



Exemples de techniques de désescalade

Maternelle 4 et 5 ans

DÉSESCALADE

Dans un contexte où un enfant est contrarié et/ou dépassé et que sa réaction s'intensifie :

- Si l'enfant a tendance à **figer**, à se désengager et à ne pas répondre à l'adulte, alors il est conseillé de lui donner de l'espace, de ne pas le forcer à interagir au-delà de ses capacités et de respecter son rythme.
- Si l'enfant est enclin à **fuir**, à se sauver et à se cacher, il est recommandé d'aménager un espace sécuritaire alternatif (p.ex. coin refuge), qui est prédéfini au sein de l'école, et où il peut se rendre et se mettre à l'abri.
- Si l'enfant est porté à **combattre** et qu'il manifeste des comportements explosifs (p.ex. donner des coups de pied, frapper, lancer et détruire des objets, etc.), il est suggéré d'éloigner toute auditoire. Si possible, l'emmener (s'il est consentant) faire une promenade, ou l'accompagner vers un endroit sécuritaire et privé (en prenant soin de ne pas le forcer; le fait de le saisir par le poignet constitue une contrainte).
- Respecter l'espace personnel de l'enfant en maintenant une distance sécuritaire et prévenante qui lui convient (tenir compte des différences individuelles en termes de tolérance quant à la proximité physique), et en lui demandant si vous pouvez vous asseoir à ses côtés (s'il refuse, gardez une distance plus significative). Il n'est pas nécessaire de se trouver en étroite proximité. Néanmoins, vous devez être en mesure de le voir correctement, dans le but de garantir sa sécurité et de pouvoir le superviser.
- Veiller à vous montrer neutre et non menaçant relativement à votre langage verbal, non verbal et paraverbal (p.ex. langage provocant, ton/volume de la voix, débit de la parole, posture, expressions faciales, gestes soudains, marcher rapidement vers l'enfant, etc.).
- Prendre conscience de son propre niveau de stress, de ses affects, de son intensité émotionnelle et du type et/ou du degré d'énergie projeté. Demeurer calme et réfléchi (demander l'aide d'un autre adulte, au besoin).
- Éviter tout contact visuel intense (certains enfants peuvent trouver cela menaçant). Il est préférable de s'asseoir côte à côte ou de se placer en biais de l'enfant.
- Faire preuve d'écoute active en diminuant la fréquence des conversations et en autorisant des moments de silence. Modéliser des techniques de respiration profonde et indiquer aux enfants que c'est une pratique qui vous aide (il est inutile de leur mettre de la pression, ou bien de mettre trop d'emphasis sur ces techniques, étant donné que les enfants reproduisent souvent ce que nous faisons).
- Se montrer empathique et adopter une attitude exempte de jugement. Miser sur les émotions éprouvées par l'enfant plutôt que sur son comportement.
- Offrir du support ou une pause. Tenter d'accommoder et de rassurer l'enfant.
- Si cela est possible et/ou disponible, lui proposer un espace qui lui permettra de se défouler en toute sécurité.
- Éviter de se laisser entraîner dans une lutte de pouvoir, anticiper des refus potentiels de l'enfant, et considérer ses questions et commentaires provocateurs comme étant son besoin de ventiler.
- S'abstenir d'essayer 'de donner une leçon' ou de raisonner avec l'enfant, notamment quand son comportement semble imprévisible et irrationnel. Il est préférable d'attendre un moment plus opportun pour aborder la situation (lorsqu'il est 'régulé'/calme, et réceptif/ouvert à l'égard de l'adulte).



Exemples de techniques de désescalade

Maternelle 4 et 5 ans

DÉSESCALADE

- Fixer des limites qui soient simples, concises et réalistes en proposant des options/des alternatives qui soutiennent l'enfant. Il importe de prendre garde de ne pas le submerger avec un nombre excessif de directives, et de lui offrir des options qui soient réalisables.
- Allouer du temps pour la prise de décision et choisir soigneusement les points sur lesquels il faut insister. Faire en sorte que la conversation soit simple et claire, et éviter de trop parler puisque cela peut s'avérer déconcertant et frustrant pour l'enfant.
- Accompagner la frustration de l'enfant en la nommant et en la validant. Mettre l'accent sur la corégulation (ne pas s'attendre à ce qu'il régule ses émotions par lui-même).
- Avoir recours à l'enjouement et à l'humour (éviter le sarcasme), par moments et lorsque c'est adéquat, peut aider à désamorcer une situation problématique.
- Ne pas prendre le comportement exhibé par l'enfant personnellement, et se garder de réagir de façon démesurée.
- Demander l'aide d'un autre adulte ou son intervention si la situation n'est pas désamorcée.
- Après l'incident, il est recommandé aux adultes concernés de :
 - o Faire le point sur ce qui s'est produit et de déterminer si la situation aurait pu se dérouler autrement.
 - o Revoir les lignes directrices de l'école relatives aux pratiques préventives et aux mesures alternatives en vigueur
 - o S'assurer que les pratiques soient correctement adaptées aux besoins de l'enfant et à ses différences individuelles. Être conscient des distinctions qui existent entre les enfants de 4 ans et de 5 ans, ainsi que des traits de l'enfant d'âge préscolaire à chaque palier d'intervention.
- S'il est disponible, se reporter au plan de sécurité de l'enfant pour obtenir des suggestions concernant :
 - o Le positionnement adéquat de l'adulte
 - o Les pratiques à éviter à chaque niveau de stress
 - o Les pratiques de suivi avec l'enfant suite aux interventions
- Veuillez noter que si un adulte impliqué dans l'événement a dû recourir à une contention pour des raisons de sécurité face à un danger imminent, alors les étapes énumérées dans le protocole de la commission scolaire sur les mesures de contrôle doivent être suivies.