

SAVOIR DEMANDER

10 Conseils pour les parents

1. RÉDUIRE LE NOMBRE DE DEMANDES

Évitez les demandes à la chaîne qui s'accumulent les unes sur les autres, avant que la précédente puisse être dûment remplie. Soyez réaliste et sachez demander une chose à la fois.

2. ÉTABLIR DES PRIORITÉS DANS LES DEMANDES

Ne retenir que celles qui sont, soit relativement faciles à respecter ou encore celles que vous jugez prioritaires, qui sont plus importantes et dont vous êtes prêt à assurer le suivi.

3. CHOISIR LE BON MOMENT

Évaluer si c'est le bon moment pour faire la demande. Le meilleur moment est lorsque l'enfant est pleinement disponible, c'est-à-dire, de bonne humeur, pas occupé à jouer ou à faire autre chose.

4. ÊTRE BREF

Évitez de trop parler et d'envelopper la demande d'explications. Les enfants ayant un TDA/H sont plus sensibles à l'action qu'aux mots. Trop de bavardage ne sert qu'à embrouiller la demande.

5. ÊTRE CLAIR ET PRÉCIS

Il est important de décrire exactement le comportement souhaité, lors d'une demande.

6. ÊTRE POSITIF

Une demande formulée de manière positive indique le comportement que nous souhaitons obtenir plutôt que celui que nous désirons voir arrêter.

EX : "Garde les crayons feutres uniquement sur ta feuille", à la place de "tu vas salir partout avec tes crayons".

7. ÊTRE AFFIRMATIF

Faire votre demande en étant clair et direct contrairement à une demande faite sous la forme d'une question. Vous avez avantage à décider dès le début si une demande sera optionnelle ou non.

Il faut éviter les phrases commençant par "Pourrais-tu ou voudrais-tu" car à ce moment, vous demandez une faveur.

8. PRÉCISER À L'ENFANT LE MOMENT ET LE TEMPS REQUIS POUR S'EXÉCUTER

En raison de la désorganisation naturelle associée au TDA/H, il est parfois utile de préciser à l'enfant le moment et le temps requis pour exécuter une demande.

9. PARLER CORRECTEMENT AUX ENFANTS

LE TON DE VOIX ET LE NON-VERBAL PARLENT BEAUCOUP. LE RESPECT ENCOURAGE LE RESPECT ET LA CONFRONTATION ENCOURAGE LA CONFRONTATION

10. S'ASSURER DU SOUTIEN DES AUTRES MEMBRES DE LA FAMILLE FACE AUX DEMANDES

Il est important que le second parent soutienne la demande du premier. Le second parent peut renforcer la demande faite par le conjoint. EX : Simon je pense que ta mère t'a demandé de ranger tes crayons et ton cartable.