

Le Trouble d'Opposition avec Provocation (TOP)



Les principales caractéristiques du TOP

Les causes possibles

Quelques stratégies afin de diminuer l'opposition

Associer les parents afin d'adopter une stratégie commune

Prévenir et gérer une crise : Les phases du développement d'une crise

Champs de compétences des personnes ressources de l'école concernant la prise en charge des élèves en difficulté de comportement

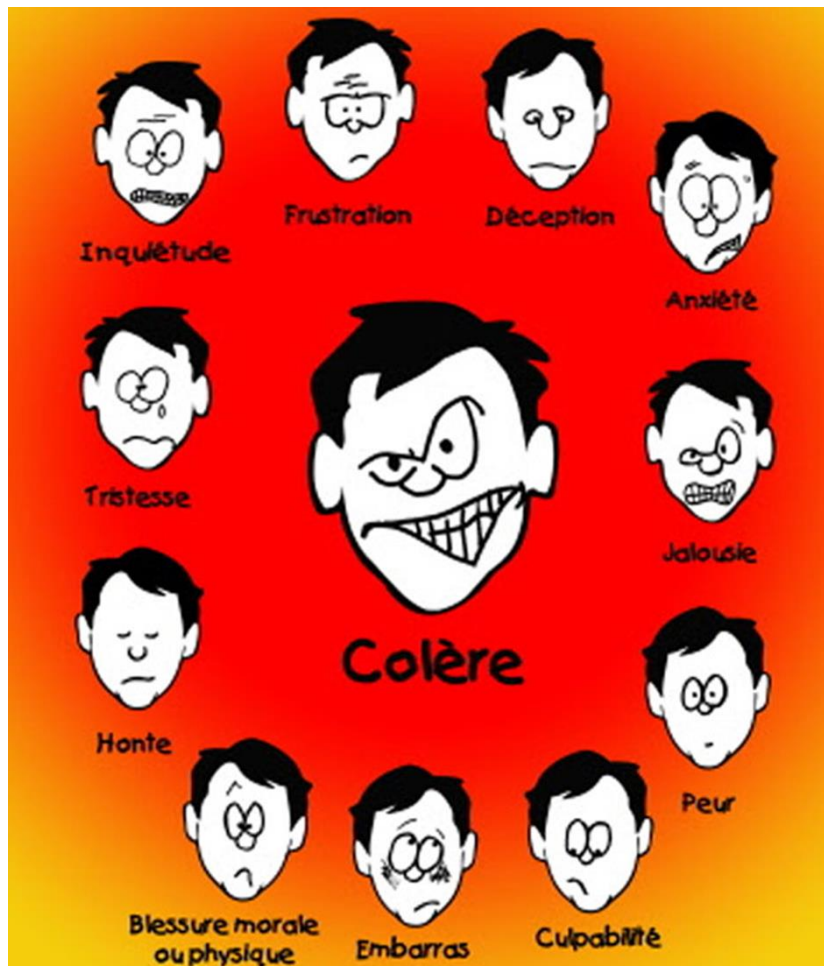
Les principales caractéristiques du TOP

- Se met souvent en colère ;
- Conteste souvent ce que disent les adultes ;
- S'oppose souvent activement ou refuse de se plier aux demandes ou aux règles des adultes ;
- Embête souvent les autres de façon délibérée ;
- Fait souvent porter à autrui la responsabilité de ses erreurs ou de sa mauvaise conduite ;
- Est souvent susceptible ou facilement agacé par les autres ;
- Est souvent fâché ou plein de ressentiment ;
- Se montre souvent méchant ou vindicatif.



Les causes possibles

- Une grande anxiété
- Pour attirer l'attention de l'enseignant ou des autres élèves de la classe
- Pour éviter de réaliser une tâche perçue difficile ou inintéressante
- Pour exprimer son ressentiment envers l'adulte.



Quelques stratégies :

Être réactif et rassurer lorsque les signes de frustration apparaissent :

- **Dépersonnaliser** l'intervention en réitérant les attentes, les règles de la classe ou les consignes liées à une tâche ; ce n'est pas l'intervenant qui exige que l'élève respecte les consignes, ce sont les règles de la classe qui l'exigent. Cela permet de bien camper l'enseignant dans son rôle d'intervenant responsable de faire respecter les règles de la classe.
- Se rapprocher, **parler à voix basse**
- **Aborder, ensemble, au calme, « à froid »**, les situations qui ont pu être compliquées à gérer, expliquer pourquoi son attitude a pu poser problème, sans le culpabiliser et en cherchant avec lui de quelle manière ces situations pourront être évitées à l'avenir
- **Ignorer l'impulsivité verbale**
- **Aider à nommer leurs émotions** et à comprendre celles des camarades
- Cibler un comportement à la fois, **établir des priorités**.
- Lui faire **prendre conscience des conséquences** de ses actes, de l'effet de ses comportements sur les autres et lui apprendre à anticiper les réactions d'autrui face à certaines conduites



Ne jamais entrer dans la discussion ou l'argumentation

- **Ne pas demander de choisir**, cela renforce l'anxiété
- **Faire l'économie de mots**, pas d'argumentation ni de négociation
- **Recourir au disque rayé** : Lorsqu'un élève rouspète à la suite d'une demande qui lui est adressée, la technique du disque rayé peut s'avérer très efficace. Celle-ci consiste à répéter la consigne en prenant soin d'employer le même ton, le même débit et la même formulation (comme le ferait un disque en vinyle qui serait grafigné), jusqu'à ce que l'élève cesse d'argumenter et fasse ce qui lui a été demandé

Privilégier le renforcement positif

- Plusieurs élèves présentant un TOP n'ont pas l'habitude de recevoir des rétroactions positives comparativement aux réprimandes qui s'avèrent plus fréquentes. En classe, il importe de maintenir un ratio minimal de **trois rétroactions positives pour une réprimande** (ou commentaire négatif). Un ratio de 5 pour 1 permettrait d'augmenter de manière significative le temps d'engagement des élèves. Les rétroactions variées formulées discrètement sont à privilégier.
- La **communication non verbale** peut aussi être très efficace (ex., signe d'approbation, pouce levé en guise de félicitations).
- L'important est de fournir des rétroactions fréquentes, qui ne mettront pas l'élève mal à l'aise. Certains élèves présentant un TOP **détestent se sentir ou être perçus comme étant conciliants**. L'idée est de renforcer les bons comportements tout en leur permettant de ne pas « perdre la face ».
- **Utiliser plutôt des consignes positives** (ex: « marche calmement pour rentrer en classe » et non « ne cours pas ») et affirmatives (éviter de lui demander: « peux-tu arrêter de... »). Lui dire ce qu'il doit faire plutôt que ce qu'il ne doit pas faire.

Garder en mémoire qu'il ne le fait pas exprès, il est lui-même la première victime de ses comportements excessifs et impulsifs

Mettre en place avec lui une fiche d'auto-évaluation du comportement avec des règles simples et accessibles, sous forme de pictogramme.

- Etablir un contrat de comportement Le nombre de règles doit être restreint, utiliser des mots simples et des phrases courtes, illustrer certaines règles.
- Les récompenses doivent être variées, fréquentes, immédiates et amusantes ou plaisantes à faire. Voici quelques exemples de récompenses : 5 minutes de temps libre, écouter de la musique ou une histoire, faire un dessin, choisir un livre que l'enseignant lira, s'occuper de l'animal de la classe s'il y en a un, jouer sur l'ordinateur, choisir un autocollant, faire un jeu...avoir des points bonus pour une prochaine évaluation

Faire preuve de constance, cohérence et clarté lorsque le comportement se dégrade :

- **Établir des attentes claires** : Nommez de manière précise les comportements que doit adopter l'élève. Il est fréquent que des élèves adoptent des comportements inappropriés par qu'ils ne savent pas ce qu'on attend d'eux, parce que les attentes et les limites ne sont pas claires au départ.
- **Utiliser le retrait (quitter la classe) comme une intervention de dernier recours** : Après avoir tenté d'autres interventions (aide opportune, enseignement explicite, intervention par un signe, proximité physique, alternative, etc.) sans succès et si, et seulement si, l'élève continue d'adopter des comportements qui perturbent le climat d'apprentissage en classe.
- **S'assurer que le retrait soit perçu comme une mesure d'aide** : L'intervenant doit adopter une attitude bienveillante et faire savoir clairement à l'élève que le retrait de la classe ou de l'activité découle de ses choix de comportements. En choisissant d'adopter les comportements attendus, il pourra à nouveau intégrer le groupe ou l'activité.
- **Rediriger l'attention du groupe sur l'objet d'apprentissage** : Les comportements perturbateurs suscitent souvent l'attention des autres élèves. Il faut donc rapidement rediriger l'attention du groupe sur l'objet d'apprentissage de manière à éviter que les comportements inappropriés n'obtiennent trop d'attention de la part des pairs et que ces derniers ne se désengagent de la tâche.
- **Privilégier l'intervention individuelle** : Il est recommandé d'intervenir auprès de l'élève de manière individuelle en se rapprochant physiquement et en s'adressant à lui à voix basse de manière à préserver sa dignité. Une intervention respectueuse permet de protéger la relation avec l'élève, et ce, même si celui-ci se montre irrespectueux.
- **Assurer la progression des apprentissages** : Lorsque l'élève quitte la classe, il est important de s'assurer que son retrait n'aura pas comme conséquence de créer un retard dans la progression de ses apprentissages scolaires. Outre les gestes réparateurs devant être posés par l'élève, l'enseignant devrait aussi spécifier le travail devant être effectué lors de son retrait.
- **Éviter que le retrait ait l'effet d'un renforçateur** : Il arrive que certains élèves préfèrent être retirés d'une activité plutôt que d'y participer. Dans ce contexte, l'utilisation du retrait à un effet de renforcement négatif (retrait d'une situation jugée désagréable au profit d'une situation perçue plus agréable). Il faudra alors planifier d'autres stratégies d'interventions plus adaptées à l'élève. Une évaluation du comportement pourrait alors s'avérer très utile.
- **Privilégier un retrait de courte durée** : Les retraits les plus courts sont souvent les plus efficaces. La durée du retrait doit être adaptée au contexte et à l'âge des élèves. Parfois, quelques minutes suffisent. Il faut garder en tête que plus rapidement l'élève réintègre l'activité, plus grandes sont ses chances d'apprendre et de profiter de l'environnement éducatif que lui offre la classe.
- **Envisager un retrait au sein de la classe** : Le retrait du local n'est pas toujours nécessaire. Lorsqu'on choisit d'utiliser le retrait comme intervention, il est important d'envisager son application de différentes manières (retrait d'une équipe de travail, retrait sur un banc spécifique, retrait dans un espace plus calme dans un coin du local, retrait dans un espace adjacent au local, etc.)
- **Planifier la réintégration** : Lorsqu'on retire un élève, il est important de lui nommer les conditions de réintégration en classe ou dans l'activité. Il faut alors nommer de manière explicite les comportements attendus (comportements exigés en classe à tous les élèves), les gestes réparateurs à poser (ex. : des excuses) et le travail scolaire à compléter afin d'éviter les retards, le cas échéant.

Prévoir la possibilité de quitter la classe pour éviter une crise

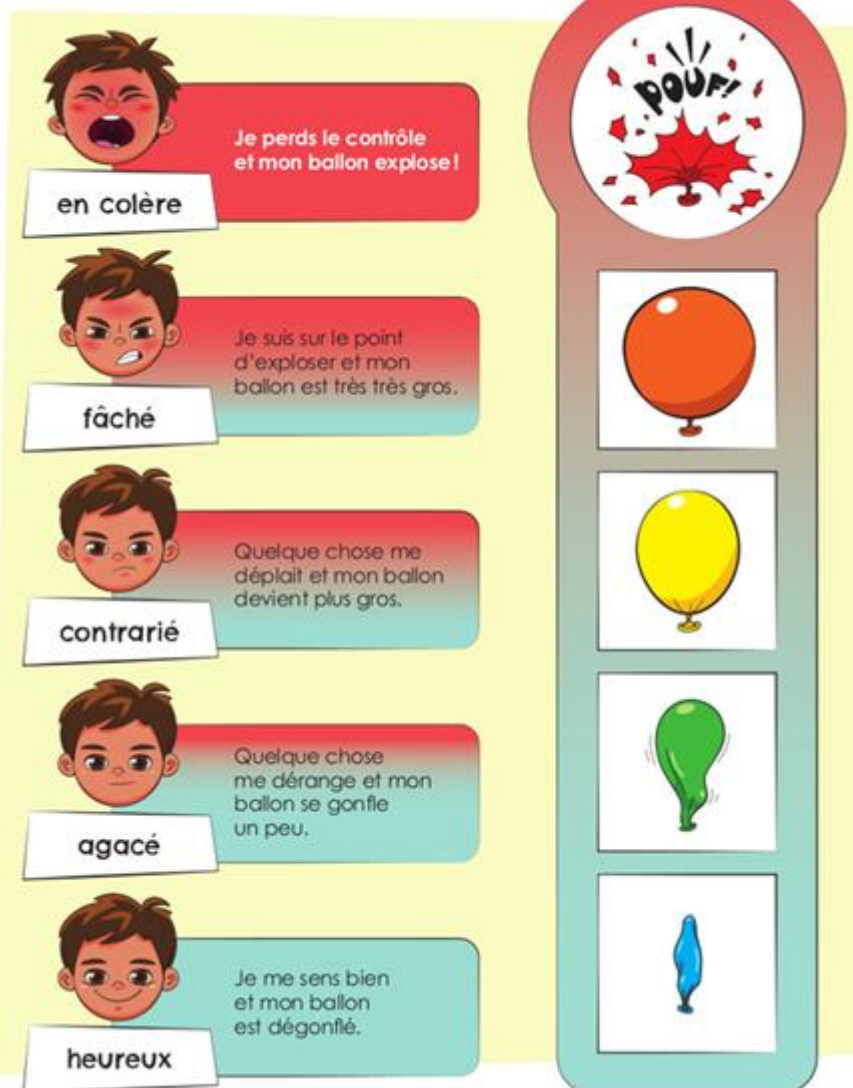
- Prévoir un « **sas** » lorsque la tension est trop vive pour lui permettre de « récupérer »
- Anticiper la **possibilité de quitter la salle** pour se rendre dans un autre lieu, déterminé en amont en équipe et avec lui (à l'infirmerie, dans une autre classe pour une activité précise, dans le bureau du directeur...) afin d'éviter une crise et de lui permettre de s'apaiser. Préciser les conditions d'accès (seul, accompagné...), les modalités et l'objectif.
- **Surveiller les temps d'échanges**, de récréation, de façon à prévenir les attitudes inappropriées et les crises éventuelles.

Associer les parents afin d'adopter une stratégie commune

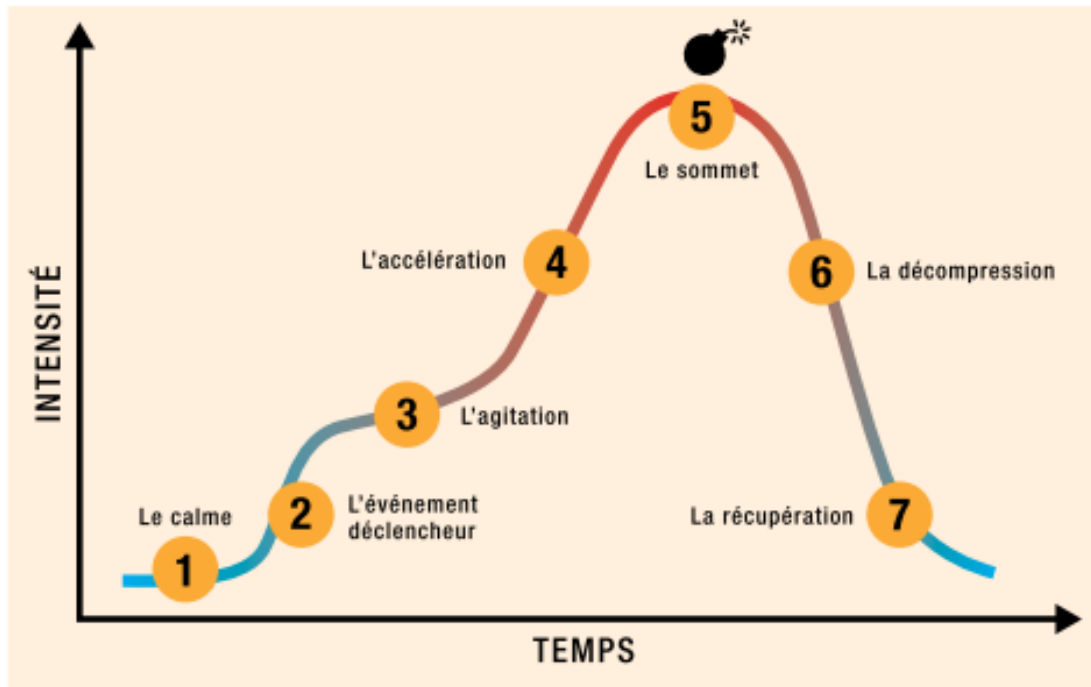
- Si une sanction est nécessaire, **établir à l'avance avec les parents ce qui pourra être fait**, si possible donner du sens à la sanction et l'appliquer de façon immédiate
- Favoriser un **contact régulier**, éventuellement avec un cahier de liaison
- Etablir une **relation de confiance** avec les parents qui sont souvent épuisés et en demande de soutien et avec l'élève qui se sent rejeté par les adultes et ses camarades

Envisager pour certains élèves, l'aménagement du cadre temporel : cela peut passer par des temps de scolarisation partiels (PAI)

Le thermomètre de la colère *



Prévenir et gérer une crise : Les phases du développement d'une crise



1. Le calme

- Maintenir un environnement physique adapté et ordonné qui répond aux besoins du jeune
- Maintenir des attentes claires à l'aide de consignes formulées avec précision qui nomment les comportements attendus.
- Faire respecter les règles établies. Lorsque tout va bien, il est essentiel de continuer de faire preuve de cohérence et de constance dans les interventions.
- Demeurer impliqué dans la vie du jeune, s'intéresser à ce qu'il vit et à ce qu'il fait. Des comportements d'ignorance de la part de l'adulte peuvent inciter le jeune à adopter des comportements inappropriés pour obtenir l'attention négative de l'adulte.
- Donner davantage d'attention aux comportements positifs en maintenant un ratio de quatre rétro actions positives pour une rétro action négative.
- Maintenir les routines de la vie familiale et scolaire. Les environnements prévisibles sont sécurisants pour les jeunes.
- Entretenir la relation avec le jeune en se montrant bienveillant à son égard, en agissant de manière à satisfaire ses besoins fondamentaux

2. L'élément déclencheur

L'élément déclencheur peut prendre plusieurs formes :

- Un changement dans la routine,
- Un conflit avec un ami,
- Le comportement provocateur d'un pair,
- La présence d'un stimulus aversif,
- Des frustrations lors d'une résolution de problème qui s'est avérée inefficace,
- Une pression à performer,
- Des problèmes de santé,
- Un manque de sommeil

La prévention peut être une stratégie gagnante qui permet d'outiller le jeune afin qu'il puisse faire face à la situation de manière à :

- 1) identifier le contexte ou les comportements à risque de déclencher une crise
- 2) modifier, si possible, l'environnement de manière à réduire ses irritants
- 3) nommer et enseigner au jeune les comportements à adopter dans cette situation)
- 4) pratiquer le comportement (le répéter avec le jeune)
- 5) renforcer le comportement attendu à l'aide de rétroactions positives, de rappels verbaux ou visuels, d'une guidance physique ou verbale ou en consignant les progrès.

3. L'agitation

Changement dans l'état émotionnel, un changement d'attitude motrice ou au contraire de retrait.

- Faire preuve d'empathie en tentant de comprendre et de reconnaître le problème du jeune (ex : Est-ce que ça va ? Tu veux en parler avec moi ?).
- Lui offrir de l'aide afin de l'aider à persévérer et d'éviter qu'il ne se décourage.
- Lui donner du temps et de l'espace afin de l'aider à reprendre son contrôle (lui offrir la possibilité de se retirer afin de s'apaiser).
- Se montrer rassurant et confiant dans ses capacités à surmonter le problème.
- Lui offrir la possibilité de faire une activité susceptible de l'apaiser
- Faire diversion en attirant l'attention du jeune sur un bon comportement ou une réussite.

4. l'accélération

Se caractérise par une escalade de comportements : défiance, désobéissance, provocation, évitement, intimidation ou encore la présence d'un questionnement insistant, de cris, de destruction matérielle ou encore d'abus verbal.

Les mots d'ordre sont : CALME, RESPECT et DÉTACHEMENT.

- Bouger lentement en évitant de faire des gestes brusques qui pourraient être perçus comme des signes d'agression par le jeune.
- Maintenir une distance raisonnable avec le jeune (au moins un mètre).
- Établir un contact visuel à position égalitaire (tous les deux assis ou tous les deux debout) en évitant les postures d'affrontement (ex : d'épaules à épaules).
- Porter attention au ton et au débit de la voix. Il est important que l'adulte montre au jeune qu'il est calme et en mesure de le sécuriser.
- Être bref. Les réponses brèves donnent moins de contrôle au jeune et limitent les chances que les comportements négatifs soient renforcés en leur accordant trop d'attention.
- Refléter les comportements inappropriés au jeune.
- Établir des limites claires et réitérant ses attentes et en annonçant les conséquences.
- Offrir des choix de rechange, puis se retirer quelques secondes afin de laisser le jeune décider.
- Reconnaître la collaboration du jeune (s'il y a lieu).

5. Le sommet

À cette étape, les comportements sont souvent plus destructeurs : bris, attaques physique, automutilation ou colère intense accompagnée de cris.

- Assurer la sécurité du jeune et des autres personnes en évaluant le degré de dangerosité de la situation. Écarter au besoin les objets dangereux.
- Superviser les comportements du jeune, ne pas le quitter des yeux.
- Tenter d'éloigner le jeune de la source du problème (le cas échéant) et le diriger vers un lieu isolé pour l'aider à reprendre le contrôle. Si ce n'est pas possible, demander aux autres personnes de quitter les lieux.
- Demander de l'aide aux personnes ressources disponibles (un collègue de l'école).
- En dernier recours, si, et seulement si, l'intégrité physique du jeune ou d'autrui est menacée, intervenir physiquement de manière à assurer la protection.

6. la décompression

Diminution de l'intensité des comportements

- Transmettre des directives claires et faciles à respecter.
- Diriger le jeune vers un lieu isolé des autres.
- Offrir la possibilité d'effectuer des tâches manuelles simples (ex : mandala, dessin, LEGO).
- Assurer une supervision adéquate tout en laissant le temps nécessaire à sa décompression.
- Dès qu'il semble prêt, proposer un retour réflexif sur la situation.
- Déterminer les conséquences, les gestes réparateurs qui devront être posés par le jeune (ex. : remettre à l'ordre le local où a eu lieu la crise).
- Préparer la réintégration du jeune à ses activités usuelles.

7. La récupération

Retour au calme avec un retour sur les événements en 5 étapes :

1. Décrire : Faire un retour sur le déroulement de la crise dans le but de responsabiliser le jeune et de prévenir une récurrence. Cela peut permettre d'identifier les éléments déclencheurs de la crise et ainsi favoriser la mise en place de stratégies susceptibles de prévenir une prochaine désorganisation.
2. Exprimer : Inviter le jeune à exprimer ses émotions de manière adéquate, c'est -à- dire en nommant les émotions ressenties et leur intensité. Au besoin, l'adulte peut l'aider à effectuer ce processus.
3. Évaluer : Faire un état de la situation afin d'évaluer les conséquences des gestes posés et planifier les conséquences logiques à appliquer. Par exemple, le jeune qui s'est montré impoli envers autrui devra leur adresser des excuses, celui qui a mis en désordre un local devra le ranger.
4. Réparer : Fournir au jeune l'occasion de réparer le tort qu'il a causé à autrui. La réparation est une approche d'intervention qui reconnaît au jeune le droit à l'erreur tout en les entraînant à assumer leurs responsabilités. Cela lui donne aussi la possibilité de recouvrer son estime de soi et de vivre une réussite.
5. Assumer : Aider le jeune à rétablir les liens avec les personnes concernées par la crise.
(Rencontrer l'enseignant concerné pour ensuite réintégrer la classe.)