HABITAT LANAUDIÈRE

Les habiletés parentales positives

Périnatalité et petite enfance

Les bénéfices auprès des enfants



L'importance de la stabilité...

QU'EST-CE QU'UN STYLE PARENTAL ?

Le style parental désigne la manière dont les parents interagissent avec leurs enfants au quotidien: encadrement, affection, communication, discipline. Il influence directement le développement affectif, social et cognitif de l'enfant.

Les 4 styles parentaux :

Style	Caractéristiques	Conséquences possibles
Autoritaire	Règles strictes, peu d'écoute, discipline sévère	Enfants obéissants, mais anxieux, peu confiants
Permissif	Très affectueux, peu de règles ou de limites	Enfants immatures, peu autonomes, impulsifs
Désengagé	Peu d'encadrement, peu d'affection	Risque de troubles affectifs et comportementaux
Démocratique	Chaleur, discipline cohérente, écoute, respect de l'autonomie	Enfants responsables, confiants socialement compétents

Le style démocratique est considéré comme le style le plus favorable au développement de l'enfant.

ATTITUDE PARENTALE FAVORABLE :

- Être sensible aux besoins de l'enfant et y répondre de manière rapide, constante et appropriée. Cela permet à l'enfant de développer sa confiance envers son parent et de se calmer.

- Encadrer avec une routine (ex. : routine du dodo) et des règles claires, cohérentes et constantes, adaptées à l'âge de l'enfant. Les règles et routines rassurent l'enfant, car il sait à quoi s'attendre et se sent en sécurité.

- Être chaleureux, bienveillant et empathique : offrir à l'enfant écoute, affection et réconfort, respecter ses idées et ses sentiments. L'enfant se sent ainsi aimé et accepté, ce qui renforce sa confiance en lui et son estime de soi.



POUR ADOPTER UNE PARENTALITÉ POSITIVE :

- **Montrer de l'affection au quotidien.**
- **Dites « je t'aime », faites des câlins, féliciter les efforts.**
- **Être disponible émotionnellement pour l'enfant.**
- **Poser un cadre clair et cohérent.**
- **Expliquer les règles, faire preuve de constance et les adapter à l'âge de l'enfant.**
- **Faire preuve de fermeté, être calme, sans crier, de manière excessive.**
- **Offrir des choix à l'enfant.**
- **Écouter activement.**
- **Laisser l'enfant s'exprimer sans l'interrompre.**
- **Reformuler ses propos pour lui montrer qu'il est compris.**
- **Encourager l'autonomie de l'enfant.**
- **Laisser l'enfant prendre des décisions adaptées à son âge.**
- **L'encourager et le soutenir dans la résolution de problèmes.**
- **L'impliquer dans des tâches du quotidien (mettre la table, choisir ses vêtements…).**
- **Gérer les conflits de manière constructive.**
- **Encourager les bons comportements.**

LES BÉNÉFICES DES PRATIQUES PARENTALES FAVORABLES SUR LE DÉVELOPPEMENT GLOBAL DE L'ENFANT

Elles posent les bases d'une croissance saine, d'un bon équilibre psychologique, et de relations sociales positives. Voici des exemples de bénéfices...

Sur le développement de l'autonomie et le sens des responsabilités :

- Capacité à faire des choix réfléchis.
- Sens des responsabilités.
- Indépendance émotionnelle.

Sur le développement cognitif :

- Meilleures capacités d'apprentissage et de concentration.
- Développement du langage plus rapide.
- Curiosité et motivation à apprendre, accrues.

Sur le développement d'un attachement sécurisant :

- Création d'un lien affectif stable avec les parents.
- Sentiment de sécurité intérieure.
- Meilleure régulation du stress.



Sur le développement socio-affectif :

- Estime de soi plus élevée.
- Confiance en soi.
- Meilleure gestion des émotions.
- Relations harmonieuses avec les autres.

L'IMPORTANCE DE LA STABILITÉ...

La stabilité permet à l'enfant de :

- Développer un sentiment de sécurité intérieure.
- Renforcer sa confiance en lui et envers les autres.
- Mieux gérer ses émotions et les imprévus.
- Se concentrer sur l'exploration, l'apprentissage, et le jeu — les moteurs naturels de son développement.

Être un bon parent ne signifie pas être parfait, mais plutôt être présent, à l'écoute et répondre avec sensibilité aux besoins de son enfant, le plus souvent possible.

Sources et inspirations :

- https://www.parents.com/parenting/better-parenting/style/parenting-styles-explained/?utm_source=chatgpt.com
- https://www.peelcas.org/fr/services/ressources-pour-les-parents/pratiques-parentales-positives
- https://www.enfantencyclopedie.com/sites/default/files/etre_parent_2009-11.pdf
- https://www.enfantencyclopedie.com/attachement#quelle-est-limportance-dun-lien-securise-entre-lenfant-et-son-parent

ORGANISMES DE LA RÉGION :

MRC Les Moulins

- Carrefour familial des Moulins: 450 492-1257
- MOMS: 450 961-9107
- Parenfants Mascouche: 450 474-6431
- Nourri-Source Lanaudière: 514 524-9696

MRC L'Assomption

- Service de sages-femmes et maison de naissance de Lanaudière: 450 582-5111
- Marraines coup de pouce: 450 582-2677 #29
- Maison de la famille La Parenthèse : 450 582-2677

Ligne Parents: 1 800 361-5085 ligneparent.com



Habitat Lanaudière remercie ses précieux partenaires

Centre intégré de santé et de services sociaux de Lanaudière
Québec
LE RÉSEAU D'ÉCLAIREURS