

QUELQUES FAÇONS D'AIDER LES ENFANTS QUI SE FONT AGACER

Voici quelques façons de réagir ou de répondre aux enfants qui agacent les autres. Elles sont tirées en partie du site Children's Medical Office.

Ignorer les commentaires

L'enfant qui réagit aux commentaires par les larmes ou la colère nourrit celui qui l'agace en confirmant qu'il a ainsi touché une corde sensible. Garder son sang froid, faire comme si l'on n'est pas touché, s'éloigner de l'assaillant sont des solutions d'évitement. Elles fonctionnent à court terme mais à long terme, cette approche n'est pas la bonne. L'essayer à quelques reprises avant de passer à autre chose.

Rendre son enfant plus fort

La visualisation

La visualisation rend l'enfant plus fort en lui procurant une image de protection contre les mauvaises langues. Inviter l'enfant à s'imaginer entouré d'une grosse bulle blanche qui fait rebondir tous les commentaires négatifs. L'enfant peut également s'imaginer recouvert d'une armure de protection où les flèches tombent par terre sans n'avoir eu d'effet.

Modifier les pensées de l'enfant face aux commentaires

Préparer l'enfant à répondre dans sa tête aux agaceries des autres.

L'aider à se dire les phrases suivantes:

«A-t-il raison de penser cela de moi?»

«Est-ce qu'il vaut la peine d'être écouté?»

«Ce qu'il dit est-il intelligent?»

«Laquelle des opinions est la plus importante, la sienne ou la mienne?»

Répondre aux agaceries

Répliquer par un compliment

Pourquoi ne pas changer les agaceries en compliments?

«Tu es une Chinoise.»

«Merci d'avoir remarqué.»

«Tu es adopté.»

«Tu as déduit cela tout seul!»

«Tu as les yeux bridés.»

«Tu as un bon sens d'observation!»

«Tu es un nègre.»

«Je vois que tu as remarqué que je suis noir.»

Reconnaître les faits décrits

«Tu es une Chinoise.»

«Oui, je suis d'origine chinoise.»

«Tu es adopté pis pas moi.»

«Oui, je suis adopté et pas toi.»

Montrer de l'indifférence

«Tu es adopté.»

«Pis.»

Répliquer en affirmant ce qu'il a ou ce qu'il est par rapport à l'objet des agaceries.

Exemple: «Tu as les cheveux de velcro.»

«Oui, les tiens sont droits.»

«Tu es une Chinoise.»
«Tu as les yeux bridés.»
«Tu es adopté.»

«Tu es blanc.»
«Tu as les yeux ronds.»
«Tu n'es pas adopté.»

Parler en «Je»

Comme pour chacun d'entre nous, apprendre à s'exprimer en «je», permet normalement d'affirmer positivement ses besoins.

Débuter l'affirmation en mentionnant ce qui cause un ennui:

«Quand tu me traites de Chinoise.»
Exprimer ce que ça nous fait vivre:
«Je n'aime pas ça, ça me rend triste.»
Demander ce que l'on a besoin:
«J'aimerais que tu arrêtes.»

Malheureusement, cette approche ne fonctionne que lorsque la personne réceptrice fait preuve d'empathie et veut mieux comprendre l'autre, ce qui n'est pas nécessairement le cas quand on se fait agacer. Cette démarche est plutôt utilisée en présence d'une personne qui tente de gérer le conflit.

Préparer l'enfant aux attaques

Une personne préparée est moins portée à avoir de la peine. Préparer l'enfant en l'aidant à trouver des réponses aux commentaires désobligeants. S'amuser sans limiter l'imaginaire puis garder les meilleures répliques. Prendre le temps de trouver des réponses qui clouent le bec ou qui transforment la méchanceté en humour.

S'exercer afin de mieux intégrer les réponses.

Ne pas oublier que l'humour est une arme très efficace. Si la situation devient trop difficile pour l'enfant, l'inviter à vous en parler ou à en parler à un professeur. Le rassurer que vous ne ferez rien sans son accord. Les enfants craignent parfois l'implication de leurs parents et préfèrent ne rien leur dire.