

L'agressivité chez les enfants d'âge préscolaire

Si votre enfant d'âge préscolaire en bouscule un autre, comment lui enseigner une meilleure méthode pour arriver à ses fins?

Le comportement agressif fait partie de la croissance normale et ordinaire d'un enfant et il est indispensable que les parents aident activement leur enfant à apprendre à contrôler son agressivité. Au fur et à mesure que les enfants d'âge préscolaire grandissent, ils manifestent de moins en moins d'agressivité physique, principalement parce que les parties du cerveau qui freinent l'agressivité sont mieux développées. Toutefois, comme les enfants d'âge préscolaire sont plus grands et plus forts, ils peuvent faire plus de mal quand ils agissent de façon brutale.

Les enfants d'âge préscolaire sont aussi plus intelligents et plus calculateurs. Ils mettent leur autonomie croissante à l'épreuve, en formant des opinions bien arrêtées sur les jeux qu'ils aiment, avec qui et sur ce qu'ils aiment faire. Ils utilisent de véritables méthodes de négociation avec leurs amis, parents et les personnes qui s'occupent d'eux pour arriver à leurs fins. Chaque jour, les camarades de jeu essaient de décider qui aura quoi, qui fera quoi et qui peut jouer. Ils se souviendront ensuite de ce qui a donné de bons ou de mauvais résultats.

Cela les conduit à adopter des formes d'agressivité plus indirectes, qui reposent sur l'amélioration constante de leur maîtrise du langage, pour obtenir ce qu'ils veulent. Ils ridiculisent ou excluent certains amis. Vous les verrez se taquiner, se moquer les uns des autres ou se traiter de tous les noms. Ce type d'agressivité vise à blesser une autre personne par les insultes ou l'isolement.

Une approche parentale simple : reconforter, jouer et enseigner^{MD}

Investir dans l'enfance a créé Une approche parentale simple : reconforter, jouer et enseigner pour aider les parents à réagir à des comportements éprouvants comme l'agressivité. Reconforter, jouer et enseigner sont trois idées simples. Mettez-les en pratique et elles pourront avoir une grande influence sur le développement de votre enfant.



Réconforter votre enfant

Le réconfort 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 aident leurs enfants à apprendre. Quand vous enseignez des choses à votre enfant, il apprend à avoir des relations avec les autres, à résoudre des problèmes et à communiquer.



Méthodes *Réconforter, jouer et enseigner* pour les trottineurs

Réconforter, jouer et enseigner sont les trois principales composantes d'une approche parentale positive. Grâce à l'emploi de ces méthodes pour maîtriser ses sentiments de colère et contrôler son agressivité, vous aiderez votre enfant à apprendre des méthodes efficaces pour répondre à ses besoins et interagir avec les autres de manière constructive.



Réconforter

- **Lisez ensemble des histoires sur les sentiments de colère ou les comportements agressifs manifestés par votre enfant d'âge préscolaire.** Parlez des émotions ressenties par les personnages. Posez à votre enfant d'âge préscolaire des questions sur les différentes attitudes que les personnages pourraient adopter pour maîtriser leurs sentiments. Rappelez à votre enfant les situations où il a ressenti les mêmes sentiments, lui aussi. Rappelez-vous ensemble de l'issue bonne ou mauvaise de ces situations et de ce qui aurait pu les améliorer. Les enfants d'âge préscolaire peuvent apprendre plus de comportements à adopter au lieu de l'agressivité. Plus votre enfant verra de nombreux comportements entre lesquels choisir, moins il sera susceptible de se comporter avec agressivité.
- **Félicitez votre enfant d'âge préscolaire de son comportement positif, mais sans excès.** N'oubliez pas de complimenter votre enfant – surtout dans les situations où il aurait pu réagir avec agressivité, mais a choisi de s'en abstenir. Des félicitations mesurées motivent votre enfant à vous faire plaisir.



Jouer

- **Jouer à faire semblant permet aux enfants d'âge préscolaire de faire l'expérience de différentes émotions, dont la colère.** Si vous participez aux jeux à faire semblant de votre enfant, vous pourrez être au cœur de l'action et étudier comment mettre fin à ces sentiments, sans agressivité physique, ni indirecte.
- **Imaginez des histoires où les gens ressentent de la frustration.** (« Jeanne jouait à la balle, quand Jacques est arrivé et lui a pris sa balle. ») Demandez ensuite à votre enfant d'imaginer la suite. (« Qu'est-ce que Jeanne a fait ensuite, d'après toi? ») Choisissez ensemble l'attitude adoptée par chaque personnage de l'histoire pour maîtriser ses sentiments. Demandez à votre enfant d'âge préscolaire d'illustrer l'histoire et la raconter à d'autres personnes. Apprendre à parler de sentiments aux autres et à communiquer avec eux à ce sujet remplace efficacement l'agressivité physique.
- **Les bousculades dans les jeux sont normales chez les enfants de cet âge.** Les parents doivent cependant surveiller ces jeux de près pour qu'ils ne parviennent pas au stade où un des joueurs se blesse. Ces mêlées pendant leurs jeux aident les enfants d'âge préscolaire à comprendre les limites de leur force et de leurs compétences sociales et à savoir quand s'arrêter. Les parents jouent un rôle très important pour aider les enfants d'âge préscolaire à maîtriser la différence subtile entre les jeux très physiques et l'agressivité.



Enseigner

- **Si votre enfant blesse quelqu'un, demandez-lui de vous aider à soigner l'enfant blessé.** Il commencera ainsi à comprendre les sentiments des autres et la douleur que ses actes peuvent provoquer. indirectly aggressive.
- **Soyez un bon modèle de rôle en maîtrisant vos propres réactions de frustration.** Quand c'est le cas, expliquez ce que vous ressentez et parlez des différentes façons d'y réagir sans agressivité.



- **Mettez en place des routines qui se prêtent à de fréquents rappels des comportements acceptables et inadmissibles.** Si, par exemple, vous allez au parc, rappelez à votre enfant d'âge préscolaire qu'il est important d'attendre son tour pour utiliser les installations et de ne pas pousser pour passer devant les autres qui font la queue.
- **Enfin, expliquez les règles et les limites d'une manière qui est adaptée à l'âge de l'enfant.** Parlez chaque jour des règles et des limites pour vous assurer qu'elles sont comprises. Observez et contrôlez ensuite votre enfant et réagissez avec cohérence quand les règles ne sont pas respectées.

Méthodes d'approche parentale positives à appliquer quand vous voyez un comportement agressif.

- conservez votre calme;
- assurez-vous que personne ne rit, ni n'accorde une attention déplacée à ce comportement inadmissible;
- soignez tout enfant éventuellement blessé par l'enfant agressif;
- essayez de comprendre la cause du comportement agressif pour l'expliquer à tous les enfants concernés;
- expliquez à l'enfant agressif les raisons pour lesquelles ce comportement est inadmissible et comment il aurait dû agir;
- tirez des conséquences adaptées à l'âge de l'enfant, si nécessaire;
- soyez cohérent dans les conséquences et assurez un suivi.

Voici quelques **méthodes d'approche parentale positive** qui **EMPÊCHENT** l'apparition d'un comportement agressif.

- Observez ce qui se passe avant, pendant et après l'agressivité (p. ex., ce qui l'a déclenchée, qui était la victime, quel comportement a été adopté, où il s'est produit, ce qui l'a arrêté et ce que tout le monde a ressenti après). Utilisez ces informations pour l'empêcher de se reproduire.
- Soyez patient, ferme et cohérent dans vos directives et vos demandes liées aux attentes de votre famille pour les manières, les corvées, les routines et les interactions avec les autres. Cela aide votre enfant d'âge préscolaire à comprendre et maîtriser ses émotions et ses relations de tous les jours.

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



www.investirdanslenfance.ca



CANADIAN COUNCIL ON LEARNING
CONSEIL CANADIEN SUR L'APPRENTISSAGE

Consultez www.investirdanslenfance.ca pour vous renseigner sur Une approche parentale simple : réconforter, jouer et enseigner.