

## Comment planifier des activités pour réduire les comportements difficiles

Brooke Brogle, Alyson Jiron & Jill Giacomini ; adapté par le programme GRIT

Tous les enfants communiquent en utilisant un comportement difficile de temps en temps. Chaque enfant est unique, ce qui veut dire qu'il n'existe pas qu'une seule stratégie pour éviter les comportements difficiles chez tous les enfants, tout le temps. Cependant, la planification délibérée peut aider à réduire les comportements difficiles de manière significative.

Vous pouvez planifier des activités pour apprendre à votre enfant des compétences importantes comme partager, attendre son tour, ou gérer la déception. Vous pouvez également planifier à l'avance afin de préparer votre enfant à de nouveaux événements de sa vie tels que des changements dans son horaire, un trajet en voiture, un nouveau bébé ou une visite des grands-parents. Par exemple, Abby a 3 ans et est d'ordinaire heureuse à la prématernelle, où elle adore dessiner et jouer avec la maison de poupée. Pourtant, à la maison, lorsqu'Abby joue avec un autre enfant, elle finit souvent par jeter des jouets en criant « C'est à moi ! » ou en pleurant. La maman d'Abby peut planifier des activités pour montrer à Abby comment partager et attendre son tour, puis fournir de nombreuses occasions de pratiquer.

### Suggestions pour les familles



Montrez à votre enfant quoi faire exactement. Simplement lui demander de « partager » ou « d'être gentil » ne suffit pas à lui faire comprendre ce que cela veut dire. Par exemple, si Abby jette ses jouets, sa maman peut lui dire : « Abby, les jouets restent sur le plancher ou sur tes genoux. » Si Abby tape son amie, sa maman peut dire : « Les mains, c'est pour jouer, manger et faire des câlins. Tu peux dire : 'Je suis en colère. Aide-moi, s'il te plaît'. »

Utilisez un horaire visuel pour l'aider à comprendre ce qu'on attend de lui. Afin d'en apprendre plus sur les horaires visuels, lisez *How to Use Visual Schedules to Help Your Child Understand Expectations* dans la série Backpack Connection.

Créez des situations de manière délibérée dans lesquelles il peut s'entraîner.

Par exemple, la maman d'Abby peut l'aider à apprendre à attendre son tour en jouant avec sa sœur ou une amie plus âgée comme modèle d'apprentissage. La maman d'Abby fournit les jouets et rappelle aux filles de jouer à tour de rôle. Les filles peuvent pratiquer l'aptitude à partager pendant le temps passé ensemble.

Remarquez quand votre enfant utilise une compétence ! Par exemple : « Bravo ! J'ai vu que tu as prêté tes jouets de sable avec ces deux filles au parc. Comme tu es un bon ami ! »

Préparez votre enfant avant un événement. Par exemple, la maman d'Abby peut dire : « Abby, ton amie Ella vient jouer aujourd'hui. Quand des amis viennent jouer, on prête ses jouets. Je sais que ce chien t'est très spécial. On pourrait le mettre dans un endroit sécuritaire, comme ça tu n'auras pas besoin de le prêter. »

Si vous savez que votre enfant va peut-être avoir des problèmes en jouant avec d'autres enfants, restez proche afin de lui offrir votre soutien si nécessaire. Vous pouvez également offrir deux exemplaires du même jouet (par exemple deux bulles ou deux ballons) afin d'atténuer des situations difficiles.

### Suggestions pour les éducatrices

Le centre d'apprentissage et de garde des jeunes enfants offre de nombreuses occasions pour les enfants de pratiquer leurs compétences sociales. Les éducatrices organisent des activités où les enfants peuvent s'entraîner à partager et à attendre leur tour. Pendant que les enfants interagissent entre eux, les éducatrices remarquent, nomment et cultivent ce qu'elles observent. Par exemple : « Abby, je vois que tu pointes le marqueur rouge du doigt. Tu peux taper Jacob sur l'épaule et lui dire : ' je peux essayer ? ' » Après l'interaction, l'éducatrice encourage les enfants. Par exemple, « Bravo ! Abby et Jacob, vous travaillez ensemble pour partager et jouer à tour de rôle ! »

Les éducatrices peuvent également utiliser les changements quotidiens pour enseigner à gérer la déception. Par exemple, « Oh non, Mademoiselle Marcie n'est pas là aujourd'hui ! On ne pourra pas aller à la musique. Je suis vraiment déçue. Qu'est-ce qu'on pourrait faire ? » Dans ce cas, les enfants peuvent apprendre à résoudre un problème et à réfléchir à une solution positive.

### L'essentiel

Une grande partie de la frustration que les parents éprouvent peut être évitée en planifiant à l'avance et en enseignant aux enfants le comportement désiré avant qu'une situation difficile n'émerge. Lorsque vous n'êtes pas préparé au comportement difficile de votre enfant, il est possible que vous répondiez de façon abrupte et sans succès. Souvenez-vous que vous contrôlez la routine quotidienne. Si votre enfant a besoin d'aide pour jouer avec les autres ou à l'heure du coucher, vous pouvez planifier des activités qui lui donneront l'occasion d'apprendre les compétences sociales dont il a besoin. La planification peut réduire les comportements difficiles et augmenter les comportements désirés. Planifier des activités qui enseignent des compétences telles que partager ou attendre son tour lui fournira les outils dont il a besoin pour réussir à l'école et dans la vie.