



actions pour faire diminuer

L'OPPOSITION



ARRÊTEZ DE PARLER !

Coupez l'argumentation (vous parlez trop!). Au final, l'argumentation avec un enfant opposant n'est qu'un jeu de ballon qui entretient l'opposition. Dites simplement « Arrête » ou appliquez la méthode « Un, deux, trois, retrait ». Vous donnerez vos explications lorsque la poussière sera retombée pour rétablir le lien.

SOYEZ CONSTANT

Appliquez systématiquement les règles, les conséquences, mais également les renforcements promis à l'enfant.

DONNEZ-VOUS LE DROIT DE PUNIR

Si la punition est juste et si elle est en lien avec l'acte commis, vous ne traumatiserez pas votre enfant. Vous l'éduquerez et le sécuriserez.

AIMEZ-LE, COMPRENEZ-LE

Montrez-vous empathique et chaleureux. Parfois, ce n'est pas la friandise qui est importante. Pour l'enfant, il importe davantage de se sentir compris et entendu. Si votre relation est bonne avec votre enfant, il acceptera plus facilement votre autorité parentale.

INVESTIGUEZ

Souvent, les comportements d'opposition sont la manifestation visible d'une difficulté vécue par l'enfant. Essayez de comprendre la cause de ces comportements et d'intervenir sur celle-ci. Vous réglerez ainsi le problème de façon beaucoup plus efficace et permanente!

AGISSEZ MAINTENANT, RÉCOLTEZ PLUS TARD

Agissez pour la prochaine fois. Lorsque l'opposition survient, la conséquence qui suivra déterminera la probabilité que l'enfant s'oppose de nouveau la prochaine fois qu'une situation similaire se présentera.

AYEZ DU FUN !

Il y a un ingrédient trop souvent manquant dans le quotidien des familles qui vivent avec des enfants opposants : le FUN! Valorisez le rire, les blagues et les tours que l'on se joue pour se surprendre. Ces moments de complicité renforceront le lien d'attachement avec vos enfants. Ils seront ensuite beaucoup plus réceptifs à vos interventions.

ACCEPTEZ DE LÂCHER PRISE

C'est impossible de combattre sur tous les fronts! Lorsque ça va moins bien, on réalise qu'il faut choisir ses batailles. Retenez simplement ceci : votre rôle avec vos enfants est de les aider à devenir un jour des adultes **heureux, respectueux et autonomes** (...et vous avez plusieurs années devant vous pour y parvenir!).

Pour d'autres stratégies, nous vous invitons à consulter le livre « L'opposition : ces enfants qui vous en font voir de toutes les couleurs », de Benoît Hammarrenger, Ph. D., neuropsychologue, publié aux Éditions Midi trente.

© ÉDITIONS MIDI TRENTE

Les Éditions Midi trente : des livres pratiques et des outils d'intervention spécialisés en psychologie et en éducation

» MIDITRENTE.CA