

LE CONTEXTE

De nos jours, de nombreux adultes se demandent pourquoi les enfants manifestent des comportements turbulents, agressifs et perturbateurs. Ce phénomène, semble-t-il, serait attribuable au régime que suivent les enfants, à la présence de toxines dans l'environnement, aux allergies, à la télévision, à l'ordinateur ou autres troubles psychiatriques. Comment se fait-il donc que dans certains pays européens semblables au nôtre, la différence soit notable? Sans vouloir exclure toutes ces causes, il reste que la composante culturelle entre assurément en jeu.

Selon de nombreux psychologues nord-américains, nos méthodes éducatives feraient défaut. Nous semblons accorder beaucoup trop d'attention aux enfants dans des circonstances négatives, c'est-à-dire que nous leur donnons de l'attention au mauvais moment, sans compter que nous intervenons aussi de façon inappropriée.

Pour renverser cette situation, il faut revoir notre façon de réagir aux comportements de nos enfants. Il faut tout d'abord s'entraîner à percevoir et à mettre en valeur leurs aspects positifs, entre autres, en mettant l'accent sur leurs forces avant leurs faiblesses, leurs réussites avant leurs échecs, leurs bonnes intentions avant leurs mauvaises, etc. Quant aux circonstances négatives, il faut apprendre à intervenir « uniquement » au besoin.

Les enfants demandent de l'attention de différentes façons

Les enfants réclament tous de l'attention de leurs parents. C'est là un besoin humain et un désir naturel. Mais que se passe-t-il quand ils ne reçoivent pas l'attention dont ils ont besoin? Initialement, les enfants vont aller la chercher par des moyens directs et positifs, c'est-à-dire en faisant ressortir de différentes façons ce qu'ils ressentent: « Papa et maman, occupez-vous de moi. Papa et

maman, je veux faire quelque chose avec vous. Papa et maman, je désire vous parler. Papa et maman, je veux être près de vous et j'ai besoin de votre aide, etc. ». Quand les parents répondent de façon positive à ces demandes, les enfants repartent et s'épanouissent tout naturellement sans avoir besoin de compenser par autre chose.

Par contre, quand ce besoin d'attention n'est pas assouvi, il semble naturel pour les enfants de recourir à des moyens négatifs. Ils recherchent alors l'attention des adultes aux mauvais moments, agissent de façon irresponsable pour que ceux-ci leur accordent de l'attention et affichent un manque de maturité. Au dire des adultes, ces enfants ne veulent pas collaborer. Ils sont irritables et agaçants. Parce qu'ils ont refusé à leur jeune une attention positive au bon moment, les parents se voient maintenant obliger d'accorder, souvent de façon démesurée, une attention à la circonstance devenue négative.

Que se passe-t-il à long terme? Si nous n'essayons pas de régler la situation, des signes d'agressivité et de violence risquent de se manifester ou au contraire, la passivité et l'isolement peuvent s'installer. Un fossé de plus en plus grand risque de se créer entre l'enfant et l'adulte. Le problème devient apparent, notamment à l'adolescence. Nos jeunes font preuve d'un manque de respect envers les adultes et attirent notre attention en consommant des drogues, en entretenant de mauvaises relations ou en commettant des crimes. Ces jeunes se disent qu'il vaut mieux obtenir une attention négative que de ne pas en obtenir du tout. À leur manière, ils nous crient: « J'existe ». N'est-il pas préférable de réagir immédiatement aux bons agissements de nos enfants et ce, dès leur jeune âge?

Prenons l'habitude de souligner les bons comportements

Imaginons une journée typique avec nos enfants, au cours de laquelle ils ne devraient pas manquer de poser plusieurs gestes positifs sans que les adultes autour d'eux songent cependant à

les souligner. Par contre, nombre d'entre nous intervenons sur-le-champ dès qu'ils commettent une erreur ou attirent notre attention en utilisant un moyen négatif. Cette tendance à réagir immédiatement face à une situation négative nuit considérablement au développement de l'estime de soi de nos enfants, mais comment pouvons-nous la renverser?

Il est essentiel d'aller « au-devant des coups » en recherchant les occasions d'accorder une attention positive à nos enfants. En procédant de cette façon, nous nous rendrons compte rapidement du résultat. Plus nous accordons aux jeunes une attention positive « soutenue », plus ils recherchent cette forme d'attention. Ils n'ont plus besoin de recourir à des moyens détournés pour obtenir l'attention dont ils ont besoin.

Examinons maintenant d'autres façons concrètes et pratiques d'atteindre cet objectif. Avant d'exprimer un commentaire négatif à notre enfant, assurons-nous de lui avoir adressé auparavant au moins deux ou trois éloges. À la fin d'une journée, essayons de cerner au moins deux ou trois bons rapports que nous avons eus avec chacun de nos enfants. Prenons-en bonne note dans un journal quelconque afin d'en prendre l'habitude. Chaque jour, essayons de passer au moins avec chacun d'eux un temps de qualité, pendant cinq à sept minutes. Encourageons-les chaque jour à nous faire part de deux ou trois observations positives ou à nous écrire une note positive. Invitons-les à nous communiquer deux bonnes choses qu'ils ont réalisées à l'école. C'est ainsi qu'on développera peu à peu, chez nous comme chez nos enfants, la tendance à penser et à réagir d'abord aux circonstances positives.

Intervenons sur les points prioritaires

Il est impensable, pas plus qu'il est souhaitable, que les parents se montrent

toujours positifs avec leurs enfants. Dans la vie, les situations négatives sont inévitables. Cependant, il faut apprendre à faire la part des choses et à intervenir uniquement face aux situations qui ont une véritable importance pour le “bien-être” de nos enfants.

Rappelons-nous que plusieurs des comportements qu’adoptent nos enfants disparaîtront au fil du temps. Songeons, par exemple, aux enfants qui sucent leur pouce et qui boudent, à ceux qui taquent inutilement ou qui se chamaillent ou encore, ceux qui pleurent pour un rien et accourent vers leurs parents pour une bagatelle. Souvent, les jeunes ne cherchent qu’à capter l’attention des adultes qui font parfois beaucoup d’efforts pour modifier leur comportement alors qu’en fait, ce n’est qu’une question de temps afin qu’il disparaisse. Lorsque les adultes s’attardent trop à ces comportements, ils ne font que les amplifier.

Dans certaines circonstances, les enfants nous manipulent manifestement. Songeons aux enfants qui étirent la période de devoirs en posant des questions inutiles et hors de propos. À l’heure du coucher, ces enfants cherchent par différents moyens de reculer le moment d’aller se coucher. À cette fin, ils captent négativement l’attention de leurs parents.

Si nous avons pris l’habitude de les féliciter au moment où ils ont fait leurs devoirs de façon responsable ou sont allés se coucher tel que prévu, ils agiront probablement de manière différente. Comme toute, en tant que parent et enseignant, il faut apprendre à faire la part des choses comme suit :

- * accorder d’abord notre attention aux comportements positifs de nos enfants;
- * accorder notre attention aux comportements négatifs qui sont d’importance pour leur bien-être;
- * reconnaître quand il est préférable de laisser le temps agir, d’intervenir le moins possible, voire ne pas tenir compte de certains comportements.

Donner de l’attention, c’est aussi notre rôle

Donner de l’attention peut nécessiter des compromis de notre part. Il n’est pas rare d’avoir à interrompre nos activités pour prendre soin de nos enfants. Comme parent, nous devons accepter cet inconvénient. Si nous ne pouvons accorder notre attention «sur-le-champ », prenons « rendez-vous » avec nos enfants, et surtout, tenons parole. On peut par exemple leur dire : « Je serai avec toi dans 15 minutes » ou « j’aimerais bien t’accorder du temps, mais c’est impossible en ce moment. On prendra tout le temps nécessaire demain après l’école, ça te va? ». Cette stratégie fait des merveilles, mais il est essentiel que les parents ne manquent pas à leur parole.

À BIEN Y PENSER!

- * Dans quelles circonstances donnons-nous le plus d’attention à nos enfants : dans les situations positives ou négatives?
- * Quels comportements nos enfants adoptent-ils pour obtenir de l’attention?
- * Sommes-nous disponibles pour nos enfants afin de leur accorder l’attention positive qu’ils méritent?
- * Quels comportements agaçants de nos enfants avons-nous intérêt à ignorer?

DROIT DE REPRODUCTION

La permission de reproduire intégralement ce dépliant est accordée à :

**Conseil scolaire de
district catholique du Centre-Sud**
Projet du comité de
participation de parents
Tél : (416) 397-6564

Internet : www.csdccs.edu.on.ca

Expiration: Janvier 2013

Pour tout commentaire, communiquez avec la direction d’école responsable de la distribution du dépliant.

Pour toute suggestion, communiquez avec l’éditeur par téléphone au 613-761-2392,

© Tous droits réservés. Le Petit Conseiller - 1999-2008
Droit de reproduction interdit par quelque procédé que ce soit sans une autorisation écrite de l’éditeur. une autorisation écrite de l’éditeur.

LE PETIT CONSEILLER

Pourquoi les enfants
recourent-ils à des
moyens négatifs pour
obtenir de l’attention?



N° 33