

Bon à savoir: Rituels – Règles – Limites

● Rituels – Règles – Limites

Rituels

Les rituels, tout comme les règles et les limites, donnent aux enfants **une orientation, une structure et un sentiment de sécurité** au cours des journées, semaines, mois et années qui passent. **En répétant les choses de manière toujours identique, les enfants acquièrent un sentiment de sécurité**, par exemple à travers des rituels annuels comme les fêtes culturelles et religieuses ou les anniversaires. Le rituel du sommeil est un rituel quotidien extrêmement important, en particulier chez les petits enfants. Dans le meilleur des cas, il doit suivre tous les jours le même déroulement, pendant un certain temps. Les soins du corps peuvent également devenir des rituels quand ils sont effectués à des heures précises et qu'ils suivent également un déroulement particulier. Il en va de même pour faire les devoirs ou ranger la chambre.

Les rituels sociaux ou familiaux tels que le petit déjeuner du dimanche ou un repas de famille ont la même signification.

Règles

Les parents fixent des règles qui sont adaptées à leur enfant et à son développement.

Ces règles donnent une orientation à suivre et un sentiment de sécurité à l'enfant.

Elles contribuent aussi à la cohésion familiale. Les enfants ont besoin de l'encadrement d'un adulte. Chez les tout petits, certaines parties du cerveau ne pas encore complètement développées. C'est pour cette raison qu'il est important de leur fournir des structures extérieures, des rythmes et des répétitions afin qu'ils puissent également avoir une orientation à suivre et un sentiment de sécurité. Par exemple, c'est aux parents de fixer l'heure à laquelle un enfant doit se coucher, la durée pendant laquelle il peut regarder la télévision ou jouer avec d'autres enfants. **Les parents définissent des règles et leur comportement doit servir d'exemple. Ces règles doivent être stables tout en étant flexibles afin de constituer un cadre de développement bénéfique pour l'enfant.** Une fois que l'enfant grandit et acquiert de nouvelles capacités, les règles alors en application peuvent être modifiées et adaptées.

Limites / interdits

Contrairement aux règles qui apportent une orientation et un sentiment de sécurité à l'enfant, les limites et interdits servent à protéger l'enfant d'autres personnes ou d'objets.

Les limites peuvent parfois aussi servir d'orientation pour les enfants. Par exemple, les parents définissent le périmètre dans lequel leur enfant peut jouer dehors et là où il n'a pas le droit d'aller. Ils décident de ce que l'enfant peut faire ou ne pas faire. Les enfants n'ont pas besoin de beaucoup d'interdits mais il y a des domaines pour lesquels il est nécessaire de fixer des limites claires et **de les faire appliquer strictement.**