complètement en place à travers les lois.





---

---

---

---

---

---

---

---

### Perspective du développement de l'enfant

Les châtimets corporels prédisent:

- Une internalisation morale plus basse
- De plus hauts niveaux d'agression verbale et physique
- De plus hauts niveaux de délinquance et de comportements antisociaux
- De moins bonnes relations parent-enfant
- Une moins bonne santé mentale



Recherches d'Elizabeth Gershoff




---

---

---

---

---

---

---

---

### Par où commencer?

- Entrevues avec experts
- Revue des meilleures pratiques pour la discipline de l'enfant
- Analyse environnementale d'autres campagnes
- Sondage auprès des parents
- Analyse des besoins des intervenants





---

---

---

---

---

---

---

---

### Entrevues avec les experts

**18 Experts (4 É-U, 14 Canada)**

- Viser à changer l'attitude des parents
- Aider les parents à voir du point de vue des enfants et selon leur niveau de développement
- Demander aux parents de penser aux effets à long terme
- Faire la promotion des pratiques parentales suggérées dans *La Déclaration conjointe sur les punitions corporelles données aux enfants et aux adolescents*





---

---

---

---

---

---

---

---

### Revue des meilleures pratiques parentales pour la discipline de l'enfant





---

---

---

---

---

---

---

---

### Analyse environnementale d'autres campagnes

Spanking: It Hurts More Than You Think

Children are Unbeatable!

Discipline Shouldn't Hurt

Think Twice

Raise Your Hand against Smacking!

Il n'y a pas de petite claque

Children See, Children Do

Use Words that Help, Not Hurt




---

---

---

---

---

---

---

---




---

---

---

---

---

---

---

---

### Sondage auprès des parents



- Qu'est-ce que les parents savent et croient?
- Que font-ils?
- Où obtiennent-ils leurs informations sur les pratiques parentales?

best start  
meilleur départ  
by your health expert team

---

---

---

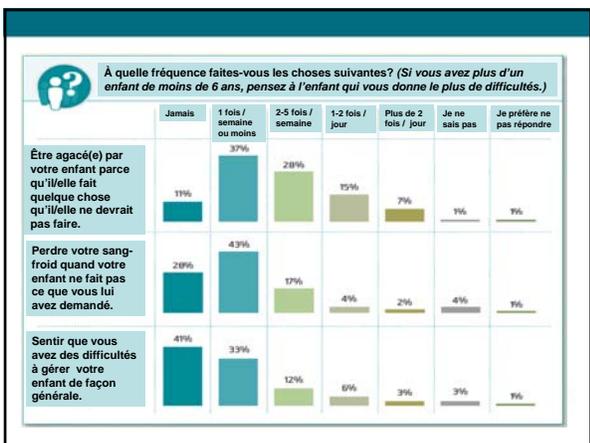
---

---

---

---

---




---

---

---

---

---

---

---

---

### Alors... que font les parents ?

- Ignorer, ne rien faire (44%)
- Mettre l'enfant en pénitence dans une autre pièce (69%)
- Élever la voix, réprimander ou crier (84%)
- Ôter des privilèges ou des choses (85%)
- Taper ou donner la fessée à l'enfant (26%)



### Pourquoi?

Page 15 du rapport... best start  
meilleur départ  
by your health right to start

---

---

---

---

---

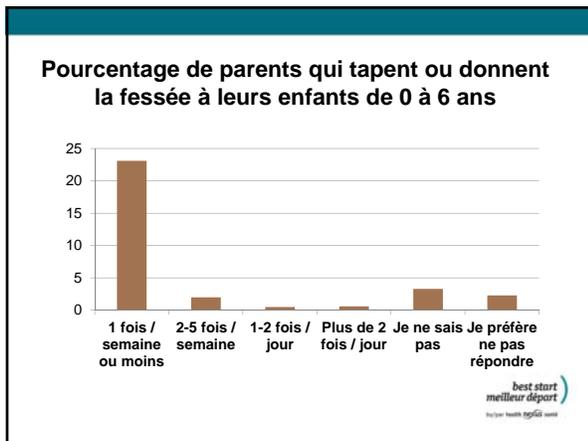
---

---

---

---

---




---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### Jusqu'à quel point êtes-vous d'accord qu'il soit acceptable pour un parent de taper ou de donner la fessée à son enfant dans chacune des situations suivantes?

SITUATION	Niveau d'accord				
	Fortement en accord	Un peu en accord	Un peu en désaccord	Fortement en désaccord	Ne sais pas
Lorsque l'enfant est déboussant	6%	26%	20%	43%	5%
Lorsque l'enfant est impoli	9%	22%	63%		4%
Lorsque l'enfant endommage un bien	8%	25%	22%	42%	4%
Lorsque l'enfant est violent	12%	26%	21%	37%	5%

best start  
meilleur départ  
by your health right to start

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---






---

---

---

---

---

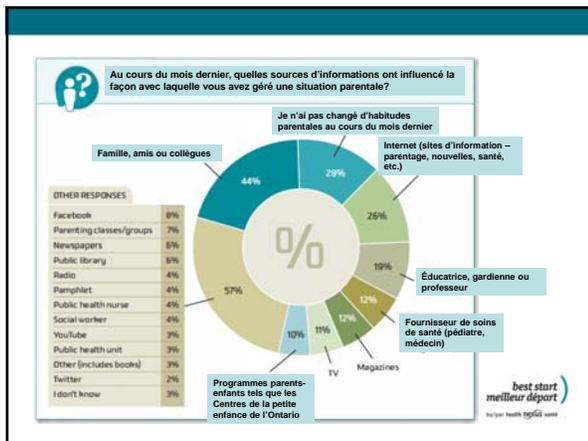
---

---

---

---

---




---

---

---

---

---

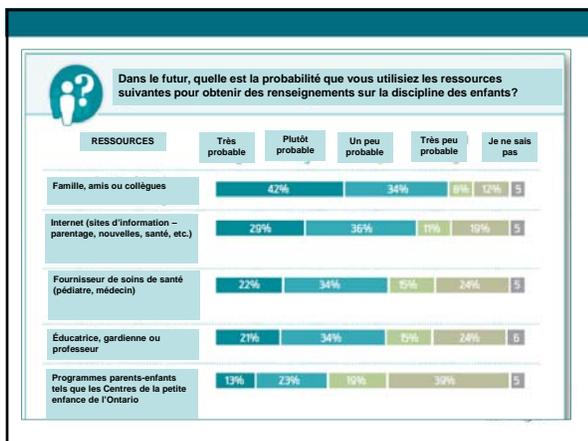
---

---

---

---

---




---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Francophones vs Anglophones

Tendances seulement – pas statistiquement significatif

**Français langue première :**

- Plus susceptibles de chercher des méthodes/techniques sur la discipline
- Plus susceptibles d'être influencés par internet/médias sociaux pour le parentage

**Anglais langue première :**

- Plus enclins à trouver que c'est acceptable de taper/fesser leurs enfants qui sont désobéissants
- Plus enclins à être agacés par le comportement de leurs enfants



---

---

---

---

---

---

---

---

## Analyse des besoins des intervenants

Lequel de ces outils serait le plus utile pour faire la promotion de messages de discipline de l'enfant auprès des parents?

Une grande affiche	25%	73
Une petite affiche	18%	53
Un dépliant	40%	116
Une feuille de croissance	31%	88
Un napperon	13%	38
Une carte postale	12%	34
Une carte postale	25%	71
Une petite feuille détachable	11%	33
Un signet	74%	214
Un atelier prêt-à-l'emploi	11%	32
Autre	11%	32

+ 73 commentaires généraux...



---

---

---

---

---

---

---

---

## Nous sommes prêts...

- ✓ Entrevues avec les experts
- ✓ Revue des meilleures pratiques pour la discipline de l'enfant
- ✓ Analyse environnementale des autres campagnes
- ✓ Sondage auprès des parents
- ✓ Analyse des besoins des intervenants





---

---

---

---

---

---

---

---




---

---

---

---

---

---

---

---

### But de la campagne



**Réduire la prévalence des  
châtiments physiques et  
émotionnels faits aux  
enfants, de la naissance  
à 6 ans.**




---

---

---

---

---

---

---

---




Accueil Conseils Liens À propos de nous Nos commentaires English

**Écoutez les conseils d'autres parents**

2 ans

3 ans

4-5 ans

**Votre enfant apprend de vous et de vos gestes.**

Être parent peut être stressant. Vous avez besoin de stratégies pour gérer votre stress quand vous êtes avec votre enfant? Les recherches démontrent que les parents stressés que les besoins, les règles et les comportements ne fonctionnent pas. Celles-ci blessent l'enfant. Elles peuvent avoir des effets à long terme sur la relation avec votre enfant. Il y a des façons plus positives de gérer votre enfant.

Regardez ce qu'en disent les experts.



2 ans



3 ans



4-5 ans

Engagez-vous à être un parent qui ne punit pas. Prenez l'engagement!

Partagez Nous sommes accessibles

[www.LesEnfantsVoientLesEnfantsApprennent.ca](http://www.LesEnfantsVoientLesEnfantsApprennent.ca)

---

---

---

---

---

---

---

---

### Les vidéos...

- 13 familles (6 francophones, 7 anglophones)
- Mise en vedette des pères
- Diversité culturelle et sociale



---

---

---

---

---

---

---

---



[www.LesEnfantsVoientLesEnfantsApprennent.ca](http://www.LesEnfantsVoientLesEnfantsApprennent.ca)

---

---

---

---

---

---

---

---

### L'engagement...

Engagez-vous à être un parent qui ne punit pas.

Partage 

**Prenez l'engagement**

Je m'engage à trouver des façons positives pour faire face aux défis de tous les jours avec mes jeunes enfants, sans utiliser de punitions physiques ou psychologiques.



---

---

---

---

---

---

---

---

**Pour diriger les parents au site Web**

- Échelles de croissance
- Messages d'intérêt public (radio & télé)
- Affichettes
- Ateliers prêts à l'emploi
- Articles
- Graphiques (web, écran, imprimé)
- Présentoirs





---

---

---

---

---

---

---

---

**Échelles de croissance**



- 100,000 imprimées
- Garderies & fournisseurs de soins de santé (25,000)
- CPEOs (30,000)
- Santé publique (20,000)
- PCNP-PACE-PAPA
- Aussi en vente




---

---

---

---

---

---

---

---

**Messages d'intérêt public**



- 250 stations de radio anglaises et 11 stations françaises de l'Ontario
- 95 stations de télévision anglaises et 6 stations françaises de l'Ontario.

Peuvent aussi être disséminés à travers les médias sociaux.




---

---

---

---

---

---

---

---



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### Affichettes

**Your child learns from you and your actions.**  
Research shows that children learn by observing, speaking or thinking about what they see. There are many positive ways to teach your child that do not require a lot of money.

- Read to your child every day.
- Use everyday objects to teach your child.
- Model good behavior.
- Use your child's name when you speak to them.
- Use your child's name when you speak to others.
- Use your child's name when you speak to yourself.
- Use your child's name when you speak to others.
- Use your child's name when you speak to yourself.

**Votre enfant apprend de vous et de vos gestes.**  
Des recherches ont démontré que les enfants apprennent en observant, en parlant ou en réfléchissant à ce qu'ils voient. Il y a de nombreuses façons positives de leur apprendre sans dépenser beaucoup d'argent.

- Écoutez ce que votre enfant dit et répondez-lui.
- Appelez les personnes de votre vie par leur nom.
- Montrez comment utiliser les objets du quotidien.

**Le meilleur départ**  
Le meilleur départ  
Le meilleur départ

best start  
meilleur départ  
by your health, together

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### Atelier prêt à l'emploi

**Le meilleur départ**  
Le meilleur départ  
Le meilleur départ

**Le meilleur départ**  
Le meilleur départ  
Le meilleur départ

**Le meilleur départ**  
Le meilleur départ  
Le meilleur départ

best start  
meilleur départ  
by your health, together

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### Articles génériques



- Article pour les parents – Version abrégée
- Article pour les parents – Version intégrale
- Communiqué pour faire la promotion d'une activité en lien avec la campagne
- Annonce par courriel destinée aux intervenants
- Article pour les intervenants




---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### Graphiques

- Différentes grandeurs et formats.
- Pour matériel imprimé, sites Web et moniteurs de télévision.





---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### Présentoir



- Bilingue
- Peut être emprunté sans frais (sauf pour les coûts d'expédition de retour).
- Idéal pour des ateliers et foires santé.




---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

