

LA COHÉRENCE PARENTALE

C'EST GAGNANT-GAGNANT POUR LES ENFANTS



COPARENTS : Des adultes, reconnus comme parents auprès de l'enfant, qui agissent et communiquent pour son bien-être, quelle que soit leur réalité parentale.

La cohérence parentale

C'est la capacité des coparents de se donner une vision commune de l'éducation et de s'entendre sur des attentes et des règles de base à transmettre à l'enfant, afin d'éviter des messages ou des interventions contradictoires qui entraînent de la confusion chez l'enfant.

Les bénéfices pour l'enfant

- Des repères et un sentiment de sécurité
- La compréhension qu'il y a des choses qui se font et d'autres non
- Une plus grande facilité à intégrer les consignes, les règles familiales
- Une tendance à moins tester les limites, argumenter ou négocier
- Un sentiment d'harmonie vis-à-vis de la relation entre ses parents, sans conflit de loyauté

Un défi pour les parents

Pourquoi est-il difficile d'être cohérent entre coparent?

Parce que les coparents sont des personnes différentes qui n'ont pas eu la même éducation familiale, ni les mêmes expériences de vie.

Parce qu'il n'y a pas de recette miracle! Il y a plusieurs façons de voir et de faire les choses comme parents. Certaines périodes de la vie des enfants sont plus difficiles. Nos propres humeurs sont changeantes.

La cohérence parentale ne veut pas dire qu'il faut être d'accord sur tout ou qu'il faut tout faire de la même façon. Il s'agit plutôt de s'entendre sur les choses qui sont les plus importantes et de s'accorder sur ces points. Lors de désaccords, il importe d'échanger pour prendre une décision conjointe sur la position à adopter face à l'enfant.

Des pistes pour plus de cohérence parentale

Quelle que soit la situation familiale, il est toujours possible de s'améliorer en matière de cohérence parentale!

Questionner son équipe coparentale

- Nous cherchons à nous accorder sur la manière d'intervenir auprès de notre enfant, tout en respectant nos différences.
- Notre enfant sait qu'il y a certaines règles importantes à respecter sur lesquelles ses parents s'entendent.
- Nous évitons de nous disputer ou nous contredire devant l'enfant.
- Les décisions et les conséquences annoncées à l'enfant par un coparent sont respectées par l'autre.
- Nous réservons des moments pour discuter ensemble des désaccords et trouver des solutions communes.

Oui

À améliorer

Discuter entre coparents

Pour atteindre une plus grande cohérence parentale, il est important de faire preuve d'ouverture et de discuter entre coparents. La communication est essentielle pour éviter les zones grises et pour améliorer nos interventions en tant que coparents. Alors, discutons:

- De nos **valeurs**, de nos **attentes** et de notre **vision** de l'éducation et la discipline
- Des **règles** qui sont importantes pour chacun des coparents et pour l'équipe coparentale
- De nos réactions face aux comportements de l'enfant
 - Des **privileges** pour renforcer et encourager un comportement souhaité
 - Des **conséquences** pour éviter la reproduction d'un comportement

COHÉRENCE... ET CONSTANCE

Le fait d'être constant et prévisible dans nos réactions aux comportements de l'enfant vont lui permettre d'intégrer les règles communes qui ont été fixées. La cohérence parentale a besoin de la constance de l'équipe coparentale!

81%
des parents

reconnaissent qu'il peut y avoir des **zones grises** en matière d'éducation.

86%
des pères

dissent qu'ils arrivent à s'entendre lors de **désaccords** concernant les enfants

81%
des mères

* Les données sont tirées du *Sondage sur la coparentalité*, réalisé par SOM, pour le Regroupement pour la Valorisation de la Paternité (RVP), auprès de 1040 pères et 1075 mères du Québec, juin 2020.



Avec la participation financière du :

Québec