Le comportement

Y'a personne de parfait™

Favoriser un bon comportement chez votre enfant

- **Rendez le milieu autour de votre enfant sécuritaire et intéressant.** Les enfants sont actifs donc assurez-vous que votre foyer est un milieu de jeu sécuritaire. Il vaut mieux créer un milieu où votre enfant peut apprendre et explorer en sécurité plutôt que de toujours lui dire « non ». Si votre enfant s'ennuie, changez le milieu de manière à le rendre intéressant. Quand vous sortez, apportez-lui une collation et un jouet ou un livre.

- **Établissez des routines familiales.** Les enfants se sentent en sécurité quand les mêmes activités se font dans le même ordre tous les jours. Il est plus facile pour les enfants de suivre les règles lorsqu'une activité devient habituelle, par exemple des règles à propos du rangement des jouets. Établissez une routine quotidienne qui assure à votre enfant des collations et des repas réguliers et assez de sommeil. Incluez beaucoup d'activités physiques, autant dehors que dans la maison. Votre enfant s'endormira plus facilement si vous respectez la même heure de coucher tous les soirs.
- **Félicitez et encouragez votre enfant.** Quand vous remarquez que votre enfant se comporte bien, dites-le-lui. Votre encouragement est plus efficace lorsque vous dites clairement à votre enfant ce que vous aimez dans son comportement. De cette façon, vous aidez votre enfant à comprendre ce que vous attendez de lui.
- **Donnez le bon exemple.** Votre enfant apprend presque tout en observant ce que les autres personnes font. En adoptant un comportement positif, vous montrez à votre enfant ce que vous attendez de lui. Si vous voulez que votre enfant soit poli, assurez-vous qu'il vous entende dire « s'il vous plaît » et « merci ».

Quand vous avez des liens solides avec votre enfant, il suivra plus facilement vos directives.

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

Ma journée en images

- Des tableaux d'images aideront votre enfant à apprendre les routines de votre famille. Vous pouvez en faire avec votre enfant. Pour les jeunes enfants, utilisez des images pour illustrer chaque étape. Plus tard, vous pouvez ajouter des mots. Par exemple, vous pouvez rassembler des images qui illustrent la routine à suivre pour s'habiller en hiver. D'abord, faites une liste de tout ce que votre enfant doit porter quand il y a de la neige et qu'il fait froid. Vous aurez besoin d'une image de chaque vêtement. Vous pouvez les dessiner, découper des images dans des circulaires publicitaires ou prendre des photos des vêtements de votre enfant. Si votre enfant est plus âgé, il peut les dessiner ou les découper lui-même.
- Mettez toutes les images sur la table. Aidez votre enfant à les mettre dans le bon ordre. Laissez votre enfant vous aider à coller les images sur une grande feuille de papier. Affichez ce tableau au mur près de l'endroit où votre enfant s'habille pour sortir. Il s'amusera à regarder la liste en images pour savoir le prochain vêtement à mettre. Vous pouvez faire un tel tableau pour toute routine de votre journée. Il servira à rappeler vos attentes à votre enfant.

Suivez le chef

- Les jeunes enfants apprennent presque tout en observant les personnes dans leur entourage et en imitant ce qu'elles font. Ils adoreront jouer à « suivez le chef ». Il y a beaucoup de façons d'y jouer. Vous pouvez en faire un jeu actif dehors ou dans un corridor. Votre enfant imite vos actions pendant que vous vous déplacez de différentes manières. Par exemple, vous pouvez marcher autour d'un arbre au parc en balançant les bras. Demandez ensuite à votre enfant de vous mener autour de l'arbre. Il peut se déplacer comme il veut pendant que vous le suivez.
- Vous pouvez aussi jouer plus tranquillement quand vous êtes dans l'autobus ou dans une salle d'attente. Vous faites une série de mouvements avec vos mains que l'enfant doit imiter. Ensuite, c'est à son tour de faire des mouvements que vous devez imiter. Le jeu peut être très simple avec un jeune enfant. Avec un enfant âgé de 5 ans, vous pouvez inventer de plus longues séries. En vous amusant ensemble, vous nouez des liens solides d'attachement.

Fournisseurs de programme : Utilisez le présent espace pour inscrire l'information de votre organisation.

© Sa Majesté la Reine du chef du Canada, représentée par la ministre de la Santé, 2015
Cat. : HP15-22/1-2015F-PDF | ISBN : 978-0-660-023462-5