

Chapitre 15

Identifier les problèmes de comportement

Quand la déficience intellectuelle s'accompagne de problèmes émotionnels ou de comportement, le défi de la vie quotidienne pour l'enfant, sa famille et l'école ou l'établissement qui s'occupent de lui est encore plus difficile.

Les problèmes de comportement deviennent alors une grave préoccupation, peut-être la plus grave pour les parents d'enfants qui ont des besoins spéciaux. Et, comme beaucoup de parents nous l'ont dit, ces problèmes sont souvent une cause d'anxiété et de stress quotidiens bien plus grande que l'incapacité intellectuelle elle-même.

Les problèmes de comportement ne sont pas rares chez les enfants qui ont des retards de développement. Même à l'âge de 3 ans, ils ont environ trois fois plus de risque que leurs pairs sans difficulté d'avoir des problèmes de comportement graves. S'ils ne sont pas traités, les problèmes de comportement vont probablement persister et empirer au fil du temps.

Modifier les comportements qui posent problème est loin d'être simple. Certains syndromes génétiques sont souvent associés à des problèmes de comportement qui sont difficiles à faire évoluer. Mais en réalité, n'importe quel retard intellectuel rendra l'apprentissage de "comportements convenables" – comme l'apprentissage de tout le reste – très difficile.

Alors, oui, changer des comportements qui posent problème est loin d'être simple. Comme beaucoup de parents, vous avez déjà probablement essayé, sans réussite, et vous n'êtes pas sûr de vouloir recommencer. Cependant, la tentative que nous vous proposons pourra peut-être s'avérer très positive pour vous, comme elle l'a été pour beaucoup d'autres parents qui utilisent désormais l'approche décrite dans ce chapitre et les chapitres suivants. Cela n'a pas été facile pour eux mais ces parents ont réussi à réduire les troubles du comportement de leurs enfants, et vous le pouvez aussi.

Comme les autres chapitres de ce livre, celui-ci doit être adapté et utilisé de la façon que vous déterminerez comme ayant du sens pour votre enfant. Nous ne prétendons pas offrir des solutions spécifiques pour tous les cas, ce qui serait impossible. Nous vous proposons une approche générale pour observer et limiter les troubles du comportement, afin de vous donner un mode d'emploi pour aider votre enfant.

IDENTIFICATION DU COMPORTEMENT A PROBLEME

Votre première tâche sera d'identifier exactement les comportements à problème de votre enfant. Comme vous allez le voir, ce n'est pas aussi facile que ça en a l'air. Il se peut que votre enfant ait des problèmes évidents comme mordre, hurler ou fuguer. De tels comportements sont généralement tout à fait faciles à définir. Mais votre enfant peut aussi avoir des difficultés plus subtiles : pleurer quand vous le laissez, errer sans but, refuser de suivre des instructions ou refuser d'obéir. Voyons comment définir des comportements à problème

D'après notre expérience, il est intéressant de classer les problèmes de comportement en trois catégories : les comportements qui interfèrent ou gênent les apprentissages ; les comportements qui interfèrent ou gênent des compétences déjà acquises, et les comportements qui sont perturbateurs pour la famille ou nuisibles pour l'enfant.

Comportements qui interfèrent ou gênent les apprentissages

Hélène hurle et repousse le matériel chaque fois que ses parents essaient de lui apprendre à identifier des images. Le problème de comportement a plus de probabilité d'intervenir quand on lui demande de faire quelque chose de nouveau.

Ses cris perçants, son refus de l'enseignement font qu'il est presque impossible pour ses parents de travailler avec elle et, en conséquence, ses acquisitions sont ralenties. Une scène telle que celle-ci est un mode de comportement de l'enfant pour dire "non" à une situation d'apprentissage et le résultat est souvent que les adultes abandonnent.

Les comportements qui limitent les progrès d'un enfant ne sont pas toujours aussi spectaculaires que les crises de colère. L'enfant qui se balance, erre sans but, est assis ou absorbé par un objet qu'il manipule pendant de longs moments perd aussi de nombreuses occasions d'apprendre.

Comportements qui interfèrent ou gênent des compétences déjà acquises

La mère de Sarah doit rester avec elle et lui demander en permanence de se dépêcher de s'habiller. Sarah a appris à s'habiller seule, mais son inertie force d'autres à faire pour elle des choses qu'elle peut, et doit, faire toute seule. Sarah aime l'attention qu'elle obtient de cette façon et sa mère est exaspérée ; elle sait que Sarah peut s'habiller seule.

Comportements qui sont perturbateurs pour la famille ou nuisibles pour l'enfant

Agathe pleure et crie chaque nuit à l'heure du coucher. Les pleurs d'Agathe et ses cris perçants sont très gênants pour le reste de sa famille. Les autres enfants restent éveillés et ses parents doivent passer une grande partie de la soirée assis avec elle. On a atteint le point où chacun redoute le combat de l'heure du coucher.

Les problèmes de comportement poussent souvent les familles à accepter beaucoup de compromis dans leur mode de vie. Dans certaines familles, la mère ou le père doivent arrêter ou réduire leur travail parce que les structures d'accueil et les baby-sitters ne peuvent pas faire face aux problèmes de comportement de l'enfant. Dans beaucoup de familles, une bonne nuit de sommeil, les sorties, les visites aux amis et l'idée d'un beau mobilier sont abandonnés, victimes du comportement ingérable de l'enfant. Certaines familles ont dû faire des adaptations spéciales en face d'un comportement impulsif ou compulsif : un terrain clôturé, une serrure sur le réfrigérateur, des repas spécifiques. D'autres familles, encore, doivent laisser la lumière de la chambre à coucher allumée, renoncer au chien, rater des rendez-vous chez le dentiste et essayer de s'accommoder des craintes de leur enfant d'innombrables autres manières.

Sans doute avez-vous lu ces exemples avec votre propre enfant en tête, et il est probable que vous voyez ses problèmes entrer dans au moins une de ces trois catégories. Nous reviendrons bientôt aux problèmes de votre enfant. Mais nous voulons, d'abord, vous présenter une compétence essentielle pour gérer les problèmes de comportement : regarder au-delà du comportement le contexte dans lequel il intervient.

LE MODELE ABC

Un comportement n'intervient pas dans le vide. Les comportements acceptables et les comportements qui posent problème ont tous lieu dans un contexte. Considérez un exemple simple : *elle a renversé de la peinture.* Cette courte phrase définit clairement ce qu'elle a fait, n'est ce pas ? Pour comprendre ce qui est vraiment arrivé, nous devons regarder, au-delà de la description simple du comportement lui-même, les conditions qui l'entourent.

L'environnement, par exemple, dans lequel le comportement intervient nous aide à voir s'il est approprié. *Elle a renversé de la peinture,* peut être interprété tout à fait différemment si c'est fait sur sa table à dessin, dans la salle de jeux, ou sur le tapis de la salle de séjour.

L'Autonomie pas à pas – Enseignement des compétences quotidiennes aux enfants ayant des difficultés d'apprentissages- Bruce L. Baker & Alan J. Brightman – AFD éditions

Ce qui suit le comportement nous aide à prévoir s'il se reproduira. Elle a renversé de la peinture sur sa table à dessin, pourrait être suivi par : sa mère lui a dit de ne pas laisser tomber une goutte de peinture sur le plancher, ou sa mère l'a aidée à répandre la peinture sur le papier. Nous connaissons beaucoup mieux l'action quand nous la voyons dans son contexte complet. L'environnement et ce qui a eu lieu avant l'événement (les antécédents), aussi bien que ce qui l'a suivi (les conséquences), sont nécessaires pour comprendre complètement le comportement.

Nous appelons cette compréhension de l'Antécédent (A), du Comportement¹ (B) lui-même et des Conséquences (C) le modèle d'ABC. Une fois que nous connaissons les ABC, nous sommes mieux à même de prévoir si le comportement continuera ou non.

Voilà deux règles simples dont il faut se souvenir quant aux conséquences des comportements :

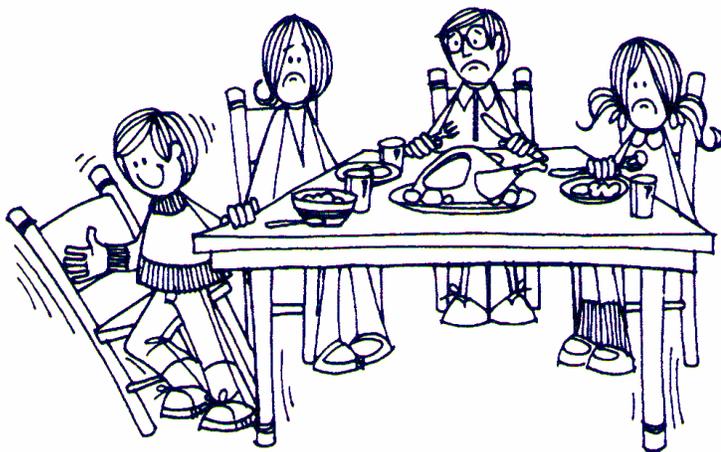
1. *Les comportements suivis par des conséquences plaisantes ont plus de probabilités de se reproduire.*
2. *Les comportements qui ne sont pas suivis par des conséquences agréables ou qui sont suivis par des conséquences désagréables ont moins de probabilités de se reproduire.*

Connaître les antécédents et les conséquences et leurs effets combinés sur le comportement nous aide à le gérer de manière structurée et avec succès. C'est le thème central de la gestion du comportement, et nous y reviendrons souvent, en examinant les différentes façons de le mettre en pratique.

Avant d'entrer dans les détails de la façon de réduire les problèmes de comportement de votre enfant, il vous sera utile d'avoir une vue d'ensemble de l'approche. Les quelques pages suivantes racontent l'histoire d'un enfant, Hugo et comment sa famille a agi pour modifier un problème de comportement gênants à l'heure du repas. Cette histoire simplifiée est basée sur un cas réel, rapporté par ses parents et est une bonne illustration de la notion d'ABC. Il présente aussi plusieurs autres idées que nous développerons plus tard.

L'HISTOIRE D'HUGO

"Hugo nous rend vraiment fous aux heures des repas. Toutes les deux ou trois minutes il bondit de son siège et plonge sous la table ou tourne autour de la cuisine, en ouvrant des tiroirs et les vidant. Si nous insistons pour qu'il reste assis, il crie et pleure. Dans tous les cas, le repas est agité."



Pour se faire une image plus exacte du problème d'Hugo, nous avons demandé à la famille d'enregistrer son comportement. Pendant une semaine, en continuant à se comporter comme ils l'avaient toujours fait. Ils devaient noter au bout de combien de temps, après le début de chaque repas Hugo quittait sa chaise. À la fin de la semaine, ils ont

calculé la moyenne : Ils ont additionné les chiffres de chaque jour et ont divisés le total par 7, le nombre de jours d'observation. Pour le déjeuner (ils ont oublié de chronométrer Hugo lundi), ils divisé par 6.

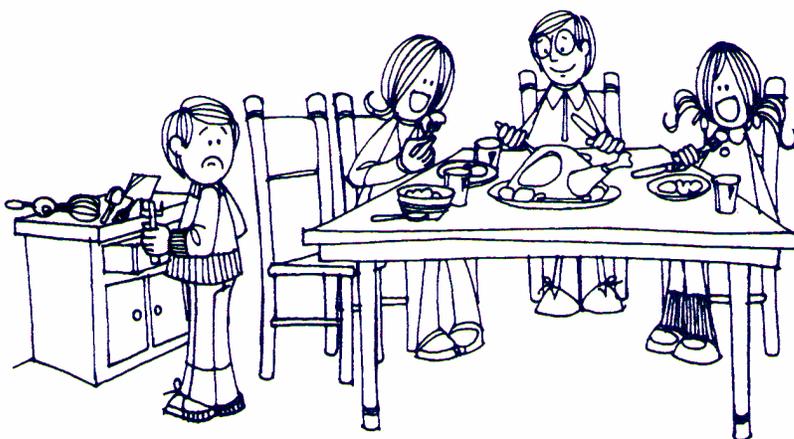
¹ Nous utiliserons le B de l'anglais « Behavior » (comportement) pour le distinguer du C de Conséquences
L'Autonomie pas à pas – Enseignement des compétences quotidiennes aux enfants ayant des difficultés d'apprentissages- Bruce L. Baker & Alan J. Brightman – AFD éditions

Leur enregistrement a ressemblé à ça :

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Moyenne
Petit déj.	18	15	10	13	12	14
Déjeuner	19	11	13	16	16	15
Dîner	3	2	5	7	3	4

La mère d'Hugo a commenté la grille : "c'était une semaine assez typique. J'ai été cependant étonnée de voir à quel point Hugo se lève plus tôt pendant le dîner que pendant le petit déjeuner et le déjeuner. Je suppose que je n'avais jamais remarqué l'importance de la différence. Il reste presque tout le temps assis jusqu'au bout du petit déjeuner et du déjeuner. En y pensant, j'ai réalisé qu'au dîner mon mari est à la maison, et que nous parlons à table. Au petit déjeuner et au déjeuner, Hugo obtient plus facilement mon attention. Vous savez, j'ai remarqué que Pascal et moi sommes en général au milieu d'une conversation quand Hugo quitte la table."

Le problème de comportement d'Hugo intervient quand l'attention de la famille n'est pas dirigée vers lui. Autrement dit, l'antécédent du comportement est : l'heure du dîner, quand l'attention n'est pas dirigée vers Hugo.



Elle a continué : "quand il se lève, nous devons bien sûr nous lever aussi, courir après et le remettre à table. Si nous ne le faisons pas il ne mangerait rien et, en plus, il détruirait probablement la cuisine." La conséquence du problème de comportement d'Hugo est l'attention de sa

famille.

"Pendant la semaine, nous avons réuni toute la famille et avons discuté de ce que nous allions faire. Ma fille a suggéré que nous accordions plus d'attention à Hugo pendant le dîner, parce qu'il restait en général assis quand quelqu'un s'occupait de lui. Nous sommes tombés d'accord pour essayer ça. Nous avons aussi décidé de l'ignorer quand il se levait. De cette façon, il n'obtiendrait de l'attention que s'il restait à table, ce qui pourrait l'amener à décider de rester assis. Je n'étais pas vraiment sûre d'aimer cette idée, parce qu'il ne pourrait ne pas revenir du tout. Mon mari a dit qu'il ne mourrait pas de faim. Donc nous avons décidé d'essayer la stratégie de l'ignorer."

La famille a reçu l'instruction de continuer à enregistrer les comportements, mais seulement pendant le dîner parce que c'est à ce moment là que le problème survenait le plus souvent. Au début, Hugo s'est levé au début du dîner et est resté éloigné pendant tout le repas, en essayant d'obtenir l'attention de la famille. Après quelques jours, cependant, il a commencé à rester à table plus longtemps et à revenir tout seul après quelques minutes.

"Au début j'ai pensé que nous ne survivrions jamais à cela. Quand il vidait les tiroirs ou tirait sur ma manche, ce n'était pas facile de l'ignorer. Cependant, toute la famille était solidaire et tout le monde s'entraidait. Dès que Hugo se rassyait, tout le monde lui parlait et lui donnait des marques d'attention. Les enregistrements ont montré que le temps passé par Hugo à table, avant qu'il ne se lève, augmentait. Pendant la première semaine de ce programme, le temps moyen au dîner était de 5 minutes. La semaine suivante il passait l'essentiel du repas à table (13 minutes). La semaine suivante Hugo est resté assis 16 minutes, ce qui correspondait au repas entier ; il ne se levait que si

L'Autonomie pas à pas – Enseignement des compétences quotidiennes aux enfants ayant des difficultés d'apprentissages- Bruce L. Baker & Alan J. Brightman – AFD éditions

le dessert était retardé. Nous avons décidé d'accrocher le diagramme de progrès d'Hugo sur le mur pour que chacun puisse le voir."Nous avons tous décidé que nous récompenserions d'avoir aidé Hugo à faire un tel progrès en allant dîner au restaurant car maintenant nous pouvons même l'amener avec nous."

Commentaires

Deux enfants ne sont jamais identiques. Chacun a sa façon de faire des choses. Aucun exemple que nous pourrions offrir ne pourra jamais vous faire dire, "oui, c'est tout à fait mon enfant !" Cependant il y a des façons semblables de regarder, comprendre et changer tous les comportements qui posent problème, même si votre enfant est unique.

Notons brièvement certaines des choses que la famille d'Hugo a dû faire.

Examinez le comportement

- **Spécifiez exactement le comportement.** La mère d'Hugo n'a pas parlé en termes généraux. Elle n'a pas dit que Hugo était hyperactif ou qu'il ne savait pas se tenir à table. Elle a au contraire spécifié les comportements qu'elle a voulu diminuer (quitter son siège et courir dans la cuisine) et augmenter (rester assis).
- **Mesurer l'"avant".** De même, elle n'a pas dit qu'il quittait la table très tôt ou "tout de suite. Elle chronométrait combien de temps Hugo restait assis à table à chaque repas et a noté les durées. Cette mesure de "l'avant" s'est avérée très utile pour démarrer le programme.
- **Identifier le modèle d'ABC.** La famille a découvert que le problème d'Hugo intervenait au dîner, quand leur attention n'était pas dirigée vers lui. Ils ont aussi remarqué ce qui suivait son comportement : leur attention ! En regardant au-delà du comportement lui-même, ce qui arrivait avant et ce qui le suivait, ses parents ont commencé à avoir une idée de la façon de changer ce comportement.

Commencez un programme

- 1) **Enlevez les conséquences positives du comportement.** La famille a décidé que, quand Hugo quittait la table, ils l'ignorerait. Hugo a bientôt appris que quitter la table ne lui apporterait pas d'attention.
- 2) **Donner des conséquences positives à un comportement alternatif.** Quand Hugo restait assis ou quand il revenait à table, il recevait énormément d'attention. Hugo a appris que la meilleure façon d'obtenir de l'attention était de rester assis.
- 3) **Changer les antécédents.** La famille d'Hugo a aussi fait quelques changements, dans l'organisation du dîner, pour qu'Hugo soit moins susceptible de quitter la table. Il a été appelé à table quand le repas était déjà servi, il a été assis dans un coin (d'où il était plus difficile de partir) et on lui a accordé de l'attention pendant tout le repas.
- 4) **Continuer à mesurer le comportement.** En continuant d'enregistrer le temps où il restait assis, sa famille a eu les moyens de comparer son comportement, après le début du programme, avec la mesure de "l'avant". Ils ont pu facilement déterminer l'efficacité de leur approche.