



SOMMAIRE

235
Qu'est-ce
que la guidance ?

235
Principales
indications

236
Le programme
Webster-Stratton

GUIDANCE PARENTALE

Accompagner les parents dans l'éducation de leurs enfants

« **T**héo, 3 ans, ne veut pas aller au lit le soir, se lève de nombreuses fois et finit par s'endormir dans le lit des parents ; Mélanie, 7 ans, refuse tous les fruits et les légumes, est très sélective dans les viandes, ne mange pas de poisson... ; Victor, 8 ans, se bagarre avec ses 2 frères plus jeunes, casse leurs jouets. »... Sa « majesté le bébé » est l'objet d'une attention grandissante. Des parents venant consulter pour des troubles du comportement nous ont dit en présence de leur garçon de 13 ans : « Quand il est né, c'était un miracle ; je crois que nous ne nous en sommes jamais remis, et lui non plus d'ailleurs ». Dans ce contexte, comment aider les parents en quête d'une conduite efficace ?

propre passé. Les ambitions plus thérapeutiques concernant les parents se sont fait jour dans les techniques de psychothérapie familiale. L'idée que l'enfant dit « malade » est porte-parole du malaise familial a conduit à diverses approches qui visent à améliorer les conditions de la communication. La guidance apparaît bien comme un accompagnement qui apprend à s'accepter comme parent et être humain avec ses espoirs et ses contraintes dans les divers rôles et situations qu'implique cette fonction. » Cette dernière phrase, fondamentale, explique bien l'esprit que doit développer la guidance.

PRINCIPALES INDICATIONS

Elle peut être utile à tous les parents à différents moments et quels que soient le niveau d'éducation et l'origine culturelle. Lorsque les enfants ont des troubles du comportement – légers ou non –, c'est un outil intéressant et efficace. Un grand nombre de travaux ont porté sur différents modèles pour des enfants désobéissants, agressifs, violents, souffrant de troubles de l'attention avec ou sans hyperactivité.

QU'EST-CE QUE LA GUIDANCE ?

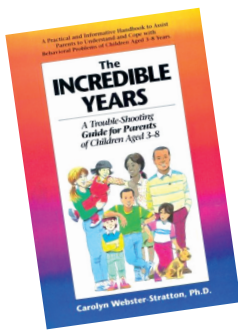
Pour J.Y. Hayez, c'est une forme d'accompagnement. Selon S. Lebovici : « On est en effet devant un parent dont les traits de caractère ou le comportement provoquent les réactions de l'enfant. À celles-ci, il réagit lui-même de façon rigide et provocante, en fonction d'autres conflits, en particulier ceux de son

Par Marie-Anne Bernardy-Arbuz, psychologue clinicienne, Diane Purper, praticien hospitalier, CMP du square des Cardeurs, service de pédopsychiatrie, hôpital Robert-Debré, 75935 Paris Cedex 19, marie-anne.bernardy@rdl.aphp.fr

La guidance selon Kazdin

Appelée aussi « *parent management training* », elle permet le « *traitement du comportement d'opposition, agressif et antisocial de l'enfant et de l'adolescent* ». A. Kazdin relève dans ses travaux des centaines de « traitements » utilisés pour les enfants et les adolescents dans la pratique clinique. Selon lui, la grande majorité de ces traitements, peu évalués, n'ont pas prouvé leur efficacité pour changer les comportements des enfants. Son modèle vise à modifier les interactions parents-enfants à la maison. L'objectif est de mettre en place des pratiques spécifiques pour éduquer les enfants et accroître leur fonctionnement prosocial à la maison, à l'école et dans la communauté.

Il s'adresse plus particulièrement à des enfants âgés de 2 à 14 ans qui ont un comportement d'opposition, agressif et antisocial. Le « *parent management training* » ou PMT utilisé par Kazdin est un programme évalué selon les principes de la médecine basée sur les preuves. Il est utilisé comme traitement de première ligne dans de nombreux pays, mais n'est pas répandu en France.



Celui de Caroline Webster-Stratton dit « *The incredible years* » est facile à comprendre et à mettre en œuvre, il est adapté à la population socioculturelle très variée rencontrée dans les consultations de médecine générale, le CMP ou la PMI.

LE PROGRAMME WEBSTER-STRATTON

Depuis 20 ans, Caroline Webster-Stratton et ses collègues de la *University of Washington's Parenting Clinic* (clinique de parentalité) développent et évaluent des programmes de guidance pour les parents, les enseignants, les enfants et les familles avec des enfants de 2 à 10 ans ayant des problèmes de comportement. Objectif : prévenir, réduire et traiter ces problèmes et augmenter les compétences sociales. Aux enfants sans problème particulier, ce programme apprend à développer des comportements sociaux positifs et donne aux parents des techniques efficaces de discipline pour le quotidien.

Il s'adapte aux parents de tous niveaux socio-économiques et éducatifs. Il contient des vidéo-cassettes avec des vignettes cliniques représentant divers milieux socioculturels et ethniques. Ce qui est précieux pour les populations multiculturelles reçues au CMP, à la PMI et dans les cabinets de médecine générale.

Ses principaux éléments sont : le jeu, les louanges, les récompenses, la mise en place de limites efficaces et les mesures éducatives à adopter devant des comportements indésirables.

Différents outils de travail

Le manuel de l'animateur détermine le contenu des différentes sessions avec les parents. Il permet des adaptations en fonction des besoins des groupes, mais avant tout son utilisation rigoureuse pendant les 12 sessions permet d'évaluer l'impact des apprentissages chez les parents et leurs enfants.

Il contient aussi la description de chaque interaction enfant-parent, des thèmes de discussion et des questions, des devoirs pour la maison, différents imprimés et recommande une liste de lectures.

Dix cassettes vidéo, utilisées pendant les séances de groupe, mettent en scène des comportements parentaux divers (vignettes cliniques), ce qui évite une implication directe des parents présents, souvent difficile dans un premier temps, tout en leur permettant de réagir aux situations.

Un livre destiné aux parents reprend les grandes lignes des apprentissages et des points à retenir. Des documents leur sont donnés en fin de séance : questionnaires, lignes de conduite ou « notes pour le réfrigérateur ». Ils disposent ainsi de rappels à consulter à la maison.

Un apprentissage par modélisation

Les vignettes des cassettes vidéo permettent de lancer la discussion sur les principes d'éducation et de travailler la résolution de problèmes.

Exemple : Une mère annonce à sa fille de 4 ans que c'est le moment pour leurs 10 minutes de jeu. La petite veut jouer avec sa maison de poupée. Elle commence à y placer quelques meubles, mais la mère intervient et lui dit que ces meubles ne vont pas dans ces pièces-là. La mère continue à placer les meubles dans les différentes pièces sans regarder la réaction de sa fille. Celle-ci cesse de jouer au bout de 3 minutes, tourne le dos à sa mère, qui, absorbée dans son jeu, range la maison de poupée comme elle l'entend. Cet exemple est repris avec le groupe. Les participants en relèvent les points forts et les points faibles.

La guidance selon Barkley

Programme spécialement conçu pour des enfants désobéissants, provocateurs, têtus, agressifs ou ayant des comportements antisociaux et qui consultent pour suspicion de troubles oppositionnels, de TDAH ou de trouble des conduites.

Objectifs :

- améliorer les capacités éducatives des parents et leurs compétences par rapport aux enfants particulièrement opposants et provocateurs,
- accroître leurs connaissances des facteurs favorisant ces comportements opposants ainsi que des principes et concepts à la base de leur apprentissage social,
- améliorer le respect par l'enfant des règles et directives parentales,
- accroître l'harmonie familiale en améliorant l'utilisation du « renforcement positif » par les parents. Ce programme est destiné à des enfants entre 2 et 12 ans avec des adaptations possibles selon l'âge et la maturité.

Caroline Webster-Stratton.



La modélisation des comportements par la vidéo est plus sécurisante pour les parents dans un premier temps. Ils peuvent en effet critiquer le comportement d'inconnus qu'ils ne rencontreront jamais. Ils apprennent ainsi à partir des erreurs des autres et discutent avec les parents présents. Ils voient des comportements qui sont parfois les leurs, mais ne se sont pas exposés devant les membres du groupe. Ils appréhendent ainsi d'autres façons de faire en toute sécurité et à un rythme qui leur est propre.

Autre outil de ce programme, le jeu de rôle est parfois vécu comme trop « insécurisant ». Au départ, ce sont les animateurs qui jouent et surtout montrent comment « il ne faut pas faire ». Les participants sont encouragés à critiquer et à travailler ensemble sur une meilleure façon d'aborder la situation afin de trouver une solution au problème de l'enfant.

Reprenons l'exemple de la maison de poupée. Après avoir demandé à chaque participant de donner son impression sur ce qu'il a vu, les animateurs « rejouent » la scène. À nouveau, les membres du groupe sont sollicités pour dire ce qui ne va pas. On passe graduellement avec cette méthode d'une « extériorité » (des parents inconnus jouent à la télé) à une réalité présentée par les animateurs au sein du groupe. Les parents peuvent ensuite expérimenter et apprendre en jouant à modifier leur propre fonctionnement. Cette approche en « intériorité » leur permet de travailler sur leur ressenti et leurs difficultés personnelles.

Déroulement du programme

Le programme de base peut être offert à des groupes de 10-14 participants et comporter 12 à 14 séances hebdomadaires de 2 heures. Au CMP, nous l'utilisons en guidance individuelle et surtout en groupe. Ce dernier est plus riche grâce aux jeux de rôle et par les effets positifs des phénomènes d'apprentissages en petit groupe. Les principes fondamentaux de ce programme peuvent être facilement transposés pour une guidance individuelle en médecine générale. Signalons aussi que les enseignants de maternelle en Angleterre apprennent ces techniques pendant leur formation. Au début de chaque séance, l'animateur demande aux parents comment s'est passée leur semaine et discute des résultats obtenus. Il peut aussi les appeler en milieu de semaine pour les rassurer et les encourager à revenir. Idéalement, pour chaque groupe, il faut 2 animateurs formés au modèle de Webster-Stratton, de préférence un homme et une femme.

Les 3 premières semaines consistent à mettre en place « le temps spécial de jeu ». Objectif principal : permettre aux parents de donner de l'attention à leur enfant dans un contexte de jeu et observer comment il joue. Souvent les parents disent : « Elle ne fait que jouer... ». L'importance du jeu doit leur

Les conditionnements opérants

Ce sont des réponses qui opèrent sur l'environnement. Ils sont renforcés (augmentés) ou affaiblis (diminués) en fonction des événements qui arrivent avant ou juste après eux. Le seul fait de faire suivre une réponse d'un événement agréable entraîne une augmentation de la fréquence d'apparition de cette réponse ; à l'inverse, la faire suivre d'un événement désagréable diminue sa fréquence. Dans le premier cas, on parle de procédure de « renforcement* », dans le deuxième cas, de « punition ». Un enfant apprend à ranger ses jouets ; son comportement opérant est renforcé si le parent le félicite et il aura tendance à le reproduire plus facilement afin de renouveler cette expérience positive.

** Certains auteurs ne font pas la distinction et appellent renforcement non pas la procédure utilisée, mais l'événement qui suit la réponse ; cela risque, si le lecteur n'y prend pas garde, d'entraîner des confusions.*

être expliquée. Ils doivent comprendre que c'est un moment où ils peuvent enseigner à leurs enfants une variété de compétences. L'intervention de l'adulte stimule la créativité de l'enfant. À travers le jeu se construit une relation chaleureuse avec lui et les membres de la famille. Postulat important de Webster-Stratton : le jeu permet de créer une « banque » de sentiments et d'expériences positives sur lesquels on peut se baser en temps de conflit.

Avec le jeu, on peut aider l'enfant à résoudre des problèmes, tester des idées, explorer son imagination et développer son langage. Ainsi les enfants apprennent à communiquer leurs pensées, leurs sentiments et leurs besoins. Le jeu aide l'enfant à interagir sur le plan social et lui apprend comment attendre son tour, partager et être sensible aux sentiments des autres.

Certes, il arrive que l'enfant joue de façon non appropriée ou se comporte mal en criant, en jetant des jouets ou en étant destructeur. Les parents sont encouragés à ignorer ces comportements indésirables « mineurs » : ils peuvent par exemple se



Interaction parents-enfants

Patterson a étudié l'attention et les renforcements donnés au comportement déviant de l'enfant, l'utilisation d'ordres, de punitions sévères, ainsi que le ton de la voix dans différentes interactions. Il décrit comment le comportement déviant de l'enfant – crier, hurler – est augmenté par l'attitude inadéquate des parents. Exemple : deux frères jouent ensemble. Le plus grand ne veut pas donner ses jouets au plus petit. Les cris augmentent, les parents, après plusieurs mesures inefficaces, interviennent et répriment le grand (sans rien dire au petit). Résultat : les 2 frères apprennent que pour avoir l'attention des parents, il faut se disputer pour les jouets, le grand en les enlevant au plus petit ou en refusant de jouer avec lui, le petit en allant chercher le jouet que son frère ne veut pas lui donner... Autre exemple fréquent : l'enfant fait une crise au supermarché pour avoir tout de suite un gâteau à l'heure du déjeuner ou avant d'être passé à la caisse ; la mère refuse (il est midi) mais les cris augmentent et elle finit par ouvrir le paquet...



DR

retourner ou s'éloigner un peu et jouer avec un autre jouet comme si celui-ci était très intéressant. Cependant, si le comportement est destructeur, il faut arrêter le jeu avec une explication simple : « Si tu jettes les jouets, nous allons devoir nous arrêter de jouer ».

Ignorer un comportement est une étape importante. Dans ces moments, on enseigne aux parents à « ne pas regarder l'enfant, ne pas lui parler, ne pas le toucher. » On s'éloigne physiquement de lui mais on reste dans la pièce si possible. Il ne faut rediriger l'attention sur lui que quand le comportement s'arrête. L'important est de donner beaucoup d'attention aux comportements positifs de l'enfant.

Le time out est un « retrait de l'attention parentale ». L'enfant est ignoré quand il est en *time out*. Il va dans un coin de la pièce et doit s'asseoir sur une chaise et y rester pendant un nombre de minutes annoncé au départ. Le *time out* est maintenu quel que soit l'endroit et sur toute la durée annoncée au départ. Sa durée dépend de l'âge de l'enfant – on compte une minute par année d'âge. C. Webster-Stratton l'utilise cependant en dernier recours et si la « base de confiance à travers le jeu » est correctement établie, le *time out* est rarement nécessaire.

Les conséquences « Si tu ne fais pas... alors... » sont à adapter à l'âge de l'enfant. Les parents doivent assumer celles qu'ils ont fixées. Par exemple : « Si tu ne ranges pas tes jouets, je vais les jeter à la poubelle ». Cette conséquence disproportionnée est difficile à mettre en œuvre. La conséquence doit être immédiate, naturelle (en rapport avec le problème) et non punitive, les parents restant positifs, calmes et courtois. Il faut proposer rapidement aux enfants des opportunités d'apprentissages qui ont du succès.

Importance du renforcement positif

Les **louanges et d'autres récompenses sociales** comme l'attention positive, les sourires, les câlins sont très importants et ne doivent pas être réservés à des performances extraordinaires. On peut dire par exemple : « J'aime la manière dont tu joues tranquillement ».

Il est prouvé que si on ne félicite pas suffisamment les enfants et qu'on ne donne pas d'attention à un comportement approprié, l'enfant peut développer un comportement non adapté pour être remarqué. Recevant de l'attention lorsqu'il n'agit pas bien, il aura tendance à se complaire dans ce type d'attitude. Le renforcement positif peut être utilisé pour guider les enfants dans les nombreux apprentissages. Il les aide à développer une bonne image de soi et leur donne la motivation nécessaire pour persévérer dans les tâches difficiles.

Les **parents peuvent utiliser des phrases** comme : « Tu ranges tes jouets tout à fait comme maman t'a demandé de le faire – tu aides si bien... ; tu as fait un bon travail en... ; maman est très fière de toi... ; regarde comme il/elle a bien fait... ; c'est joli, formidable, fantastique... ; ça c'est une façon parfaite de... ; tu peux être content de toi... ; tu dois être fière d'avoir »... L'enfant va vite apprendre qu'il reçoit de l'attention quand il se comporte de façon correcte et qu'il est ignoré quand ce n'est pas le cas.

Pourquoi en groupe ?

Les **échanges dans le groupe** sont très fructueux, car c'est dans et à travers le groupe que les participants apprennent dans le vrai sens du terme. Kurt Lewin, psychologue expérimentaliste allemand, a montré comment les individus adhèrent plus aux idées élaborées dans un groupe auquel ils ont participé qu'aux conseils reçus dans des réunions ou des conférences. Dans le groupe, ils participent à l'élaboration de nouvelles attitudes et les intègrent comme faisant partie de leur univers de pensée.

Exemple : un couple de parents est suivi en guidance individuelle pour un enfant de 3 ans ½ qui a d'importants troubles du comportement. Lors d'une séance, on aborde les crises de colère de l'enfant accompagnées de « lancers de jouets » très agressifs. « Quelle est alors votre attitude, demande-t-on à la mère ? Je le prends dans mes bras, dit-elle. » Une réponse comme celle-ci donnerait lieu à un débat dans un groupe de parents. Chacun peut parler de sa réaction au lancer de jouets et de ce qu'il pense être efficace comme réaction parentale. Le groupe peut visionner une vidéo traitant d'une telle situation et certains membres du groupe peuvent faire un jeu de rôle.

Objectifs à long terme :

- développer une prise en charge globale et étendue à des approches multiples pour les enfants dont les troubles du comportement ont commencé très tôt,
- développer des programmes de prévention universels au rapport coût-efficacité correct et utilisables par les familles et les enseignants pour les enfants en bas âge.

À court terme, ce programme vise à diminuer les comportements négatifs et d'opposition envers les parents à la maison ainsi que les agressions entre pairs et à l'école. Il s'agit aussi de promouvoir les compétences sociales, émotionnelles et d'apprentissage chez l'enfant. ●

POUR EN SAVOIR PLUS

- Barkley RA. Defiant children, a clinician's manual for assessment and parent training. New York: Guildford Press; 1997.
- Brazelton TB, Sparrow JD. Points forts, tome 2. De 3 à 6 ans. Le livre de Poche, Stock, L. Pernoud; 2002.
- Freud S. Introduction au Narcissisme. Frankfurt: Fischer Verlag; 1982.
- Hayez JY. La guidance parentale, coll. Educateurs. Privat: Toulouse; 1978 (épuisé, peut être téléchargé sur Internet).
- Kazdin AE. Parent Management Training, New York: Oxford University Press; 2005.
- Lewin K. Field theory in social science. New York: Harper & brothers; 1951.
- Webster-Stratton C. The Incredible years. A troubleshooting guide for parents of children 2-8 years. Seattle: WA; 2006.
- www.incrediblesyears.com