



« Mon enfant s'oppose...
toutes les occasions
sont bonnes pour
provoquer ! »

Astuces pour les parents

À la maison, les conflits peuvent vite devenir explosifs... surtout avec un enfant qui a un trouble d'opposition ! Pour éviter les escalades, voici quelques stratégies de prévention :

1. Donnez des consignes simples et claires
2. Priorisez et anticipez vos demandes
3. Restez quelques secondes à côté de votre enfant, après la consigne
4. Renforcez la motivation de votre enfant
5. Félicitez-le immédiatement et encouragez les comportements positifs
6. Soyez le plus constant et cohérent possible
7. Évitez de vous retrouver en opposition avec votre conjoint devant les enfants
8. Utilisez l'humour
9. Évitez les paroles humiliantes et les étiquettes

Et pendant la crise, voici des stratégies d'intervention :

1. Établissez un contact physique et oculaire
2. Discutez ensuite des conséquences de son opposition
3. Réagissez de manière graduée en fonction de l'importance de la désobéissance
4. Régulez votre réaction et respectez votre parole