



What's Wrong with Spanking?

Nobody's perfect

The first few years of a child's life are the most important for healthy growth and development. Young children need safety, security and lots of love to feel good about themselves and to care about others. This is easy when children are doing what we want them to do. But what about when they don't do what we want them to do?

Parents often feel unsure about how to handle their child's behaviour. Many parents feel like spanking their children at times.

This pamphlet explains why spanking actually doesn't work. And it gives some tips on how to effectively discipline children without spanking.

Discipline doesn't begin until children are old enough to understand it. Babies don't need discipline.

Never shake or spank a baby.

What is Discipline?

All children need guidance from their parents, including on how we want them to behave. This guidance is what we call "discipline."

Children need time to learn what they should do and should not do. They learn by watching their parents and others, by hearing clear instructions - "Toys go back on the shelf" - and by getting praise and encouragement for their efforts.

Discipline teaches children responsibility, self-control, and right from wrong. It raises the child's self-esteem, encourages the child to do better, and strengthens the parent-child bond.

Why Doesn't Spanking Work?

Spanking is not an effective form of discipline, even though some people may think it is.

Spanking can lead to anger and resentment and can cause children to lose trust in their parents. Spanking teaches that hitting others is okay. In the long run, spanking makes children's behaviour worse, not better.

Never spank! It simply doesn't work - for the child or the parent.

What Does Work?

What works is to build your child's confidence and problem-solving skills. It is important to figure out the reasons for your child's behaviour such as:



- boredom • tiredness • hunger
- frustration • restlessness
- lack of words for feelings
- misunderstanding
- discouragement • fear
- illness • physical pain
- sudden interruption of an activity.

When you understand the reason for your child's behaviour, it may be easier to handle the situation without losing your temper. **Here are some tips for common situations:**

Toddlers Want to Touch Everything

It's how they get to know the world. Slapping a child's hand teaches the child to fear his or her world, not to explore and understand it. The use of time-out is not appropriate for children under two.

Things to try: Put dangerous things out of reach

- shift your child's attention with a safe toy
- use words like "hot," "sharp," "ouch" to teach about danger
- watch your child closely
- always make sure your child is in a safe place where you can see him or her.

Is Your Preschooler Having Tantrums?

Often, young children have tantrums because they are frustrated and cannot control their feelings. They can be frightened by their tantrums. Spanking them may only frighten them more.

Things to try: Stay close by

- keep your child safe
- stay calm and quiet
- take deep breaths.

When he or she is calm, use words like "You were mad." Show your child how to handle angry feelings without yelling or hitting.

Ways to Help Your Child Behave Well

- Create a loving and respectful home.
- Be a good role model.
- Focus on prevention.
- Decide what is truly important and have a few clear and consistent rules.
- Tell your child what you expect.
- Praise your child's efforts, even if they're not perfect.
- Respect your child's needs to grow and explore.
- Watch your child closely so that you can redirect behaviour before it gets worse.
- Ignore minor misbehaviour.
- Make sure that you both get enough sleep.
- Make sure that you both eat nutritious food regularly.
- Last but not least, have lots of fun with your child.



If you are feeling angry:

- make sure your child is safe.
- take a few minutes for yourself, then calmly talk to your child.
- call someone who will understand.

Parents are always learning. All parents need ideas and support. Remember... Nobody's Perfect!

Where to Go for Support:

- Family doctor or nurse
- Local public health department
- Child care centres
- Family resource centres
- Child and family service agencies
- Parenting programs such as **Nobody's Perfect**
- Native friendship centres, First Nations, Métis and Inuit organizations
- Multicultural or newcomer centres

For copies of this free brochure contact:

National Clearinghouse on Family Violence
 Tunney's Pasture (1909D) Ottawa, ON K1A 1B4
 Telephone: 1(800)267-1291 or (613)957-2938
 TTY: 1(800)561-5643 or (613) 952-6396
 Facsimile: (613) 941-8930
 Web site: www.phac-aspc.gc.ca/ncfv-cnivf





Pourquoi faut-il éviter de donner la fessée?

Y'a personne de parfait

Les toutes premières années de la vie d'un enfant sont les plus importantes pour sa croissance et son développement en bonne santé. Les jeunes enfants ont besoin de sécurité, de protection et de beaucoup d'amour pour se sentir bien dans leur peau et établir de bonnes relations avec les autres. C'est facile lorsque leur comportement correspond à nos attentes. Mais que faut-il faire s'ils ne font pas ce que nous leur demandons?

Les parents ne savent pas toujours comment réagir au comportement de leur enfant. Il arrive à plusieurs parents d'être tentés de donner la fessée à leur enfant.

Mais en fait, la fessée ne fonctionne pas. Dans la présente brochure, nous expliquons pourquoi il en est ainsi et nous donnons quelques conseils sur la façon de discipliner les enfants sans avoir recours à la fessée.

La discipline ne commence qu'au moment où l'enfant est assez vieux pour la comprendre. Les bébés n'ont pas besoin de discipline.

Il ne faut jamais secouer un bébé ni lui donner la fessée.

Qu'est-ce que la discipline?

Tous les enfants ont besoin que leurs parents les guident et leur indiquent comment se comporter. Ce sont ces conseils que nous appelons la « discipline ».

Les enfants ont besoin de temps pour apprendre ce qu'ils doivent et ne doivent pas faire. Ils apprennent en observant leurs parents et leur entourage, et en recevant des directives claires - « Les jouets doivent être rangés sur l'étagère » - ils apprennent également lorsqu'on les félicite et qu'on encourage leurs efforts.

La discipline aide les enfants à acquérir le sens des responsabilités et la maîtrise de soi, et à distinguer le bien du mal. Elle favorise l'estime de soi de l'enfant, l'encourage à faire mieux et renforce le lien parent-enfant.

Pourquoi la fessée est-elle inefficace?

La fessée n'est pas une forme de discipline efficace, même si certaines personnes peuvent penser le contraire.

La fessée peut engendrer la colère et le ressentiment et miner la confiance des enfants envers leurs parents. La fessée enseigne qu'il est acceptable de frapper les autres. À long terme, la fessée contribue à aggraver un comportement indésirable, et non à l'améliorer.

Ne donnez jamais la fessée! Ça ne fonctionne tout simplement pas - ni pour l'enfant ni pour le parent.

Quelles sont les méthodes efficaces?

Ce qu'il faut, c'est renforcer la confiance de votre enfant et son aptitude à résoudre les problèmes. Il importe de tenter de déterminer les raisons du comportement de votre enfant :



- ennui • fatigue • faim • frustration
- nervosité • incapacité d'exprimer verbalement ses émotions
- incompréhension
- découragement • peur
- maladie • douleur physique
- interruption soudaine d'une activité

Une fois que vous aurez compris les raisons du comportement de votre enfant, vous pourrez plus facilement maîtriser la situation sans vous mettre en colère. **Voici quelques conseils pour vous aider à faire face à des situations courantes :**

Les bambins veulent toucher à tout

C'est ainsi qu'ils font l'apprentissage du monde. Donner une tape sur la main d'un enfant, c'est lui apprendre qu'il faut craindre le monde, ne pas tenter de l'explorer ni de le comprendre. Le recours au « hors-jeu » n'est pas indiqué chez les enfants de moins de deux ans.

Essayez plutôt : de mettre les objets dangereux hors de la portée de l'enfant • de détourner son attention avec un jouet sans danger • d'utiliser des mots comme « chaud », « piquant », « ouille! » pour informer du danger • de surveiller attentivement votre enfant • de faire en sorte qu'il se trouve toujours dans un endroit sûr où vous pouvez le voir.

Votre enfant d'âge préscolaire fait-il des crises de colère?

Souvent, les jeunes enfants piquent une colère parce qu'ils sont frustrés et qu'ils ne peuvent maîtriser leurs émotions. Il arrive que ces accès de colère les effraient. Leur donner la fessée contribuera simplement à les effrayer davantage.

Essayez plutôt : de rester près de votre enfant • de veiller à sa sécurité • de rester calme et impassible • de respirer à fond. Lorsque l'enfant s'est calmé, utilisez des phrases comme « Tu étais vraiment fâché! ». Montrez-lui comment surmonter les sentiments de colère sans hurler ni frapper.

Quelques conseils pour aider votre enfant à bien se comporter

- Créez un foyer où règnent l'amour et le respect.
- Donnez le bon exemple.
- Mettez l'accent sur la prévention.
- Déterminez ce qui est vraiment important et énoncez quelques règles claires et constantes.
- Dites à votre enfant ce que vous attendez de lui.
- Félicitez votre enfant de ses efforts, même si tout n'est pas parfait.
- Respectez le besoin de votre enfant de grandir et d'explorer.
- Surveillez de près votre enfant, de façon à pouvoir corriger un comportement avant qu'il ne s'aggrave.
- Ignorez les écarts de conduite sans gravité.
- Veillez à ce que votre enfant et vous ayez suffisamment de sommeil.
- Veillez à ce que votre enfant et vous consommiez régulièrement des aliments nutritifs.
- Enfin, et surtout, amusez-vous avec votre enfant!



Si vous vous sentez en proie à la colère :

- assurez-vous que votre enfant est en sécurité;
- prenez quelques minutes pour vous maîtriser, puis parlez calmement à votre enfant;
- appelez quelqu'un qui comprendra.

Les parents sont continuellement en apprentissage. Tous les parents ont besoin de conseils et d'appui. Rappelez-vous... Y'a personne de parfait!

Où s'adresser pour obtenir de l'aide :

- Votre médecin de famille ou une infirmière
- Le service local de santé publique
- Les services d'aide à l'enfance
- Organismes communautaires famille
- Les organismes de services à l'enfance et à la famille
- Les programmes de formation au rôle de parent, comme **Y'a personne de parfait**
- Les centres d'amitié autochtones, les organisations des Premières nations, des Métis et des Inuits
- Les centres multiculturels ou les centres destinés aux nouveaux arrivants

Pour obtenir gratuitement des exemplaires de cette brochure, communiquez avec :

Centre national d'information sur la violence dans la famille

1909D Pré- Tunney, Ottawa (ON) K1A 1B4
Téléphone: 1(800)267-1291 ou (613)957-2938
ATME: 1(800)561-5643 ou (613) 952-6396
Télécopieur: (613) 941-8930
Site web: www.phac-aspc.gc.ca/ncfv-cnivf

