



Coin des parents

Vivre avec un enfant qui a un trouble d'opposition avec provocation ou un trouble des conduites

Geneviève Gosselin¹

L'adolescence est une période fertile de changements et d'effervescence. Pour certains parents, cette transition peut occasionner des tensions et des difficultés à adapter leur autorité envers un jeune qui évolue. En grandissant, les adolescents ressentent le besoin d'acquérir une plus grande autonomie. Ce besoin d'affirmation est sain et normal, mais il devient problématique lorsqu'une confrontation des règles parentales et sociales s'installe et devient graduellement systématique. Dans certains cas, cette contestation est telle qu'on parle de trouble d'opposition ou de trouble des conduites. Que doit faire un parent d'un jeune qui présente une telle dynamique ?



Le trouble d'opposition avec provocation (TOP) se caractérise essentiellement par des comportements hostiles, colériques, irritables et une attitude négative principalement envers les figures d'autorité (Steiner et Rensing, 2007). Le jeune qui présente ce trouble se démarque par sa tendance à être colérique, à défier ouvertement l'autorité, à refuser de suivre les règles ou par sa tendance à vouloir se venger de ce qui lui apparaît être des injustices. Parfois, ces comportements ne sont observés qu'à la maison.

Le trouble des conduites (TC) se distingue quant à lui par son intensité et la gravité des gestes. Ceux-ci peuvent prendre la forme d'agression envers les personnes ou les animaux, de destruction de biens, de fraude, de vol ou de violations graves de règles (APA, 2013). Ces jeunes s'engagent graduellement dans des comportements délinquants (violence, intimidation, vols, mensonges, alcool, drogues, etc.), se déresponsabilisent de leurs gestes (« ce n'est pas ma faute ») et tendent à s'affilier avec des pairs déviants (Déry, Lapalme, Toupin, Verlaan et Pauzé, 2007).

Ces comportements peuvent être observés chez beaucoup d'adolescents, sans qu'on parle pour autant de TOP ou de TC. Ce qui différencie ces troubles du cheminement « normal », c'est la fréquence, l'intensité, la durée des comportements probléma-

tique, le fait qu'ils se maintiennent malgré les interventions mises en place et les répercussions négatives observées dans plusieurs sphères de vie (scolaire, familiale et sociale). Ces problèmes de comportement ne sont pas sans rappeler « le terrible two », où l'enfant s'opposait systématiquement aux consignes et défiait l'autorité. Cette similitude s'appuie sur une quête légitime d'autonomie, d'indépendance et un désir de se forger une identité qui lui est propre (Rhule, Vitaro et Vachon, 2004). Alors qu'à deux ans l'enfant est encore très dépendant de ses parents, à l'adolescence, l'influence des amis prend davantage de place. Il devient alors plus ardu pour le parent de conjuguer avec ces comportements perturbateurs. Que cela ne tienne, il existe heureusement des moyens de retrouver un peu de quiétude et d'harmonie au sein de la famille.

Un encadrement constant

Même si l'adolescent crie haut et fort à l'injustice, il est essentiel de maintenir un encadrement parental adéquat et constant. Les règles et les conséquences doivent être claires, fermes et appliquées de la même manière. L'idée n'est pas de restreindre l'adolescent dans le développement de son autonomie, mais plutôt de mettre en place des balises adaptées à son âge. Cela va favoriser son sentiment

de sécurité envers sa famille et augmenter la crédibilité des parents quant à leur autorité. Tous les parents doivent viser à être constants et cohérents, mais encore plus pour ceux qui vivent avec un adolescent qui présente un TOP ou un TC.

Des règles prédéterminées

À l'adolescence, le jeune acquiert une plus grande conscience de son environnement. Cela lui permet de redéfinir la validité des règles parentales instaurées et de participer à l'établissement de nouvelles balises. Lorsque les règles sont établies à l'avance par les parents et l'adolescent, cela laisse peu de place à la négociation, ce qui contribue à maintenir l'équilibre de l'autorité parentale. Les règles instaurées ne doivent pas faire l'objet de discussions sans fin, surtout avec un adolescent dont l'opposition est volontaire et qui a souvent pour objectif de tester les limites fixées.

Un milieu familial stable diminuera les comportements d'opposition chez l'adolescent. Lorsque celui-ci fait de nouvelles demandes pour lesquelles il n'y a pas de règles, mieux vaut prendre un temps de réflexion et revenir plus tard avec la réponse. Répondre sous la pression du moment risque d'engendrer une négociation qui peut tourner au vinaigre ou de « créer un précédent » qu'il sera difficile de modifier.

1. Étudiante au baccalauréat en psychoéducation, Université Laval.

L'importance de gérer ses propres émotions

De plus, il importe que les parents ne se laissent pas submerger par les émotions lors d'un conflit avec leur adolescent. Cela pourrait résulter en des punitions spontanées trop sévères et injustes, qui, une fois la tension redescendue, devraient être reconsidérées à la baisse par le parent. Ce manque de constance ne ferait qu'exacerber le sentiment d'injustice chez le jeune et diminuerait la crédibilité de l'autorité parentale. Il viendrait également renforcer l'adolescent dans sa perception qu'il est possible de faire changer les règles à la condition d'être assez insistant. Il est préférable, lors de moments conflictuels, de se retirer, d'attendre que la poussière retombe et de revenir sur la situation problématique calmement pour en discuter avec son enfant.

L'importance des rétroactions

On peut également réussir à diminuer substantiellement les comportements problématiques en appliquant la méthode des récompenses/conséquences. Elle consiste dans un premier temps à renforcer les comportements positifs, soit quand le jeune fait une bonne action, respecte bien les règles ou ne perturbe pas négativement le climat familial. On peut alors renforcer ces comportements adéquats par des félicitations, des récompenses ou des permissions spéciales. Par exemple, un jeune qui est assidu dans ses études durant toute la semaine pourrait se voir octroyer la possibilité de sortir avec ses amis le vendredi soir.

Ces récompenses doivent par contre être établies à l'avance afin de demeurer constant face aux règles en vigueur. Dans une relation marquée par les conflits, comme peuvent l'être les relations avec un jeune qui présente un trouble de comportement, il faut parfois faire un effort pour identifier

les comportements positifs. Il faut chercher les comportements qui sont positifs par rapport à son comportement habituel, plutôt que de le comparer à des jeunes qui n'ont pas de telles difficultés, car la comparaison amène souvent à conclure que le jeune ne mérite pas de félicitations. Il faut également se demander quels types de renforcement sont les plus appropriés pour le jeune. Souvent, les adolescents qui présentent ces caractéristiques apprécient peu les félicitations publiques et peuvent y réagir négativement. Un commentaire positif en privé sera souvent mieux reçu.

Par ailleurs, on peut diminuer les comportements inappropriés en appliquant des conséquences. Les conséquences doivent d'être appliquées d'une manière constante et uniforme. Si une règle n'est pas suivie, il faut mettre en place la conséquence qui avait été annoncée, peu importe la réaction de l'adolescent. Il n'est pas facile d'appliquer des conséquences, d'où l'importance de prendre le temps de les choisir avant de les annoncer. Lorsqu'une conséquence est annoncée sous le coup de l'émotion, il est plus risqué que celle-ci soit démesurée ou difficilement applicable.

Dans un cas comme dans l'autre, le parent sera tenté de la laisser tomber. Il est important de mentionner que l'application des conséquences annoncées est fondamentale. Celles-ci doivent être logique et en lien avec le manquement (ex. reprendre le temps du retard lors d'une sortie sur la prochaine sortie ou exiger des excuses sincères après avoir envoyé paître un des parents). Un piège serait de ne pas donner de conséquences dans l'espoir de préserver une relation harmonieuse. Pour un jeune qui présente un TC ou un TOP, l'ignorance de ses attitudes inadéquates n'est pas souhaitable; il a besoin de cadres clairs.

Donner l'exemple

Les parents ne peuvent prétendre avoir une crédibilité et être cohérent face à leur adolescent s'ils ne souscrivent pas eux-mêmes aux règles établies. Comment faire accepter des règles de politesse à un adolescent si l'adhésion envers celles-ci n'est pas inclusive à tous les membres de la famille. Le respect doit être bidirectionnel. En servant de modèle positif, les parents contribuent à instaurer au sein de la famille de bonnes habitudes de vie sociale et de respect mutuel.

Conclusion

Être un parent n'est pas toujours facile et ce rôle est encore plus exigeant lorsque l'enfant présente des troubles du comportement. Le rôle du parent est toutefois très important. Les adolescents ayant des comportements d'opposition ou délinquants peuvent se sentir incompris. Ils sont sujets à vivre des difficultés émotionnelles, sociales ou scolaires. Le soutien du parent demeure primordial, peu importe la nature des conflits qui s'expriment dans la famille.

Le parent doit conserver des moments de qualité avec son enfant, lui démontrer qu'il a confiance en lui, encourager ses succès, le responsabiliser face à ses actes et réussir à préserver une complicité et une authenticité dans la relation. Ce faisant, l'adolescent sera plus à l'aise de se confier, de parler de ses problèmes, se sentira moins seul et ce besoin de confronter, de défier l'autorité, aura tendance à diminuer. Compte tenu de ces défis, il est nécessaire que le parent demande du soutien que ce soit auprès de groupes de parents ou en consultation, même si le jeune ne veut pas y participer. ■

Mots-clés : TDAH, trouble d'opposition avec provocation, trouble des conduites, encadrement parental.

Références

- American psychiatric association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5^e éd.)*. Arlington, VA: American psychiatric publishing.
- American Academy of Child and Adolescent. (2007). Practice parameter for the assessment and treatment of children and adolescents with oppositional defiant disorder. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 46(1):126-141 doi: 10.1097/01.chi0000246060.62706.af.
- Brestan, E. et Eyberg, S. (1998). Effective psychosocial treatments of conduct-disordered children and adolescents: 29 years, 82 studies and 5272 kids. *Journal of clinical Child psychology*, 27(2), 180-189 doi: 10.1207/s15374424jccp2702_5.
- Déry, M., Lalapalme, M., Toupin, J., Verlaan, P. et Pauzé, R. (2007). Hétérogénéité des troubles du comportement au primaire et perceptions de la situation sociale et familiale des élèves. *Revue des sciences de l'éducation*, 33(1), 109-126.
- Fonagy, P., Butler, S., Goodyer, I., Cottrell, D., Scott, S., Pilling, S.,... Haley, R. (2013). Evaluation of multisystemic therapy pilot services in the Systemic Therapy for At Risk Teens (START) trial: study protocol for a randomised controlled trial. *Trials*, 14(265), 1-19 doi: 10.1186/1745-6215-14-265.
- Rhule, D., Vitaro, F. et Vachon, J. (2004). La prévention des problèmes de comportement chez les enfants: le modèle de Fast Track. *Revue de psychoéducation*, 33(1), 177-203.
- Steiner, H. et Remsing, L. (2007). Practice parameter for the assessment and treatment of children and adolescents with oppositional behaviors. *American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 46(1), 126-141.
- Van Ryzin, M. et Dishion, T. (2012). The impact of a family-centered intervention on the ecology of adolescent antisocial behavior: Modeling developmental sequelae and trajectories during adolescence. *Development and Psychopathology*, 24(2), 1139-1155 doi: 10.1017/S0954579412000582.