

# Trouble d'opposition

## En quelques mots

Le trouble de l'opposition est caractérisé par un refus de la personne d'obéir à une consigne qui lui déplaît. Elle peut alors faire preuve soit d'opposition:

- Passive: Semble accepter la consigne, mais omet volontairement d'y donner suite.
- Active: Crie, frappe, lance les objets ou défie par un « non » en fixant dans les yeux.
- Passive-agressive: Semble se conformer à la consigne, mais brise des choses ou blesse autrui « accidentellement » en cours d'action.
- Avec provocation: Une humeur colérique et irritable, un comportement querelleur et provocateur, un esprit vindicatif. Défie volontairement l'adulte dans le simple but de le faire réagir.

## Pour mieux me connaître

- Je refuse systématiquement de me plier à vos demandes ou à celles d'une autre figure d'autorité.
- Je tiens tête constamment et je me moque des conséquences et des punitions.
- Je peux réagir par des crises de larmes importantes.
- Je peux réagir avec une certaine violence (lance ou brise des objets, crache, etc.)
- Je provoque souvent. Par exemple, j'utilise de gros mots pour faire réagir ou je brise volontairement une règle pour provoquer votre réaction ou votre colère.
- Je peux faire des crises qui augmentent en fréquence et en intensité.
- Je cherche à me venger en vous faisant payer ce que vous m'avez imposé ou ce qui me déplaît.

## Trucs pour bien m'intégrer

### Rapport à l'autorité

« Quand je m'oppose, je cherche à tout prix à avoir raison (lutte de pouvoir). »



TRUCS : Quand vous faites une demande, comptez jusqu'à 3 pour que la personne s'y conforme. Si elle ne le fait pas après ce délai, coupez les ponts (cessez d'interagir avec elle quelques minutes). Demeurez calme, mais ferme, et en contrôle de vos émotions (concentrez-vous sur votre respiration lente et profonde!). Surtout,

n'argumentez pas!

### Demande ou consigne

« J'ai besoin de sentir que j'ai le choix (besoin de contrôle). »



TRUCS : Quand vous faites une demande, offrez-lui deux possibilités. La personne aura le sentiment qu'elle peut choisir, ce qui diminue le risque qu'elle entre dans un cycle d'opposition. On préserve ainsi la relation (IMPORTANT!). Maintenez vos deux choix, ne les modifiez pas en cours d'intervention.

### Relation avec l'animatrice.teur

« Même si je m'oppose parfois, même si je me montre colérique, susceptible ou désintéressé.e, j'ai besoin de me sentir apprécié.e et rassuré.e. »



TRUC : Il est primordial de prendre du temps pour développer une relation significative avec la personne qui s'oppose. Cela demandera sûrement du temps et de la patience, mais donnera de meilleurs résultats. Plus le lien sera positif, plus la personne hésitera à s'opposer. Profitez du moment où elle n'est pas en opposition

pour construire votre lien avec elle.

### Relation avec les autres

« J'éprouve souvent de la difficulté dans mes relations avec les autres. Je peux dénigrer, chercher à faire réagir, bref, me montrer désagréable. »



TRUCS : Il est important de ne pas accepter ce genre de comportement (pour la personne elle-même et pour le reste du groupe). Exigez le respect de toutes et de tous dans votre groupe (en paroles et en gestes). Aidez la personne opposante à prendre sa place positivement dans le groupe. Permettez-lui de changer la perception

que les autres ont d'elle en lui confiant des responsabilités ou des rôles dans lesquels elle sera à son meilleur. Faites ainsi ressortir ses forces.

## Valorisation

« Comme je cherche l'attention en quelque sorte, il est important de m'en donner au bon moment. »



TRUCS : Prenez l'habitude de donner de l'attention positive à la personne quand elle est tranquille ou adopte un comportement agréable (fait ce qu'on attend d'elle).

Attention de ne pas « trop » le féliciter pour son bon comportement ou de le féliciter devant les autres, car cela pourrait avoir pour effet d'engendrer de l'opposition! Un clin d'œil, une tape sur l'épaule, un sourire, un «bravo!» peuvent suffire!

## En activité

« Comme toutes les personnes de mon âge, j'adore m'amuser, mais je peux parfois refuser de jouer ou bien perdre le contrôle de mes émotions pendant une activité. »



TRUCS : Assurez-vous que les consignes sont claires et connues de tous, que l'activité est bien structurée et bien encadrée (soyez présent.e). Encouragez la participation de la personne qui refuse de participer. Montrez-lui que sa présence est importante. Participez avec elle... Privilégiez des activités qui ne sont pas trop compétitives. Le plaisir doit être le but principal.

## Féliciter différemment

«En acceptant les félicitations, je me sens ensuite obligé.e de bien me comporter alors que je déteste me montrer conciliant.e ou être perçu comme conciliant.e. »



TRUCS : Féliciter discrètement, en privé et non en présence des autres. Féliciter avec un léger délai plutôt que directement au moment même où cela se passe. Féliciter brièvement, en faisant autre chose, sans regarder directement dans les yeux (moins confrontant pour l'enfant/ado opposant). Surprenez-la (il vient de faire un truc positif sans que vous ne lui ayez demandé) !

## Garder en tête

- L'argumentation est le carburant qui maintient en vie le cycle de l'opposition. Arrêtez l'argumentation, vous arrêtez l'opposition.
- La personne va souvent chercher de l'attention négative par son opposition, là où elle n'arrive pas à obtenir de l'attention positive.
- Félicitez-la différemment