**Sept stratégies positives pour gérer un comportement agressif chez le jeune enfant** [*1 Juin, 2018*](https://www.kidpowerfrance.org/2018/06/01/) *dans* [*Ateliers parent-enfants*](https://www.kidpowerfrance.org/category/non-classe/ateliers-parent-enfants/)

***Les colères peuvent rendre l’enfant et son entourage très malheureux. La bonne nouvelle c’est que les adultes peuvent prendre le contrôle et aider à gérer ce comportement agressif de manière efficace sans faire honte à l’enfant.***

***Cet article est tiré du livre «***[***The Earliest Teachable Moment: Personal Safety for Babies, Toddlers, and Preschoolers »***](https://www.kidpower.org/store/products/mini-bites/) de Irène van der Zande.

Les parents, les enseignants et les professionnels de la petite enfance demandent souvent de l’aide à Kidpower lorsque leurs enfants ont du mal à rester en sécurité avec leurs corps ou leurs mots:

***«***Ma fille de trois ans peut être adorable un instant puis exploser sans crier gare. Hier, à la crèche, elle a fait exprès de détruire un château de sable puis a jeté du sable dans les yeux de son camarade.»

***«***Avant, mon fils était facile à vivre, mais depuis qu’il est en maternelle, il s’est mis à copier un camarade et tape les autres enfants.»

***«***Une petite fille de ma classe fait une colère dès qu’elle est contrariée et se met à pincer, pousser et pleurer sans aucune retenue.»

***«***Un garçon à la crèche ne supporte pas de rentrer après avoir joué dehors. A chaque fois, il se jette sur le sol de colère en pleurant et en hurlant.»

Une des tâches les plus difficiles lorsque l’on vit ou travaille avec des enfants, quelque soit leur âge, s’est de savoir comment les arrêter, calmement, avec bienveillance et en toute sécurité lorsqu’ils agissent de manière potentiellement dangereuse pour eux ou pour les autres.

Les enfants qui perdent le contrôle d’eux même se sentent souvent en danger émotionnellement et peuvent aussi être en danger physiquement si on ne les arrête pas. Les autres enfants, les voyant agir de cette manière, risquent de se sentir eux aussi en danger à moins qu’un adulte ne prenne la situation en main avec efficacité et bienveillance.

Bien qu’il faille absolument arrêter un comportement agressif, il peut être dangereux pour l’enfant comme pour l’adulte, de restreindre un enfant en colère de manière non sécuritaire, de montrer de l’inquiétude ou de la colère face au désarroi de l’enfant ou de blâmer l’enfant d’avoir perdu le contrôle de ses émotions. Une intervention ferme, bienveillante et détachée est nécessaire pour la sécurité émotionnelle et physique de tous.

Les sept stratégies suivantes ont été écrites pour aider les parents de jeunes enfants, mais la plupart peuvent être adaptées pour intervenir auprès d’enfants plus âgés qui ont du mal à gérer un comportement agressif.

## *1 S’attendre à ce que l’enfant ait parfois du mal à maîtriser son comportement.*

Le cerveau des enfants est en plein développement et ils n’ont pas la même capacité à se maîtriser qu’un adulte. Dès qu’ils sont en âge de comprendre, il est important de commencer à leur enseigner les habiletés qui les aideront à gérer leur comportement tout en leur faisant comprendre qu’ils ont besoin de notre supervision pour rester en sécurité et de nos conseils continus pour apprendre à réagir de manière sécuritaire.

Souvent, les enfants avec de fortes qualités de leader semblent avoir besoin de définir leurs limites en repoussant les limites des autres et en expérimentant avec l’utilisation négative de leurs pouvoirs. La plupart d’entre eux deviennent des adultes bienveillants et respectueux grâce aux conseils positifs continus des adultes.

Les enfants hyper-sensibles n’agissent parfois pas de manière “facile” ou “standard”, et ils ont souvent besoin de l’aide des adultes pour apprendre à se comporter de façon plus gérable par les autres enfants. Certaines personnes qui se souviennent d’épisodes d’émotions intenses de leur enfance sont devenus, adultes, des écrivains talentueux, des leaders visionnaires ou des inventeurs imaginatifs. Quand les enfants ressentent des émotions très fortes, ils ont besoin que leur adulte responsable investisse du temps, de la patience, des efforts et de la compassion pour les aider à apprendre à gérer leurs émotions de façon constructive.

Quand les enfants sont submergés par leurs émotions ils peuvent se refermer sur eux-mêmes, décrocher, être accablés de tristesse ou être agressifs verbalement ou physiquement.

Sois réaliste et honnête, ne nie pas le problème. Trop souvent on ignore un comportement hors de contrôle le considérant comme normal, jusqu’à ce qu’il escalade de manière destructive.

Étiqueter un enfant de “méchant” n’aide pas beaucoup non plus. Un comportement agressif ne veut pas dire que l’enfant est méchant ni que les parents ou les enseignants sont incompétents. Les colères veulent simplement dire que toutes les personnes impliquées ont besoin de soutien et d’habiletés pour gérer les émotions avant que tout explose. C’est en gérant la vague d’émotions et en contrôlant les comportements que tout le monde sera en sécurité émotionnellement et physiquement.

## *2 Identifier et réduire les causes du stress qui déclenche les crises.*

Il est important de comprendre le comment et le pourquoi d’une colère pour pouvoir trouver des solutions positives. Même si le comportement problématique semble une explosion d’émotions soudaine, sans fondement, il y a souvent un schéma récurrent et un temps de mise sous pression avant l’incident.

Même si cela prend du temps, mettre par écrit, sur une période d’au moins une semaine, toutes les observations possibles sur quand et comment un enfant arrive à une colère, donne souvent des indications sur ce qu’il faut faire pour limiter les crises.

Documenter le comportement de l’enfant. Essayer de trouver des schémas répétitifs dans la différence entre les bons jours et les mauvais jours. Qu’est ce qui saute aux yeux?

Voici quelques déclencheurs types à considérer:

**Les transitions:**

Même si c’est amusant d’avoir plein d’activités différentes, trop de changements finissent par sur-stimuler les enfants. Pour aider à limiter les crises, ils ont besoin d’un emploi du temps léger et régulier, ainsi que du temps pour jouer seul dans leur propre espace et des interactions régulières seul à seul avec leurs adultes. Parfois un simple changement peut faire la différence. Par exemple, si ton bambin fait des colères au supermarché, essaie de faire les courses sans lui pendant quelques semaines. Arranges-toi pour que ce soit amusant plutôt que stressant de devoir quitter une activité favorite. Si l’enfant rechigne à quitter l’aire de jeux, décide à l’avance du plan à suivre lorsqu’il faudra partir et explique lui le rituel de départ. Donne plein de rappels du temps qu’il reste avant de rentrer et, lorsqu’il est l’heure de partir reste enthousiaste, même si l’enfant fait la tête. Parle-lui des choses intéressantes qui l’attendent après cette sortie, et raconte l’histoire de son personnage préféré qui fait plein de bêtises ridicules pour pouvoir rester au parc toute la nuit.

L’entrée en maternelle peut être une transition difficile pour beaucoup d’enfants. Avoir à gérer un nouvel environnement peut aussi amener l’enfant a développé des difficultés à maîtriser pouvoir et contrôle de soi. Si ton enfant se trouve en difficulté, essaie de passer du temps dans sa classe, pour soutenir l’enseignant mais aussi pour comprendre le contexte du problème.

Même des changements positifs, comme l’arrivée d’un bébé, un déménagement ou une fête d’anniversaire peuvent souvent être stressants pour un jeune enfant. Bien sûr, il faudra apporter un soutien renforcé lors de changements négatifs comme un divorce, une perte d’emploi ou un décès, qui affecteront durement toute la famille.

**Trop chaud ou trop froid:**

Certains enfants peuvent être très sensibles aux températures extérieures. Ils sont facilement contrariés s’ils ont trop chaud ou trop froid, ils oublient d’enlever leur manteau ou de boire lorsqu’ils sont pris dans leur activité. S’entraîner à être confortable dans des moments calmes peut être très utile pour les aider à y penser lorsqu’ils sont occupés.

**Avoir besoin de plus de sommeil:**

Certains enfants ont besoin d’une bonne routine du sommeil pour être suffisamment reposés. Il y a des enfants qui ont besoin de plus de sommeil que d’autres. Mais quand il y a tant de choses à découvrir dans le monde et que l’on trouve tout si intéressant (comme chez la plupart des enfants de cinq ans), c’est très difficile d’aller dormir. Certains enfants ont de nouveau besoin de faire la sieste lorsqu’ils commencent de nouvelles activités comme partir en voyage ou changer d’école.

Pour les enfants le changement est une source de stress même lorsqu’il est positif. Dormir un peu plus longtemps peut les aider à passer ce cap.

**Avoir besoin de plus de contact physique avec un adulte:**

Certains enfants semblent avoir besoin de beaucoup de câlins pour les aider à être détendus. Lire des livres intéressants ou faire des jeux assis sur les genoux d’un adulte ou être porté ou cajolé peut aussi aider.

**Avoir besoin d’espace:**

Certains enfants se sentent submergés lorsqu’ils sont entourés d’autres. C’est pourquoi tant de problèmes arrivent à l’école durant les transitions: en rang pour aller manger, assis en rond pour le temps de l’histoire, etc. Les enfants tendent à se rapprocher lorsqu’ils sont excités plutôt que de se donner de l’espace.

Entraîne les enfants à partir à la fin de la queue ou à s’asseoir sur l’extérieur du groupe s’ils ont besoin d’espace, ou à demander calmement d’avoir plus de place.

Apprends aux enfants à se reculer et à mesurer l’espace entre eux avec leur bras tendu plutôt que de tous se bousculer pour être devant. Nous expliquons aux enfants que l’important c’est d’être en sécurité dans la queue et non pas d’être le premier (ce qui semble être très important pour les jeunes enfants et quelques adultes aussi!).

Aide l’enfant à planifier comment obtenir de la place à la table du déjeuner ou quand il est assis en groupe. Parles-en avec l’enseignant si tu trouves qu’il y a vraiment un problème et ensemble trouvez des stratégies pour que l’enfant puisse bouger vers plus d’espace sans perturber la classe.

***La sur-stimulation:***

Pour prévenir les crises, il faut le moins de stimulation possible. Essaye de changer le planning et de structurer la journée pour que les enfants aient moins d’activités, moins de jeux sortis en même temps et qu’ils puissent ralentir leur rythme. Réduit ou élimine l’accès à la télévision ou aux autres technologies pour que les enfants puissent passer du temps à être créatifs et à inventer leurs propres jeux. Si un enfant se plaint de s’ennuyer n’accours pas à la rescousse, encourage le à s’occuper tout seul et planifie de passer du temps seul à seul avec lui quand cela vous conviendra à tous les deux.

***La faim:***

Ne pas avoir assez de nourriture saine à manger peut aussi être un facteur déclencheur. Les enfants sont tellement pris par l’activité qu’ils oublient de manger et ne réalisent pas à quel point ils sont affamés. Ou alors ils se remplissent de sucreries qui ne les nourrissent pas vraiment. Avoir une stratégie en place pour être sûr que les enfants mangent de la nourriture saine avant de partir pour l’école, pendant la recréation, à midi et après l’école peut aider à réduire les crises.

**Un problème d’ordre médical ou psychologique.**

Chez l’enfant qui a peu de tolérance à la frustration et qui devient facilement destructif ou soudainement renfermé, mais qui n’a pas répondu aux autres stratégies, il peut être utile de le faire examiner pour rechercher un éventuel problème médical, psychologique ou neurologique. Même si l’enfant n’a pas de comportement agressif mais semble être en difficulté sans raison apparente, il est important de rechercher un éventuel problème.

Par exemple, ma fille de huit ans avait beaucoup de mal à apprendre à lire. Les visites médicales de routine ne montraient pas de problème particulier, mais une consultation chez l’ophtalmologue décela un problème de retard dans la coordination des yeux. Elle fût très soulagée de connaître la cause de ses difficultés en lecture. Après quelques mois de rééducation elle se mit à lire facilement et avec joie.

Une fois que tu as trouvé les déclencheurs possibles, expérimente avec un changement pour les éviter et voir si la situation s’améliore. Essaye d’alléger les journées, d’augmenter l’activité physique, de réduire les stimulations, d’ajouter un goûter, un bain, un câlin et une histoire du soir, un meilleur contrôle de la température corporelle, etc. Minimiser les déclencheurs ne va pas éliminer tous les incidents explosifs mais cela peut aider les enfants à avoir de meilleures chances de gérer leur comportement et de garder le contrôle.

## *3 Les enfants doivent apprendre à reconnaître et gérer les émotions et les actions qui conduisent à un comportement non sécuritaire.*

Pour aider l’enfant à comprendre, discute avec lui de ce qui se passe. Une maman parle des colères de son fils comme d’avoir “des émotions fulgurantes”, ce qui est une façon bienveillante et sans jugement de décrire ce qui arrive lorsqu’on se met soudainement en colère et que l’on dit ou fait des choses blessantes. Reconnais qu’il est normal d’être en colère ou frustré mais que l’on doit apprendre à ressentir ces émotions tout en restant en sécurité physiquement. Raconte lui les fois où tu t’es mis en colère et que tu as tapé ou donné des coups de pieds. Parle des personnages de livres qui ont eux aussi ce problème. Rejoue ces situations avec des jouets pour montrer le problème et ses solutions sécuritaires. Écris des livrets qui illustrent le comportement sur lequel l’enfant travaille. Enseigne aux enfants les habiletés nécessaires pour enrayer un comportement agressif. Donne-leur les moyens de se débarrasser de l’énergie agressive en toute sécurité. Tous les enfants bénéficient de pouvoir être actifs et d’apprendre de nouvelles choses tout en étant en sécurité émotionnellement et physiquement et en gardant le contrôle de leurs paroles et de leurs gestes. Le yoga par exemple, ou un programme d’arts martiaux adapté, peut être un moyen amusant pour s’entraîner à se recentrer et à utiliser son corps de manière puissante et pacifique.

Lorsque l’enfant est calme, apprends-lui les habiletés Kidpower comme une manière amusante d’être en sécurité avec les autres. Les enfants dès deux ans peuvent apprendre et utiliser ces habiletés avec succès.

***Le pouvoir - je me calme.*** Pour arrêter sa colère. L’enfant s’entraîne en faisant semblant d’être en colère puis en respirant calmement et profondément, puis en pressant ses paumes l’une contre l’autre, le dos bien droit. Rappelle lui d’utiliser le pouvoir je me calme dès qu’il commence à s’énerver en le guidant dans les gestes et en le félicitant même s’il n’y arrive que partiellement.



***Le pouvoir - bouche cousue chapeau pointu.*** Pour s’empêcher de dire quelque chose de blessant ou d’inapproprié. Les enfants les plus jeunes auront peut être besoin de s’entraîner en pinçant les lèvres et en mettant la main sur la bouche pour les aider à s’arrêter. Répéter en revivant une situation (par exemple d’avoir insulté un autre enfant) et de lui dire de se préparer à dire quelque chose de méchant et s’arrêter net. Tu peux imaginer toutes sortes de situations. Au début pratique plusieurs fois par jour. Pour qu’il aime répéter ces leçons, récompense ses efforts, par un gros câlin, un top là et en lui disant que tu es fier de lui.

**Le pouvoir - j’attrape mon pantalon ou ma jupe.** Pour s’empêcher de taper ou de faire du mal aux autres. Cela se fait en pressant les mains le long des jambes, ou en les mettant dans ses poches pour qu’il soit difficile de les sortir. Pratique avec des jeux de rôles. Au signal, ”j’attrape mon pantalon ou ma jupe” il met les mains le long du corps ou dans les poches. Récompense le d’avoir réagit de façon sécuritaire (Un tableau de récompenses peut être utile pour cela) et espace les récompenses au fur et à mesure qu’il gagne en contrôle de soi.

***Le pouvoir - je me déplace.*** Se déplacer vers un coin plus tranquille pour se calmer. Donne un espace calme à l’enfant à la maison, à l’école, etc. où il pourra se retirer et respirer, sauter sur place, serrer un coussin, tout ce qui l’aidera à se calmer loin des autres enfants qu’il pourrait blesser. Il faut un endroit accessible rapidement à ses adultes responsables pour pouvoir veiller sur lui et apporter leur soutien en cas de besoin.

**Le pouvoir - de partir**. Pour s’éloigner des problèmes. Pratiquer en faisant semblant d’être un enfant qui s’apprête à pousser ou à donner un coup sans le faire pour autant à l’enfant. Encourage l’enfant à s’éloigner en étant attentif, calme, respectueux et plein de confiance en lui. Utilise les pratiques comme une conséquence naturelle d’avoir fait de mauvais choix. On ne veut pas que les enfants qui ont du mal à agir de manière sécure se sentent mal mais c’est très important qu’ils comprennent les conséquences de leur comportement destructeur. Arrête un enfant agressif immédiatement et fermement avec un soutien aimant et un langage simple et clair:

“Quand tu me tapes j’ai mal, je me sens triste. Arrête de me frapper. Je t’aime beaucoup, tu es gentil. Entraînons-nous à t’empêcher de frapper.” Essayez d’utiliser le même langage simple chaque fois. Si un enfant frappe ou blesse quelqu’un la conséquence est de pratiquer à s’arrêter, de reconnaître les émotions qui ont conduit à l’incident, de revoir le plan pour gérer les émotions agressives et de pratiquer le plan ensemble.

## *4 Avoir un plan pour prévenir et gérer les crises pour chaque endroit fréquenté par l’enfant.*

Si tu as un enfant qui éprouve des difficultés à contrôler sa colère, anticipe les problèmes potentiels et prépare un plan d’action. Enseigner aux enfants comment se calmer lorsqu’ils sont en colère est une habileté qui leur sera utile pour le reste de leur vie.

Les enfants sont tous différents. Ce qui marche bien avec l’un sera différent avec un autre. Voici quelques suggestions spécifiques d’une enseignante de maternelle dont les enfants ont du mal à rester en sécurité avec leurs corps et leurs mots:

Créer un plan familial pour gérer les crises. Tu peux en avoir plusieurs, (un pour quand il est très triste, un quand il est frustré, etc.) ou même des plus spécifiques (comment gérer si quelqu’un prend ton jouet, comment gérer si quelqu’un t’insulte, etc.).

Décris ce qui se passe lors d’un incident étape par étape, puis décris ce qui doit se passer pour chaque étape. Aide l’enfant à créer un nouveau plan en disséquant les actions. Par exemple commence avec ce qui est arrivé: 1. Lara est en colère, 2. Lara frappe, 3. Son ami a mal. Maintenant recommence l’histoire en insérant les étapes à pratiquer: 1. Lara est en colère,

2. Lara prend deux grandes inspirations, 3. Lara tient son pantalon, 4. Lara demande de l’aide à l’adulte responsable, 5. L’adulte aide, 6. Lara se sent mieux, 7. Son amie aussi se sent mieux..

Au début il faudra vraiment simplifier les étapes, écris-les sur une grande feuille de papier avec des dessins, ou dans un petit livre ou sur des fiches.

Accompagne l’enfant sur le moment. Quand un problème commence incite l’enfant à suivre le plan. Au début tu ne seras peut être que capable de lui en parler puis revenir sur le plan plus tard une fois que l’enfant s’est calmé, mais petit à petit il sera capable de s’arrêter et de suivre son plan dans l’instant.

Passe du temps à travailler les étapes du plan, principalement les manières de se calmer. Aide l’enfant à identifier ses émotions, soit lorsqu’elles arrivent ou plus tard s’il s’en souvient. Par exemple il peut dire j’ai chaud ou je suis triste. Dessine cette émotion ou représente-la par un geste. (La tristesse pourrait être faire un visage triste ou mettre un doigt sur sa joue pour représenter une larme. Chaud pourrait être de secouer sa main devant son visage) Demande lui de faire le mouvement quand il ne peut pas nommer l’émotion. Plus vite il identifiera son émotion (avec ton aide) plus vous serez à même de la rediriger.

***Se préparer à gérer un comportement autoritaire.***

Parfois, les enfants qui ont du mal à se contrôler se mettent à faire la police auprès des autres enfants et même des adultes. Il est vrai que cela peut être ennuyeux, mais si tu te mettais à leur place, il te semblerait normal de rappeler les règles à tout le monde lorsque toi aussi tu essayes de les suivre. Il sera utile de lui rappeler qu’il n’est responsable que de lui même et qu’il doit suivre les règles pour lui et laisser les autres suivre les règles pour eux. Par contre s’il remarque un comportement dangereux, qu’il vienne vite le dire.

**Un exemple de réussite et quelques stratégies pour faire un plan pour gérer les colères.**

L’histoire de Sam qui, au début de la maternelle, avait des problèmes de comportement. Sam apprit à identifier ses émotions juste avant une colère (même si auparavant les colères semblaient venir de nulle part). Avec ses parents et son enseignante il développa un indice pour marquer où en était son thermostat intérieur. Sam voulait se sentir juste bien. Il montrait sur sa poitrine à gauche, où c’est froid, il se sentait triste et à droite, où c’est trop chaud, il était en colère. Au milieu, c’était juste comme il faut. Une fois l’émotion identifiée, Sam apprit des stratégies pour remettre le thermostat au milieu. S’il avait trop chaud, il pouvait partir avec un adulte pour courir autour de la cour pour se calmer ou aller boire un verre d’eau fraîche, ou sauter vingt fois de suite pour se débarrasser de son trop plein d’énergie. S’il avait trop froid, il pouvait avoir besoin d’un câlin de l’enseignante, de tenir sa main un moment ou de câliner une peluche. Sam apprit aussi à bien respirer sur le moment, à tenir ses mains pour s’empêcher de taper et à partir au calme pour avoir de la place et être en sécurité avec son corps.

Il commença à s’amuser et à avoir moins de problèmes à l’école.

## *5 Connaitre et contrôler ses propres déclencheurs émotionnels.*

Nous voulons que nos enfants soient heureux. Toutefois notre travail d’adulte n’est pas d’avoir nos enfants heureux à tout prix mais de les garder en sécurité et de les aider à apprendre et à grandir. Tout en sachant cela au plus profond de nous, il nous est difficile de ne pas prendre personnellement les choses négatives qu’un enfant défiant ou en colère peut faire ou dire.

Si tu te trouves irrité par le comportement d’un enfant souviens-toi qu’il te faut contrôler tes sentiments avant de pouvoir être capable de gérer l’enfant en toute sécurité physiquement et émotionnellement. Les enfants sont très sensibles aux adultes qui projettent des sentiments ambivalents, de la rancune répressée ou de la culpabilité. Si besoin est, mets tes sentiments négatifs de côté pour les adresser plus tard et applique-toi à comprendre le point de vue de l’enfant tout en posant les limites nécessaires à son comportement. Si tu as des problèmes avec le comportement d’un enfant en particulier, examine tes propres émotions plutôt que de souhaiter qu’elles disparaissent. Parler de son irritation ou de sa frustration en privé avec un autre adulte peut souvent nous aider à mettre les choses en perspective.

Si tu as le sentiment que tu ne peux pas supporter le comportement de l’enfant envisage une aide professionnelle le plus tôt possible. Lorsque le comportement d’un enfant conduit à l’épuisement et au conflit permanent quelques sessions de thérapie par le jeu ou de thérapie familiale peuvent donner à chacun les outils pour changer un comportement difficile en une opportunité pour grandir.

## *6. Être un leader adulte puissant et respectueux lorsque tu t’occupes d’un enfant hors de contrôle.*

Il faut arrêter immédiatement un enfant au comportement dangereux ou destructeur. Il a aussi besoin de voir l’adulte prendre la sécurité en charge de manière calme, respectueuse et ferme. Il est normal de ressentir de la frustration, de la colère, de la peur ou de l’embarassement lorsque l’on fait face à un enfant hors de lui. Mais si les adultes font honte à l’enfant ou ont un comportement blessant envers lui, ils modèlent exactement l’opposé de ce que l’on doit faire pour contrôler des émotions négatives. Il faut montrer à l’enfant que quelque soient tes émotions tu peux garder le contrôle de ce que tu fais et dis parce que son bien être es important pour toi. Alors respire profondément et garde ton calme.

Préviens les problèmes en restant près des enfants qui ont du mal à être en sécurité avec leurs mots ou leurs gestes pour pouvoir intervenir rapidement et gérer un problème avant qu’il n’escalade. Soit prêt à réagir rapidement et sécuritairement verbalement et physiquement en :

* utilisant des mots simples d’une voix ferme, directive et sans crier. Dis  « pose ça », « arrête de mordre », « arrête de taper ».
* restant assez près pour enlever un jouet qui va être lancé, ou arrêter la main qui va taper.
* se plaçant entre deux enfants qui ont du mal à rester en sécurité lorsqu’ils sont ensemble.

Certains enfants entendent un chuchotement plus facilement qu’une voix forte. En cas d’urgence par contre sois prêt à être énergique. Si un enfant est sur le point de courir dans la rue crie « ARRÊTE » et attrape l’enfant par la main au besoin. Si l’enfant fait une grosse colère fais de ton mieux pour l’aider à se calmer tout en gardant les autres en sécurité. Fais en sorte que l’enfant soit dans un lieu sûr où il ne peut ni se blesser ni blesser les autres. Empêche-le de faire quoi que ce soit de dangereux. Même si l’enfant ne comprend pas les mots, parle-lui d’une voix calme, rassurante, dis-lui « Je suis là, je vais aider tout le monde à rester en sécurité ». Le message doit être « Je m’inquiète pour toi. » Pas « Tu es méchant ». Lorsque l’enfant est assez calme pour répondre donne-lui des instructions claires d’une voix chaude et calme pour l’aider à se recentrer et communiquer ta sollicitude.”Voici un mouchoir pour moucher ton nez, tiens, bois de l’eau, allons à la salle de bain laver ton visage.” Si l’enfant est en âge de comprendre, reviens sur l’incident lorsqu’il est calme pour comprendre ce qui c’est passé et trouver des solutions pour mieux gérer la prochaine fois et l’empêcher de se mettre dans un tel état. Ne jamais en parler de façon dénigrante. A la place raconte des histoires, pratique des habiletés et planifie des stratégies en suivant les exemples ci-dessus. Ne restreins jamais l’enfant physiquement à moins que tu aies l’habitude de le tenir dans tes bras en temps normal ET que tu sois émotionnellement centré. Même si c’est ton propre enfant, sois ferme mais doux dans la façon de le tenir de manière à le garder en sécurité sans trop le serrer ni lui faire mal. Si tu dois être proche physiquement d’un enfant en colère, protège ton corps pour éviter les coups de tête et les bras et les pieds qui s’agitent en tout sens.

## *7. Professionnels de la petite enfance et enseignants: Si tu es responsable des enfants des autres, prépare un plan et demande la permission.*

Mets-toi d’accord avec les parents et/ou tes supérieurs pour la marche à suivre en cas de problème de comportement et ce que tu es ou n’es pas autorisé à faire. Rappelle-toi un principe Kidpower pour poser des limites : Les problèmes ne doivent pas être secrets et demande jusqu’à ce que tu obtiennes de l’aide. Si un enfant que tu gardes a un comportement destructeur, préviens immédiatement tes supérieurs et les parents de l’enfant.

* Remarque les problèmes dès le début, avant que tout n’explose, travaille avec les autres employés, les parents et si possible l’enfant pour établir un plan et arrêter les problèmes aussitôt que possible.
* Sois attentif, remarque les signes annonciateurs de danger et interviens en redirigeant l’enfant fermement et avec bienveillance dans une autre activité chaque fois que c’est possible. Au lieu d’énumérer ce que l’enfant peut et ne peut pas faire, concentre toi sur ce qu’il peut faire et offre les choix possible avec enthousiasme.
* Soit prêt avec un plan pour garder les autres enfants en sécurité pendant que tu t’occupes de l’enfant qui a besoin d’aide.

Différentes personnes ont des niveaux d’expérience et de formation différents au sein d’un même établissement. Il va donc de soi qu’ils ont des niveaux de permission différents. Avant de prendre charge des enfants assure-toi de connaitre les règles pour contenir un enfant qui a un comportement destructeur ou défiant.

Assure-toi que ton établissement a un plan clair expliquant qui a quelles permissions et quelle est la marche à suivre en cas de perte de contrôle potentiellement dangereuse d’un enfant. Quels outils de prévention peux-tu utiliser? Que dois-tu faire pour garder les enfants en sécurité lors d’une colère d’un de leur camarade? A qui peux-tu demander de l’aide? Comment appeler à l’aide? Que faire si la personne n’est pas là? Comment rapporter ce qui est arrivé?

**En conclusion**, les enfants ont besoin de savoir que toutes leurs émotions sont acceptables et normales, même la colère. Tout le monde se met en colère à un moment donné et a envie de faire des choses blessantes. En tant qu’adultes nous pouvons aider les enfants à apprendre à contrôler ce qu’ils font et disent même s’ils sont très en colère ou contrariés à ce moment là. C’est une habileté de vie exceptionnelle que de savoir reconnaître que l’on est en colère, de contrôler cette émotion de manière positive et d’agir sécuritairement quel que soit notre ressentit intérieur.