

L'art d'être parent

Façons d'aborder la résolution de conflits

Les moqueries et les injures

Les injures, ça fait mal! Il n'est jamais acceptable d'en faire. Au moyen du jeu de rôle, vous pouvez montrer aux enfants à réagir d'une manière convenable en utilisant des énoncés qui commencent par « Je ». Il ne faut pas qu'ils se moquent des autres en retour. Ils doivent aussi apprendre à parler du problème avec un adulte. Encouragez les enfants qui sont victimes de moqueries à se trouver des alliés qui leur fourniront un soutien. Il est aussi utile que les enfants qui font l'objet de moqueries sachent qu'ils ne méritent pas de se faire injurier et qu'ils ont des points forts.

L'intimidation

L'intimidation est une forme de violence qui peut entraîner des formes plus graves de comportements antisociaux. L'intimidation peut être de nature physique, affective ou verbale. Il s'agit d'un problème grave en raison des conséquences futures qu'il peut occasionner. Dans bien des cas, les enfants qui ont recours à l'intimidation deviennent des adultes violents.

Il y a plus de garçons que de filles qui sont portés à intimider les autres. Les intimidateurs ont tendance à cibler les enfants vulnérables (gênés, passifs, qui se distinguent par leur apparence ou leurs vêtements, qui manquent d'assurance).

On peut mettre fin à l'intimidation en enseignant aux enfants des aptitudes à l'écoute, à la résolution de problèmes ainsi que des aptitudes personnelles et sociales. Les parents et les enseignants peuvent donner l'exemple en montrant aux enfants comment se conduire de façon appropriée et faire preuve d'autodiscipline. L'intimidation est un comportement inacceptable. On peut contribuer à y mettre fin en en discutant.

Montrez aux enfants qui sont victimes d'intimidation à se trouver des amis qui leur fourniront un soutien et qui les protégeront. En outre, encouragez-les à quitter la situation difficile.

Source : Dépliant intitulé *How To Say No To Bullying*, ETFO

La colère

Quand les enfants réagissent par la colère ou l'agression, il faut leur montrer que c'est inacceptable de se comporter ainsi. Bien qu'il soit permis d'éprouver de la colère, il n'est pas permis de faire mal aux autres ni de détruire des objets. Il faut constamment répéter le message - les personnes ne sont pas faites pour être frappées, mordues ou assaillies de coups de pied. Il faut apprendre aux enfants d'autres façons de surmonter leur colère. On peut leur montrer par exemple à s'éloigner, à compter jusqu'à 10, à aller se calmer dans un endroit tranquille, à expliquer à l'autre personne pourquoi ils sont en colère contre elle ou à aller chercher un adulte qui jouera le rôle de médiateur.

Faites un jeu de rôle ou répétez les bonnes et les mauvaises façons de réagir. Dans chaque situation, demandez à l'enfant ce qu'il ressent.

Source : Dépliant intitulé *Coping With A Child's Anger*, ETFO

Les batailles

Se battre n'est pas une bonne forme de jeu. Les enfants ont du mal à accepter ce fait parce que les batailles sont toujours amusantes au début. Le problème, c'est que, plus souvent qu'autrement, un des enfants finit par se faire mal, ce qui, en retour, peut provoquer la colère. Les enfants finissent habituellement par « se battre pour le vrai ».

Les mensonges et les vols

Donnez l'exemple. Si les enfants voient leurs parents dire « de pieux mensonges » ou garder des objets qui ne leur appartiennent pas, ils apprennent ainsi que ce genre de comportement est acceptable.

Si votre enfant ment ou commet un vol :

- Restez calme.
- Ne le traitez pas de menteur ni de voleur.
- Ne demandez pas à votre enfant s'il a menti ou volé quand vous savez très bien qu'il l'a fait.
- Louez le bon comportement de l'enfant.
- Donnez à votre enfant la chance de se racheter.

Le comportement destructeur

La destruction peut être accidentelle : l'enfant curieux qui désassemble un objet, l'enfant qui connaît mal sa force ou l'enfant qui est maladroit. Essayez de vous montrer patient et compréhensif dans de telles situations et louez les bons comportements quand ils se manifestent.

Dans certains cas, la destruction se fait délibérément et met normalement en cause plus d'un enfant. Les enfants font parfois en groupe ce qu'ils n'oseraient jamais faire seuls. Vous pouvez aider votre enfant à modifier son comportement en « insistant sur les droits des autres et sur le coût des réparations (que l'enfant devrait aider à payer). »

La violence et l'agression

Discutez avec votre enfant du mal et de la crainte que peuvent causer la violence et l'agression chez les autres. Félicitez-les quand ils interagissent bien avec leurs frères et sœurs et leurs amis. Passez du temps de qualité avec vos enfants. Faites-leur savoir que vous les aimez et les valorisez. Limitez le temps que votre enfant passe à regarder la télévision et surveillez les émissions qu'il regarde. Une heure par jour suffit. Quand un film est très violent, éteignez la télé.

Observez votre enfant au jeu. Si le jeu devient trop robuste, intervenez et réorientez votre enfant vers une autre activité. Les enfants peuvent se blesser quand les batailles deviennent trop robustes.

Dites à vos enfants qu'il est permis de ressentir de la colère et d'être bouleversé, mais qu'il n'est pas permis de frapper les autres et de leur faire mal. Montrez-leur aussi qu'il n'est pas bien de « se venger ». Le jeu de rôle est une bonne façon d'extérioriser sa colère.

Enseignez à votre enfant à :

- reconnaître ses sentiments de colère;
- décrire par des mots ses sentiments de colère;
- avoir recours à l'autoverbalisation positive;
- quitter la situation pour aller se calmer ou faire une pause;
- avoir recours à des techniques de relaxation.