

La discipline chez l'adolescent

La discipline est une méthode éducative visant à protéger, à enseigner, à socialiser et à orienter les enfants afin qu'ils deviennent autonome, indépendant et responsable dans leur vie d'adulte. La discipline avec l'âge permettra au jeune d'acquérir une bonne estime de soi tout en respectant les autres.

Méthodes disciplinaires adéquates :

- Communiquer clairement vos attentes, vos besoins
- Reconnaître les comportements positifs
- Respecter les besoins d'indépendance du jeune
- Donner l'exemple de la négociation et de la résolution de problème
- Expliquer les raisons de vos règles et limites
- Écouter l'opinion du jeune
- Aider le jeune à trouver une façon de s'exprimer efficacement
- Les parents doivent être clairs et fermes dans les règles non négociables. Établir un ordre de priorités dans les règles.
- Éviter les argumentations longues.
- Donner l'exemple
- Chercher des solutions aux situations ou aux comportements indésirables.
- Utiliser des conséquences logiques selon l'âge et en lien avec le comportement indésirable.

Méthodes disciplinaires inacceptables :

- Violence verbale, physique et dénigrer le jeune
- Absence de limites claires
- Promesses non tenues, menaces
- interdictions multiples, exigences trop élevés.

PAPA MAMAN (Zone parentale)

ENFANT (Zone de l'adolescent)



FRONTIÈRE À NE PAS FRANCHIR