

En tant que parent ou aidant naturel, il vous est possible de voir votre enfant se comporter d'une manière qui n'a aucun sens et de vous demander : « Pourquoi est-ce qu'il n'arrête pas de faire ça ? » Cela peut être très frustrant, surtout quand il vous semble que votre enfant devrait être capable d'utiliser des façons plus appropriées de communiquer. Il est important de se rappeler que les enfants continuent d'utiliser un comportement car celui-ci fonctionne !



Quand un enfant ne connaît pas encore de façon appropriée de s'exprimer, il se peut qu'il utilise un comportement difficile (par exemple : frapper, crier, cracher) pour faire passer le message de façon rapide et forte. Les enfants utilisent les comportements difficiles pour communiquer jusqu'à ce qu'ils apprennent des façons plus saines d'exprimer leurs désirs et leurs besoins. Pour changer le comportement, il est important de d'abord découvrir ce qui cause le comportement. Si vous savez pourquoi votre enfant utilise un certain comportement, vous pouvez alors lui montrer des façons de communiquer ses désirs et ses besoins d'une nouvelle manière qui vous convient à tous les deux. Les enfants utilisent les comportements difficiles pour **demander** quelque chose, comme de l'attention de la part d'un pair ou d'un adulte, un jouet ou une sieste; ou bien, pour **éviter** quelque chose, comme d'aller au lit, de manger un nouvel aliment ou d'être bouclé dans le siège auto. Leur comportement peut également être une **réponse à un stress** : ils se sentent déréglementés et ne savent pas comment communiquer cela aux autres.

Suggestions pour les familles

Observez. Faites bien attention à ce qui se passe quand votre enfant présente un comportement difficile. Notez dans un tableau les choses qui se répètent. Que se passe-t-il avant que le comportement commence? Que se passe-t-il après?

Notez. Prenez note du moment où le comportement se présente. Remarquez-vous toujours les comportements juste avant la sieste? Peut-être que votre enfant est fatigué et qu'il serait possible de changer votre routine pour inclure les sorties le matin et les activités calmes à la maison, juste avant la sieste.

Faites une liste. Réfléchissez à ce que votre enfant essaie de demander ou d'éviter. Si le comportement semble être une réponse à un stress, cherchez ce qui pourrait causer le stress dans l'environnement et trouvez des façons de réduire le stress et d'aider votre enfant à calmer son corps. Plus vous observerez votre enfant, plus vous serez en mesure de réduire votre liste de raisons pour lesquelles le comportement a lieu.

Enseignez.

Une fois que vous avez compris pourquoi votre enfant utilise un comportement difficile, vous pouvez lui apprendre une nouvelle façon de se comporter dans cette situation.

Choisissez un moment en dehors de cette situation où vous :

- Faites des jeux de rôle : utilisez des jouets pour montrer cette nouvelle compétence à votre enfant. Par exemple, vous pouvez faire dire à une poupée : « Je veux vraiment aller jouer dehors. Je veux ouvrir la porte et courir, mais Maman a dit que je dois l'attendre. Je ne vais pas crier. Je vais dire 'dépêche-toi Maman. Je suis prêt à jouer.' »
- Lisez des livres: Les enfants vous disent souvent comment ils se sentent quand ils essaient de deviner comment les autres se sentent. Posez des questions à votre enfant par rapport à un personnage dans un livre afin de débiter la conversation concernant le comportement de votre enfant. Par exemple : « Cette petite fille ne veut pas aller au lit. Je me demande pourquoi ? »
- Discutez de la situation à l'avance : Parfois, les enfants veulent simplement savoir à l'avance ce qui est planifié, ou bien être inclus dans la planification. Les horaires des parents sont souvent chargés et il est nécessaire de faire les choses rapidement. Cependant, les transitions rapides peuvent sembler bouleversantes pour les jeunes enfants. Prenez quelques minutes pour inclure votre enfant dans la planification. Par exemple, vous pouvez dire : « Nous irons en voiture pour aller au magasin quand tu auras fini ce casse-tête. Est-ce que tu voudrais choisir un jouet spécial à apporter à l'épicerie? »

Suggestions pour les éducateurs/éducatrices

Les éducatrices sont aussi des détectives ! Quand un enfant utilise des comportements difficiles dans son centre d'apprentissage et de garde, les éducatrices observent pour comprendre ce qui a causé le comportement, et enseignent ensuite de nouvelles façons de communiquer. Par exemple, Ethan joue seul aux autos quand Jacob essaie de lui prendre une voiture. Ethan frappe Jacob et reprend son jouet. Jacob pleure. Ethan était frustré qu'un ami lui prenne son jouet avant qu'il ait fini, et il a frappé pour dire à Jacob qu'il revoulait son jouet. L'éducatrice pourrait dire à Ethan: « Tu avais l'air frustré quand Jacob a pris ton jouet. La prochaine fois, tu peux utiliser tes mots et dire 'je n'ai pas encore fini' ». Les éducatrices peuvent aussi utiliser des marionnettes pour faire des jeux de rôle afin de démontrer une compétence pendant le temps du cercle ou pendant d'autres activités au courant de la journée. Une marionnette pourrait également demander un casque lorsque l'environnement est trop bruyant et est une cause de déréglementation.

L'essentiel

Il peut être amusant et enrichissant d'essayer de comprendre ce à quoi votre enfant pense, et pourquoi ! Plus vous vous familiarisez avec la manière dont votre enfant réagit aux situations de tous les jours, plus il vous est facile de lui apprendre des façons appropriées de gérer les difficultés comme la frustration, le stress et la fatigue. Les enfants qui apprennent à gérer ces situations se sentent plus confiants et ont moins recours à des comportements difficiles pour communiquer leurs besoins.

