

L'opposition

Jeunes 6 à 12 ans

Les types d'opposition

Passif

L'enfant **semble acquiescer** à la demande, mais **omet volontairement** d'y donner suite.

Passif-agressif

L'enfant **semble se conformer** à la demande de l'adulte, mais il **blesse autrui ou brise «accidentellement» quelque chose** en cours d'action pour se venger.

Actif

L'enfant **crie, frappe, lance des objets, confronte, défie, dit non** en regardant dans les yeux.



Attention

Contrôle

Expression



Couper rapidement l'argumentation. Vous n'êtes pas dans une lutte de pouvoir.

Prévenir les comportements opposants

Attention positive et temps de qualité

- Évitez les comparaisons et le dénigrement
- Renforcez positivement ses comportements coopératifs
- Vivez des moments positifs ensemble régulièrement
 - Diminuer les règles durant ces moments - il faut avoir du plaisir et l'enfant aussi !

L'approche empathique

L'écoute et la validation sont de précieux alliés pour apaiser une émotion.

En utilisant cette approche, on évite la colère provenant de l'incompréhension.

Lorsqu'un enfant se sent compris, il est plus susceptible de coopérer.

Reconnaissez l'émotion. Par exemple : « C'est vrai que ça doit être décevant d'arrêter ton jeu vidéo pour faire tes devoirs ». Sans argumenter, dites-lui qu'il doit tout de même faire ses devoirs.

Comprendre ne veut pas dire accepter!

Comment favoriser la collaboration

Choisir ses mots:

- Dire "il est temps de prendre ton bain" au lieu de "pourrais-tu.."
- Formuler vos demandes de manière positive (ce qu'il peut faire plutôt que ce qu'il ne peut pas faire)

Exprimer vos demandes :

- Une consigne à la fois
- Choisir le moment propice
- Utiliser un ton convaincant et invitant
- Indiquer le temps qu'il a pour son activité

Conséquences

Si la sanction est utilisée, elle doit mettre un terme au comportement sans argumentation. De plus, après la sanction, il est important de comprendre la raison qui a poussé l'enfant à adopter ce comportement. Ainsi, vous remarquerez peut-être un cycle que vous pourrez éviter par la suite.

En tant que parent, vous êtes un modèle.

- L'adulte doit montrer à l'enfant l'exemple. En ne criant pas, vous lui montrez à gérer ses émotions.
- Soyez cohérent : si vous avez dit non à une de ses demandes, ce sera non jusqu'au bout.
- Déterminez des règles claires et des conséquences fermes et connues.
- Détendez l'atmosphère en créant une diversion par un changement de sujet en prévention.

| 418-294-4410 |



| www.synapse-360.com |

Pour plus de trucs et astuces sur le soutien aux personnes vivant avec un TDAH, n'hésitez pas à nous contacter!