

Discipline

Les enfants d'âge préscolaire et les comportements agressifs

Si votre enfant d'âge préscolaire pousse quelqu'un, comment pouvez-vous lui apprendre à mieux parvenir à ses fins?

Le comportement agressif fait partie du développement normal de l'enfant et il est indispensable que les parents apprennent à leurs enfants à le maîtriser. Quand les enfants d'âge préscolaire grandissent, ils se montrent de moins en moins souvent agressifs physiquement, principalement grâce au développement des zones de leur cerveau qui contrôlent les comportements agressifs. Cependant, comme les enfants d'âge préscolaire sont plus grands et plus forts, ils peuvent faire davantage de mal quand ils agissent avec brutalité.



Les enfants d'âge préscolaire sont également plus rusés et calculateurs. Ils font l'expérience de leur autonomie grandissante en exprimant des opinions tranchées au sujet des jeux auxquels ils veulent jouer, avec qui et comment. Ils négocient avec leurs amis, leurs parents et les personnes qui s'occupent d'eux pour parvenir à leurs fins. Tous les jours, les compagnons de jeu essaient de comprendre qui aura quoi, qui fera quoi et qui pourra jouer. Ils se souviendront ensuite de ce qui a donné de bons ou de mauvais résultats. Ils choisissent par conséquent des formes d'agression plus indirectes et emploient de mieux en mieux le langage pour obtenir ce qu'ils veulent. Ils se moquent de certains amis et les excluent; ils se taquent, se narguent ou s'insultent les uns les autres. Ce type d'agression vise à faire du tort à l'autre en l'insultant ou en l'isolant.

Une approche parentale simple : reconforter, jouer et enseigner

Investir dans l'enfance a inventé une approche parentale simple : reconforter, jouer et enseigner, pour aider les parents à réagir à des comportements éprouvants, comme les comportements agressifs. Reconforter, jouer et enseigner sont trois idées simples. Si elles sont mises en pratique, elles pourront jouer un grand rôle dans le développement de votre enfant.



Reconforter votre enfant

Le reconfort est la première chose que les enfants ont besoin de recevoir de leurs parents. Quand vous reconfortez votre enfant, il apprend à se sentir confiant, aimé et apprécié.



Jouer avec votre enfant

Le jeu est le « travail » des enfants et vous êtes un « partenaire » essentiel. Quand vous jouez avec votre enfant, il apprend à explorer et à découvrir le monde, ainsi que le rôle qu'il y joue.



Enseigner des choses à votre enfant

C'est la manière dont les parents peuvent aider leurs enfants à apprendre. Quand vous enseignez des choses à votre enfant, il apprend à entrer en relation avec les autres, à résoudre les problèmes et à communiquer ses pensées et ses sentiments.

Méthode : Réconforter, jouer et enseigner pour les trotteurs

Réconforter, jouer et enseigner sont les trois principales composantes d'une approche parentale positive. Si vous l'adoptez, elle vous permettra de réagir à un comportement agressif et d'apprendre à votre enfant à répondre à ses besoins et à interagir de manière constructive.



Réconforter

Lisez ensemble des histoires sur des sentiments de colère ou des comportements agressifs que votre enfant a déjà manifestés. Parlez des émotions ressenties par les personnages. Demandez à votre enfant comment les personnages pourraient exprimer autrement leurs sentiments. Rappelez à votre enfant les situations dans lesquelles il a ressenti les mêmes sentiments. Rappelez-vous ensemble des issues positives ou négatives de ces situations et de ce qui aurait pu les améliorer. Les enfants d'âge préscolaire peuvent apprendre à utiliser des comportements alternatifs à l'agression. Plus il aura accès à différents comportements, moins votre enfant sera susceptible d'agir de façon agressive.

Félicitez votre enfant d'âge préscolaire quand il se comporte de façon positive, mais sans exagération. Il est important de complimenter votre enfant quand il choisit délibérément de se comporter sans agressivité. Des félicitations modérées donneront envie à votre enfant de vous faire plaisir.



Jouer

Jouer à faire semblant permet aux enfants d'âge préscolaire de faire l'expérience de diverses émotions, dont la colère. Si vous participez à ce jeu de faire semblant avec votre enfant, vous pourrez vous trouver dans la situation idéale pour explorer avec lui d'autres manières de remédier à ces sentiments, sans le recours à l'agression physique ou indirecte.

Prenez l'initiative d'inventer des histoires dans lesquelles les personnes sont contrariées, p. ex. : « Jeanne jouait à la balle quand Jacques la lui a prise. » Demandez à votre enfant de continuer l'histoire. Demandez-lui : « Qu'est-ce que Jeanne a fait, selon toi? » Choisissez ensemble la réaction de tous les personnages. Demandez à votre enfant de dessiner l'histoire et de la raconter à d'autres personnes. Apprendre à parler des sentiments et à les communiquer permet de remplacer les comportements d'agressivité physique.

La « bagarre » dans les jeux est normale chez les enfants de cet âge. Elle permet aux enfants d'âge préscolaire d'apprendre à se comporter avec les autres, à doser leur force et de savoir à quel moment s'arrêter. Les parents doivent cependant surveiller les jeux des enfants. Les parents jouent un rôle très important pour faire comprendre aux enfants d'âge préscolaire la différence très subtile entre la bagarre « pour jouer » et l'agression physique.



Enseigner

Si votre enfant en blesse un autre, faites participer votre enfant aux soins à apporter à l'enfant blessé. Votre enfant apprendra ainsi à se mettre à la place des autres et à comprendre le tort que ses gestes peuvent causer.

Aider votre enfant à apprendre à présenter ses excuses et à se réconcilier. Il est indispensable que les enfants de cet âge apprennent à assumer la responsabilité d'en avoir blessé un autre et à savoir comment réparer le tort causé.

Donnez le bon exemple en maîtrisant vos propres frustrations. Quand vous ressentez de la frustration, parlez-en, ainsi que des moyens à votre disposition pour y faire face, sans agression physique ou détournée.

Prévoyez des routines qui se prêtent à rappeler fréquemment les caractéristiques des comportements acceptables et des comportements inadmissibles. Si, par exemple, vous allez au parc, rappelez à votre enfant d'âge préscolaire l'importance d'attendre son tour sans passer devant ceux qui sont devant lui dans la queue en les bousculant.

Expliquez les règles et les limites à ne pas franchir, en vous assurant qu'elles sont adaptées à l'âge de l'enfant. Parlez-en tous les jours pour qu'elles soient bien comprises. Observez, surveillez et réagissez avec cohérence si les règles ne sont pas respectées.



Méthodes pour bien GÉRER les comportements agressifs de votre enfant.

- Soyez calme.
- Veillez à ce que personne ne rie ni ne prête attention au comportement déplacé de l'enfant.
- Occupez-vous de l'enfant susceptible d'avoir été blessé par l'agresseur.
- Essayez de comprendre la cause du comportement agressif pour l'expliquer à chaque enfant impliqué dans l'incident.
- Expliquez à l'agresseur les raisons pour lesquelles le comportement est déplacé et par quel comportement le remplacer.
- Si nécessaire, donnez suite à cet incident en prenant des mesures adaptées à l'âge de l'enfant.
- Faites preuve de cohérence jusqu'au bout dans les suites que vous donnerez à cet incident.



Méthodes à employer POUR PRÉVENIR les comportements agressifs.

- **Observez ce qui est arrivé avant, pendant et après le comportement agressif.** Remarquez ce qui l'a déclenché, qui est la victime, quel était le comportement, où il s'est produit, comment il a été stoppé et comment toutes les personnes concernées se sont senties après.
- **Faites preuve de patience, de fermeté, de clarté et de cohérence dans la formulation de vos consignes et de vos demandes** liées aux attentes familiales relatives aux manières, aux corvées, aux routines et aux interactions. Ainsi, votre enfant d'âge préscolaire comprendra et maîtrisera mieux ses émotions et ses relations quotidiennes.
- **Donnez le bon exemple à votre enfant.** Montrez-lui comment régler les conflits de façon positive et comment communiquer quand les émotions entrent en jeu. Cette attitude jouera un grand rôle dans l'acquisition d'habiletés sociales.



***L'avenir d'un enfant dépend
de vous et de tous^{MC}***