

# Parents en action

Groupe pour les parents d'enfants défiant l'autorité parentale



## Guide d'accompagnement de l'intervenant

Réalisé sous la direction de Charlaïne Bisaillon

Rédaction par Charlaïne Bisaillon

Juillet 2013

## Remerciements

Nous remercions chacune des personnes suivantes pour leur précieuse contribution à l'élaboration de ce projet qui a pris cette forme au fil des ans.

### **Parents participants au groupe *Parents en action***

### **Membres du comité initial sur la problématique de la violence**

### **Membres rédacteurs de la Direction des services professionnels et de la qualité**

CHARLAINE BISAILLON, Agente de planification et de programmation de la recherche, DSPQ

### **Coordination des travaux**

CHARLAINE BISAILLON, Agente de planification et de programmation de la recherche, DSPQ

### **Membres de la Direction des services professionnels et de la qualité**

GINETTE D'AURAY, Agente de planification et de programmation de la recherche, DSPQ

Tous droits réservés.

Dépôt légal, 2<sup>ème</sup> trimestre 2016

Bibliothèque nationale du Québec.

Bibliothèque nationale du Canada.

ISBN 978-2-550-75452-7

ISBN : 978-2-550-75460-2

©La reproduction totale ou partielle de ce document est autorisée à condition que la source soit mentionnée.

Pour citer le document : Centre Intégré de santé et des services sociaux de l'Outaouais (CISSS de l'Outaouais). Parent en Action, Guide d'accompagnement à l'intervenant. Rédigé par Charlaïne Bisailon avec la collaboration de Ginette D'Auray, Sylvie Girard. 2013, 20 pp.

Le genre grammatical masculin utilisé dans ce document désigne aussi bien les femmes que les hommes.

Certains contenus du présent document proviennent de différents auteurs. Nous utilisons des extraits de contenu, s'inspirons de ces textes pour concevoir nos activités et annexes et le faisons en citant l'auteur par une note en bas de page et à la fin, en bibliographie, pour respecter les droits d'auteur. Ce sont ces contenus qui servent à compléter le présent guide de l'animateur.

## TABLE DES MATIÈRES

<b>Introduction</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ <b>Mise en contexte</b></li> <li>✓ <b>Description du groupe</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Objectifs généraux</li> <li>• Objectifs spécifiques</li> </ul> </li> </ul>	
<b>Activités</b>	<b>Titres</b>	<b>Pages</b>
<b>Première activité</b>	<b>Les techniques</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Interaction de la désobéissance</li> <li>✓ Les six techniques</li> </ul>	<b>p. 6</b>
<b>Deuxième activité</b>	<b>La routine</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Établir une routine</li> </ul>	<b>p. 14</b>
<b>Troisième activité</b>	<b>Formuler une bonne demande</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Comment faire une bonne demande</li> </ul>	<b>p. 15</b>
<b>Quatrième activité</b>	<b>Prévenir l'agressivité et la colère</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Ajuster nos interventions selon l'âge de l'enfant</li> </ul>	<b>p. 16</b>
<b>Cinquième activité</b>	<b>Les systèmes de jetons</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Identifier les tâches</li> <li>✓ Identifier les privilèges</li> </ul>	<b>p. 18</b>



## INTRODUCTION

---

### Mise en contexte

Le guide d'accompagnement de l'intervenant est un outil pour soutenir l'intervention lorsqu'un enfant, un adolescent ou un parent participe à un groupe thérapeutique afin de permettre la consolidation des notions/trucs/outils appris par le participant, et ainsi permettre un transfert dans la pratique chez les intervenants accompagnateurs.

Les participants ont besoin d'accompagnement au cours de leur participation au groupe, autant pendant qu'après le groupe. Ce guide est un outil complémentaire au groupe. Il permet de mieux accompagner l'utilisateur.

### Description du groupe

*Parents en actions* est un groupe qui vise à soutenir le parent dans l'exercice de son autorité parentale, lorsqu'il fait face à des enfants refusant d'obéir et dénotant, par le fait même, des troubles de comportement. Au cours des rencontres, différents thèmes sont abordés : l'analyse de la situation, la relation parent-enfant et l'encadrement.

### Objectifs généraux



Le parent est sensibilisé à des notions théoriques à l'égard de la discipline et de l'encadrement, notamment en ce qui concerne les troubles de comportements chez les enfants.



Le parent applique des méthodes propices pour favoriser un climat familial harmonieux.



Le parent développe des habiletés et des compétences pour accroître l'obéissance de son enfant.

### Objectifs spécifiques



Le parent connaît la définition de la désobéissance.



Le parent identifie les comportements de désobéissance de son enfant.



Le parent identifie les facteurs (caractéristiques de l'enfant et du parent, stressseurs familiaux et environnementaux) pouvant mener à la désobéissance de son enfant.



Le parent identifie des solutions afin de minimiser l'impact des facteurs familiaux et environnementaux et par conséquent, sur les comportements de désobéissance.



Le parent apprend à formuler une demande claire et concise à son enfant.



Le parent apprend cinq styles de discipline parentale.



Le parent identifie le style de discipline qu'il utilise le plus fréquemment.



Le parent met en application la technique de l'attention positive en présence des animateurs.



Le parent partage un moment agréable avec son enfant.



Le parent apprend les phases de la colère chez l'enfant.



Le parent apprend à mettre fin aux comportements inacceptables de son enfant.



Le parent apprend à motiver son enfant.



Le parent identifie des moyens pour prendre soin de lui-même.



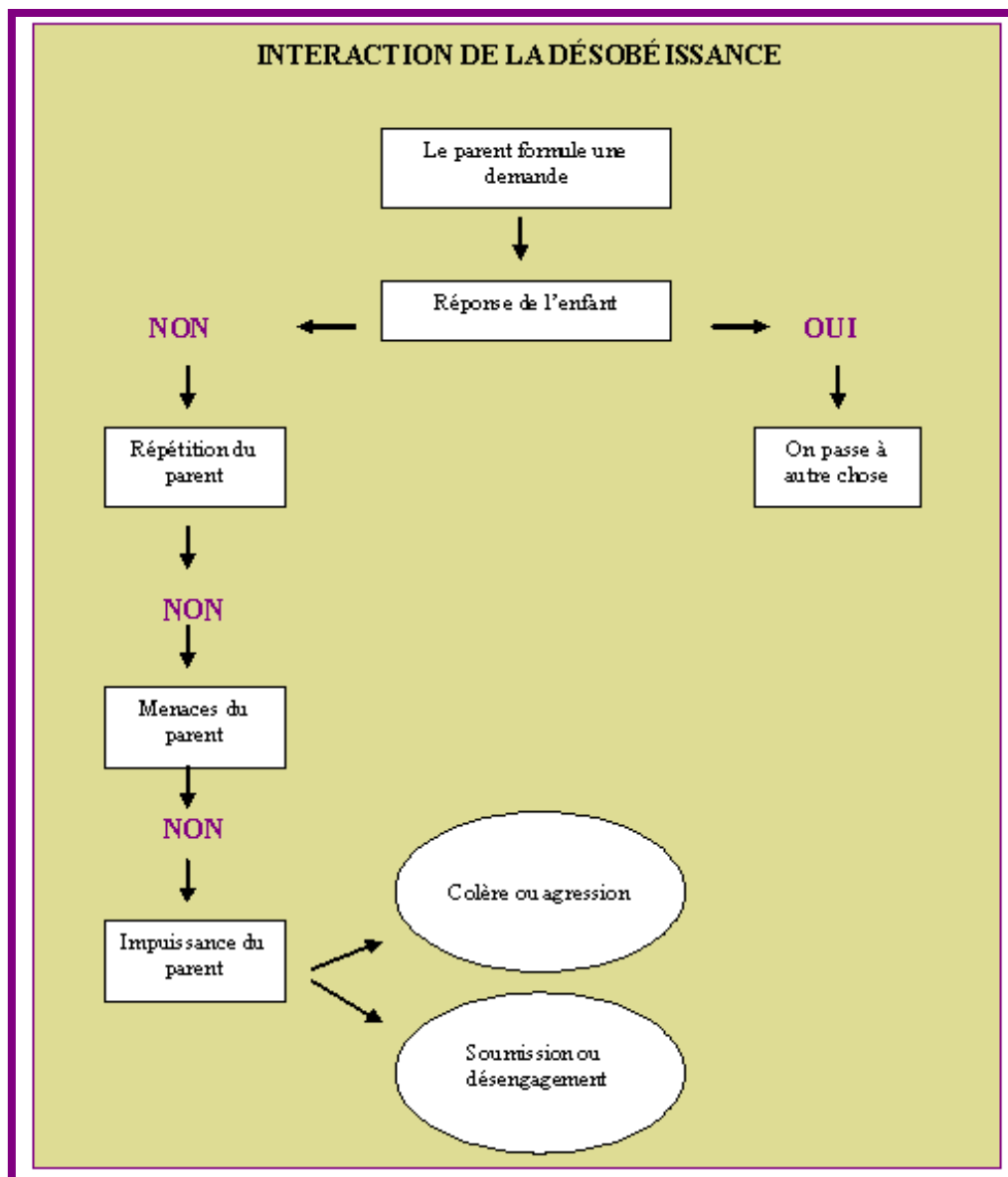
Le parent apprend des techniques d'intervention et les applique à la maison.

## DESCRIPTION DES ACTIVITÉS

### Première activité : Les techniques

Lorsque les parents font une demande ou donnent une consigne à leur enfant, celui-ci peut avoir deux réactions : répondre «oui» ou répondre «non». Lorsque l'enfant exécute ce qui lui est demandé, on passe à autre chose et on s'entend bien. Par contre, lorsque l'enfant répond «non» les parents peuvent entrer dans une escalade avec l'enfant.

Voyez le tableau suivant. Demandez aux parents où ils se situent dans cette chaîne. Sont-ils dans la **répétition**, les **menaces** ou l'**impuissance**? Comment fait-il pour arrêter cette escalade?



Un des moyens pour contrer cette escalade est la mise en application des six techniques enseignées durant le groupe : *Les surprises*, *Les services*, *L'attention positive*, *Planifier pour prévenir*, *Le retrait*, *approche 1-2-3* et *Les systèmes de jetons*.

Parents en action enseigne donc des techniques visant principalement à rétablir une relation positive parent-enfant. Il est espéré que suite à l'application des méthodes enseignées, les enfants auront des conduites mieux adaptées. Il est important que les parents continuent l'application de ces techniques suite à leur participation au groupe.

**Revoyez** avec eux les techniques. Demandez aux parents **comment cela se passe** lorsqu'ils les appliquent et **comment l'enfant réagit**.

**Insistez pour que les parents les mettent en application.**

## Technique : «Les surprendre»

Afin de bâtir une relation parent-enfant positive, il est important de souligner les bons comportements de son enfant.



Lorsque votre enfant fait quelque chose qu'il est supposé faire il faut lui donner des commentaires positifs comme : «Merci de faire ce que je te demande», «Beau travail!», «Je suis fier de toi...» ou simplement lui faire une accolade, ou un clin d'œil: «Merci de faire ce que je te demande.».



Dès que vous surprenez votre enfant à obéir (une règle, une consigne, une tâche, etc.), félicitez-le. Soyez généreux dans vos commentaires positifs.



Aucune demande ne doit être faite; le comportement souligné doit être spontané et être l'initiative de l'enfant.



Attention! Certains enfants peuvent réagir négativement à ce genre de commentaires. Ce n'est pas grave. Il faut tout de même continuer et persévérer.



«Surprenez» votre enfant à tous les jours, au moins trois fois par jour.

### Paroles et gestes pour «Surprendre» son enfant...

- ❖ J'aime quand tu...!
- ❖ C'est beau, merveilleux, wow!
- ❖ Tu es vraiment un grand garçon (une grande fille)
- ❖ C'est fantastique ce que tu as fait!
- ❖ Tu t'améliores!
- ❖ Je suis fier de toi!
- ❖ Un clin d'œil
- ❖ Flatter l'épaule
- ❖ Une petite tape dans le dos
- ❖ Une accolade
- ❖ Un bec
- ❖ Un «High Five»

## Technique : «Les services»

Plus on commente positivement le comportement d'un enfant, plus il y a de chances que celui-ci l'exécute spontanément.



Choisissez des moments où votre enfant n'a rien de particulier à faire pour lui demander de vous rendre des petits services, comme «Voudrais-tu me donner un papier mouchoir?, Pourrais-tu aller chercher mes pantoufles ?». Il s'agit de services qui ne prennent pas plus de 30 secondes à exécuter.



Si votre enfant accède à votre demande, complimentez-le pour sa conduite. Si votre enfant refuse de vous rendre le service demandé, ne le blâmer pas, ne dites rien.



Il est important de formuler notre service comme une demande et non comme un ordre. Par exemple : Pourrais-tu m'apporter un verre d'eau? vs Donne-moi un verre d'eau!

## Technique : «L'attention positive»

### L'attention positive, c'est quoi?

La qualité de l'attention que nous recevons d'une personne détermine notre intérêt à vouloir faire des choses avec celle-ci. Par exemple, lorsque nous passons des moments agréables avec une personne, nous avons le goût d'être avec cette personne. Au contraire, lorsque nous passons des moments désagréables avec une personne, nous chercherons d'éviter d'être avec elle.

### Comment faire :

Jouer tous les jours avec votre enfant	Donner de l'attention aux bons comportements et ignorer les comportements inacceptables.
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prévoir un moment : fixe ou lors d'un jeu de votre enfant. Accordez au moins 15 minutes à la technique de l'attention positive.</li> <li>• Choisir un jeu en tête-à-tête : les autres enfants ne jouent pas.</li> <li>• L'enfant choisit l'activité, une activité permettant l'interaction. Pas de télévision.</li> <li>• Démontrez votre intérêt et oubliez les critiques. Prenez plaisir à observer et à commenter ses bons coups.</li> <li>• Encouragez votre enfant.</li> <li>• Si votre enfant se conduit mal, détournez votre attention. S'il continue, cessez l'activité.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Soyez rapide à encourager votre enfant après un bon coup. <b>N'ATTENDEZ PAS!</b></li> <li>• Nommez ce que vous appréciez de ce geste (J'aime ça quand tu parles doucement).</li> <li>• Ne pas combiner compliment et critique (Tu as finalement fait ta chambre, il était temps.).</li> </ul>

### À retenir!

La technique de l'attention positive est à pratiquer idéalement à

**\*Il s'agit de jeux qui permettent à votre enfant d'être créatif et à vous de porter attention aux comportements positifs de votre enfant lorsqu'il joue.\***

tous les jours, au minimum de 3 à 4 fois par semaine ou selon la situation de vie de votre enfant (dès que l'occasion se présente, lors des visites, etc.). Il vous suffit de jouer avec votre enfant et porter attention aux bons comportements, en ignorant ceux qui sont inacceptables.

### Proposition de jeux pour pratiquer l'attention positive

- |  |   |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Jeux de construction (legos, kinex)</li> <li>❖ Bricolage, coloriage, dessin, peinture</li> <li>❖ Casse-tête</li> <li>❖ Jeux de mémoire</li> <li>❖ Château de cartes</li> <li>❖ Écriture d'un poème ou d'une lettre</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Jeux de société (Guess Who?, Risk, Trouble, Candy Land, Monopoly, etc.)</li> <li>❖ Modèles à coller</li> <li>❖ Jouer d'un instrument de musique</li> </ul> |
|--|---|

## Technique : «Planifier pour prévenir»

Dans une continuité de la technique de l'attention positive, nous demandons aux parents de prévoir les temps libre. Souvent, lorsque le parent a une tâche à accomplir qui lui demande de ne pas être dérangé, c'est à ce moment, que l'enfant fait le plus d'interruptions.



Lorsque vous prévoyez avoir besoin d'un moment où vous ne serez pas dérangé (faire un appel téléphonique, préparer le souper, etc.) expliquez la situation à votre enfant.



Ensemble, choisissez une activité que l'enfant pourra faire seul, sans votre aide. (ex : dessiner, faire un château de carte, jouer avec des lego, etc.)



Précisez-lui la période de temps dont vous aurez besoin afin de le rassurer. (N'excédez pas 15 minutes!)



Faites votre activité!



Lorsque vous avez terminé, félicitez votre enfant et remerciez-le de vous avoir accordé du temps.



Si nécessaire, vous pouvez créer de toute pièce des situations pour mettre en pratique cette technique. Avec le temps, il sera peut-être capable de se trouver lui-même une activité lorsqu'il observe que vous êtes occupés.

Lorsque votre enfant vous dérange, c'est principalement pour avoir votre attention. Peu de parents cessent ce qu'ils font pour porter attention à l'enfant qui s'amuse seul, mais plusieurs parents vont cesser leur activité pour réprimander l'enfant qui dérange.

## Technique : «Le retrait : approche 1-2-3»

L'approche 1-2-3<sup>1</sup> vise à mettre fin aux comportements inacceptables, en s'assurant de la mise en place de limites claires, sans émotions et situations complexes. Une approche qui invite à agir plutôt qu'à réagir.

### Avantages de l'approche 1-2-3

- |   |   |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Limite l'impulsivité de l'enfant et du parent</li> <li>• Clarifie le rôle de l'autorité parentale</li> <li>• Sollicite la capacité d'autocontrôle de l'enfant</li> <li>• Donne un message clair</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rend les conséquences prévisibles</li> <li>• Limite la rancune</li> <li>• Est facile à apprendre</li> <li>• Offre un équilibre au parent permissif et militaire</li> </ul> |
|---|---|

### Comment faire :

Avant d'appliquer cette technique, vous devez expliquer à votre enfant l'approche 1-2-3. Soyez constant, peu importe les événements ou les gens présents.

- Lorsque votre enfant a un comportement qu'il doit cesser, nommer ce comportement et dites à haute voix « 1 ». Rien de plus, rien de moins.
- Si le comportement ne cesse pas après quelques secondes (environ 10 à 20 secondes), dites « 2 ». Si le comportement n'a toujours pas cessé, après quelques secondes, dites « 3 », signal que votre enfant doit prendre un temps d'arrêt. Le temps d'arrêt peut avoir lieu dans la chambre de l'enfant, sur une chaise désignée à cet effet. La durée du retrait est proportionnelle à l'âge de l'enfant. Si celui-ci a 5 ans, son retrait sera de 5 minutes.
- Lorsque le temps d'arrêt est terminé, on ne revient pas sur la situation. On ne discute pas de ce qui vient de se produire, à moins que cela s'avère nécessaire.

### À retenir!

La technique du retrait doit être utilisée dès que l'occasion se présente, peu importe le moment ou l'endroit où vous êtes.

### Trois règles à suivre dans les lieux publics<sup>2</sup>

**1- Donnez vos directives à l'enfant avant d'entrer dans un lieu public.** (magasin, cinéma, épicerie, parc etc.).

**2- Mettez en place un système de récompense qui aidera à motiver votre enfant à bien se conduire.** (ex : jouer ensemble, faire son dessert préféré, etc.).

**3- Prévoyez aussi quelles mesures correctives vous appliquerez si votre enfant se conduit mal.** Vous compterez donc jusqu'à «3» et si le comportement n'a pas cessé, vous pourrez faire le retrait (sur un banc de parc, dans la voiture, etc.).

**Prendre note qu'il est important de féliciter votre enfant s'il se conduit bien.**

<sup>1</sup> Tiré et adapté de Phelan W., Thomas. (2003). 1-2-3 Magic : Effective Discipline for children 2-12. Illinois: Parent Magic Inc.

<sup>2</sup> Tiré et adapté de Cloutier, G. (2012). *Vivre en harmonie avec un enfant qui s'oppose*. Montréal :Éditions Gily.

## Technique : «Les systèmes de jetons»

Le système de jetons est une technique de récompenses qui permet de motiver un enfant à adopter les bons comportements. C'est une technique organisée, structurée, efficace qui n'est pas influencée par l'humeur du parent ou le moment de la journée. Elle est complémentaire à la technique de l'attention positive.

### Le système de jetons A

(avec gains - tâches et privilèges)

- Un système de jetons sans retrait est une technique positive qui renforce les bons comportements d'un enfant et souligne ses bons coups. Pour chaque tâche accomplie ou bon comportement adopté, on remet à l'enfant un ou des jetons. En échange de ses jetons, l'enfant obtient des privilèges.
- Il est fortement recommandé que l'enfant dépense un minimum de jetons par jour
- (ex : 6 jetons par jour)
- Le parent peut donner des jetons supplémentaires à son enfant s'il a eu une bonne journée ou s'il s'est appliqué de manière exceptionnelle à l'accomplissement d'une tâche.
- Une valeur monétaire peut être accordée aux jetons pour des privilèges avec frais (surtout chez les plus vieux).
- Un supplément de jetons peut être exigé pour toute activité, lorsque celle-ci requiert un déplacement.

### Le système de jetons B

(avec gains et retrait – tâches, privilèges et perte)

- Il est possible que vous ayez à recourir à un système de jetons avec retrait partiel, lorsque l'enfant a des comportements indésirables. Ces comportements spécifiques sont alors ciblés et l'enfant, en plus de recevoir des jetons pour ses bons coups, risque d'en perdre s'il affiche des comportements inacceptables.
- Établir une routine quotidienne avec votre enfant et déterminer la liste des privilèges que votre enfant pourra avoir droit avec ses jetons (similaire au système de jetons A).
  - Identifier les comportements indésirables que vous souhaitez que votre enfant modifie. Expliquer à votre enfant les jetons qu'il perdra s'il adopte ces comportements.

Tiré et adapté de Cloutier, G. (2012). *Vivre en harmonie avec un enfant qui s'oppose*. Montréal :Éditions Gily.

### Quelques remarques en terminant...

- Réviser vos listes de tâches et de privilèges tous les mois afin d'y apporter les correctifs et les ajustements nécessaires.
- Tout bon comportement peut faire l'objet d'une récompense. Vous pouvez, par exemple, utiliser ce système pour inciter votre enfant à cesser un comportement d'interruption.
- N'accordez jamais de jetons à l'avance. Le travail ou la tâche doit être complété.
- Il est bien entendu que si les deux parents demeurent ensemble, ils doivent gérer conjointement ce système, afin de lui donner davantage de force.
- Enfin, n'oubliez pas d'accorder les récompenses avec le sourire, ajoutant même à l'occasion un bon mot.

*Encadré tiré de PEDAP(1997), fiche 31.*

**Deuxième activité : La routine**



La routine est un outil pour **établir une stabilité**, **sécuriser un enfant** et l'amener à **anticiper ce qui s'en vient**. Cela aide l'enfant à développer une autonomie et le sens des responsabilités.

Durant les rencontres du groupe *Parents en action*, les parents sont invités à revoir leur routine et à la rédiger si elle est inexistante. Il est suggéré que la routine soit bien en vue pour que l'enfant puisse la regarder.

Une situation commune vécue par bon nombre de familles est la période du coucher: bain, pyjama, brossage de dents, histoire, dodo. C'est un moment où les parents risquent de répéter les mêmes consignes et où les enfants désobéissent.

Assurez-vous que les parents aient bien rédigé cette routine. Si ce n'est pas fait, prenez le temps d'en écrire une. La routine peut être **écrite** ou **illustrée** selon l'âge de l'enfant, afin que celui-ci développe son autonomie. De cette façon, les enfants seront bien encadrés et structurés. Faites preuve de créativité!

**Routine de votre enfant**

Am : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Pm : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



### Troisième activité : Formuler une bonne demande

Lorsqu'un parent fait une demande, il est important d'être bref, clair et concis. Voici un aide-mémoire à lire avec les parents. Demandez-leur de **donner des exemples** de demandes qu'ils font à leur enfant. N'hésitez pas à **recadrer au besoin**.

Par exemple, lorsqu'un enfant cours dans la maison et que le parent aimerait que celui-ci arrête. Les parents ont tendance à dire : «Arrête de courir dans la maison!». Il faut que le parent dise : «Marche dans la maison» en s'assurant que l'enfant le regarde le parent dans les yeux.

#### COMMENT FAIRE UNE BONNE DEMANDE

- Être bref (sans enrobage explicatif)
- Être clair et concret (comme une bonne recette)
- Être positif (décrire le comportement à faire et non celui à éliminer)
- Être affirmatif (son caractère non optionnel est évident)
- Préciser à l'enfant le moment et le temps requis pour s'exécuter (immédiatement ou à tel moment)
- Parler aux enfants sur un ton respectueux (dépourvu de toute critique ou de toute impatience)
- S'assurer que les autres membres de la famille soutiennent la demande

#### Psst... Quelques trucs pour avoir plus de chance de se faire obéir

- Établir le contact visuel avec l'enfant. S'assurer que votre enfant vous écoute quand vous lui parlez. Éliminer toute source de distraction.
- Diviser la tâche à faire par étapes (et non plusieurs demandes à la fois mais, plutôt une séquence, si il y a besoin).
- Demander de répéter la consigne.
- Rester sur les lieux. Superviser l'activité de votre enfant en revenant voir ce qu'il fait de temps en temps.
- Renforcer positivement les bons comportements. Le complimenter lorsqu'il se comporte bien.

## Quatrième activité : Prévenir l'agressivité et la colère



La colère est une émotion normale. Nous vivons tous des moments de colère. Il est important d'apprendre aux enfants à bien l'exprimer et à trouver des moyens pour prévenir les explosions de colère.

Voici quelques trucs qui résument les notions vues lors des rencontres de groupe. **Lisez** ce qui suit avec les parents. Amenez-les à **donner des exemples** de leur vie quotidienne où ils pourraient appliquer ces recommandations.

### POUR TOUS LES ENFANTS :

- **Donner l'exemple** : les enfants sont influencés par les comportements de leurs parents.
- **Complimenter l'enfant lorsqu'il exprime sa colère adéquatement** : il est important d'encourager et de valoriser l'enfant lorsqu'il fait face aux frustrations de manière acceptable. Utilisez la technique «Les surprendre»! L'enfant développera une confiance en sa capacité à se contrôler.

### ENFANTS DE 6 À 8 ANS

À 6 ans, l'enfant est dans sa période la plus agressive de la petite enfance; tant l'agressivité physique que verbale est à son comble! Il apprendra à exprimer sa colère de manière plus adéquate et les crises diminueront.

- **Imposer un temps d'arrêt** : lorsque l'on sent la pression monter, on impose un temps d'arrêt pour permettre à l'enfant de se calmer. «Commence par te calmer, on reparlera après.» Vous pourriez utiliser la technique du retrait!
- **Inviter l'enfant à proposer des solutions** : cela oblige l'enfant à se responsabiliser face à ce qu'il a fait.
- **Faire appel à l'empathie** : il est question de la maxime suivante « Ne pas faire aux autres ce qu'on ne voudrait pas que l'on nous fasse.

### ENFANTS DE 9 À 12 ANS

À 9 ans, la tendance à critiquer prend de plus en plus de place. Le point de vue de l'autre n'est pas toujours considéré.

- **Fixer d'avance des limites de temps pour la négociation** : définir le cadre de la négociation. Par exemple : « tu as 5 minutes pour me convaincre ».
- **Établir des contrats clairs** : un langage clair et simple. Par exemple, dire « Si tu reviens avant 4 heures du lundi au jeudi, tu pourras jouer jusqu'à 17h30 avec tes amis le vendredi après-midi<sup>3</sup> » à la place de « Si tu reviens à l'heure durant la semaine, tu pourras jouer une heure de plus avec tes amis le vendredi après-midi »<sup>4</sup>.
- **Inciter l'enfant à trouver lui-même des solutions** : cela l'amène à réfléchir à ce qu'il a fait. Ne pas oublier de limiter le temps alloué à la recherche de solutions, si besoin.
- **Respecter les changements d'humeur de l'enfant** : il ne faut pas forcer la discussion. On ne doit pas pour autant ne pas discuter. Il s'agit de s'assurer que la discussion aura lieu plus tard. Il peut être intéressant de définir ce moment.
- **Définir l'élargissement des règles comme un privilège à conquérir** : ils doivent faire leurs preuves pour que les règles changent.



<sup>3</sup> Tiré de Cloutier, G. (2012). Vivre en harmonie avec un enfant qui s'oppose. Montréal : Éditions Gily.

<sup>4</sup> Programme de formation P.E.D.A.P., manuel d'animation du programme Barkley adapté par Gilles Cloutier, CLSC Mercier-Est/Anjou, 1997, pp. 157.

## Cinquième activité : Les systèmes de jetons

Lors de la septième rencontre du groupe Parents en action, nous expliquons aux parents comment préparer un système de jetons avec les parents. **Revoyez la feuille de la technique «Les système de jetons»** avec les parents. **Aidez les parents à mettre en place leur système de jetons** pour motiver leur enfant. Formulez la liste de tâches et de privilèges **avec les parents et l'enfant**. Aidez les parents à articuler la méthode de mise en application; utiliseront-ils des jetons de plastique, des collants, de l'argent, des boutons?

### LISTE DE TÂCHES

No	TÂCHES	JETONS
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		
9.		
10.		



## LISTE DE PRIVILÈGES

No	PRIVILÈGES	JETONS
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		
9.		
10.		



Une fois que l'enfant a bien saisi ce système, **certains comportements peuvent être toujours problématiques**. Le parent peut retirer des jetons en guise de conséquence négative. On ne cesse pas de récompenser! On met plutôt l'emphase sur les comportements indésirables qui ne seront pas tolérés. Cela consiste à **exiger que l'enfant remette**, pour tout comportement négatif ou de désobéissance, le nombre de jetons qu'il se serait mérités s'il s'était bien comporté. Par exemple : lorsque l'enfant fait son lit, il obtient 2 jetons, alors lorsqu'il ne fait pas son lit, il remet 2 jetons aux parents.

Les parents peuvent également ajouter des comportements non désirables comme :

- des gestes agressifs
- des mensonges
- des jurons, etc.

Voici un exemple de grille pour vous aider à identifier les différents éléments :

**LISTE DE TÂCHES AVEC RETRAIT PARTIEL**

ROUTINE QUOTIDIENNE OBLIGATOIRE			JETONS MÉRITÉS OU PERDUS
BONNES ACTIONS	JETONS MÉRITÉS	MAUVAIS COMPORTEMENTS	JETONS PERDUS