

Fiche : les règles de vie

Issu du livre de Jeanne Siaud-Facchin

1^{ère} étape : délimitez votre propre territoire, chacun a ses limites : connaître ses propres limites de parent permet de poser les limites à ses enfants. Les règles ne sont pas universelles mais personnelles. Ce qui est acceptable, tolérable pour un individu, pour une famille, sera inadmissible dans une autre ...et réciproquement.

Ce qui compte, c'est déterminer ce qui est vraiment impossible à accepter et ce sur quoi on peut être indulgent.



2^{ème} étape : les lois et les règles

les lois : c'est ce que vous imposez car il en va de votre équilibre et donc du sien. Ce sont les limites de votre territoire. Ces limites ne peuvent et ne doivent jamais être dépassées.

Si dans vos lois, le piercing n'est pas admissible, vous ne devez jamais discuter de ce sujet avec votre enfant.

Les lois doivent d'abord être justifiées. Expliquez clairement à votre enfant pourquoi vous ne pouvez accepter telle ou telle chose. Dans l'idéal ces lois sont discutées en couple (si vous vivez ensemble). Si vous êtes séparés, ce qui compte, c'est que chacun ait ses lois. Il n'est pas du tout indispensable que vous ayez les mêmes.

Les règles :



Les règles sont des dispositions, des aménagements, une sorte de règlement intérieur discuté avec votre enfant. Ici, il s'agit de réfléchir ensemble à ce qu'il peut faire, à ce que vous pouvez tolérer, aux raisons de sa demande ou de son refus ; ensemble vous établirez les règles. Elles doivent convenir aux deux parties. Chacun doit y trouver son compte.

Lorsqu'une règle a été établie, on ne doit pas la transgresser.

Les règles à la différence des lois, peuvent régulièrement rediscutées en fonction d'une situation nouvelle ou d'une évolution de la situation précédente.

Rappel des 5 C :

Connues, Cohérentes, Claires, Constantes, avec des Conséquences connues