

QUAND UN ENFANT A UN COMPORTEMENT VIOLENT À LA MAISON



pour les
femmes

Lorsqu'un de vos enfants fait preuve de conduite agressive contre vous ou d'autres enfants dans votre foyer... qu'il s'agisse d'injures, de menaces ou de violence physique... vous ne devez jamais hésiter à affronter ce problème.

À cause de la période difficile que vient de traverser l'enfant auprès de votre ex-conjoint, vous pourriez être tentée d'ignorer ou d'excuser ses incartades. La vérité est que cette manière d'agir est toujours inacceptable.

Dès que vous remarquez ce comportement marqué de violence verbale ou physique, vous devez commencer immédiatement à aider votre enfant parce que :

- ce comportement est malveillant et irrespectueux, et il n'est absolument pas excusable
- ce comportement est malsain pour vos autres enfants
- si ce comportement persiste à l'école ou dans le cadre de fréquentations avec une jeune personne de l'autre sexe, votre enfant éprouvera des difficultés sérieuses, comme une expulsion de son école ou des accusations criminelles

Vous devez vous en occuper sans délai

Si vous constatez ou observez que votre enfant fait preuve de violence verbale ou physique ...

- ne vous laissez pas influencer par ses menaces ou ses demandes
- ne réagissez pas d'une manière violente (par ex. en lançant des insultes, en le frappant)
- ne prétendez jamais qu'il n'y a aucun problème; votre enfant doit apprendre que la violence n'est pas acceptable
- dites à l'enfant que, tous les deux, vous avez besoin de vous éloigner un peu pour reprendre votre calme
- dites à l'enfant que vous lui parlerez un peu plus tard

Un peu plus tard...

- trouvez un moment propice pour parler calmement à votre enfant
- validez ses sentiments en lui disant quelque chose comme « Tu étais fâché(e) contre moi parce je ne voulais pas que tu regardes ce film »
- faites un lien entre sa mauvaise conduite et le comportement violent qu'il ou elle a observé dans le passé
- expliquez clairement pourquoi ce genre de comportement est mauvais (par ex. ce n'est PAS acceptable d'insulter des gens, même quand on est en colère)
- déclarez explicitement qu'il y aura des conséquences si ce comportement violent se répète plus tard (et soyez convaincante)

Si l'enfant répète son comportement violent...

- recommencez les étapes énumérées précédemment et appliquez la conséquence prévue
- n'oubliez pas de rester calme et d'expliquer clairement que cette conséquence est due au fait que le comportement violent est inacceptable
- soyez constante et cohérente; réagissez chaque fois que l'enfant est violent
- trouvez, près de chez vous, un service de counselling approprié



- si l'enfant est âgé de 12 ans ou plus,
- si l'enfant vous frappe ou menace de vous maltraiter,
- si vous avez essayé sans succès les autres techniques mentionnées ci-dessus, et
- si vous êtes inquiète au sujet de votre propre sécurité ou de celle des autres enfants, **vous devez appeler la police**

Comment faire face à la colère

La colère est une émotion. Elle n'est ni bonne ni mauvaise. Dans certaines situations, tout le monde a tendance à se fâcher.

Il y a des gens, y compris bon nombre d'enfants, qui croient que la colère cause la violence. Par conséquent, ces personnes pourraient craindre d'exprimer leur colère. Pour d'autres, leur colère se manifeste très mal, c'est-à-dire en criant, en lançant des injures ou en posant des gestes violents. Dans un cas comme dans l'autre, il est important d'intervenir :

- en laissant savoir à l'enfant que c'est acceptable d'éprouver des sentiments de colère
- en l'aidant à identifier chaque sentiment par son nom comme, par exemple, la colère
- en exprimant votre propre colère sans offenser les autres (par ex. en expliquant pourquoi vous êtes fâchée)
- en lui montrant des façons de se fâcher qui ne font pas tort aux autres

Voici des paroles qui pourraient être utiles...

« C'est okay de ressentir de la colère, mais ce n'est jamais okay de frapper quelqu'un. »

« Tu sembles fâché(e). Tu devrais prendre une bonne respiration et puis souffler tout l'air. Encore une fois. Très bien, maintenant sers-toi de très propres mots pour m'aider à comprendre ce qui ne va pas. »

« Je me suis fâchée lorsque l'aspirateur est tombé en panne. J'ai appelé grand-maman et je lui ai raconté que j'étais de mauvaise humeur. Elle m'a dit que nous pouvions emprunter son aspirateur pour faire le ménage. »