

## Stratégies comportementales pour soutenir l'alimentation

### L'écoute : Comment donner des instructions



L'écoute est un élément très important de l'apprentissage de nouvelles compétences. Apprendre à écouter peut aider les enfants à acquérir de nouvelles compétences en écoutant des instructions.

Même si la motivation ne semble pas liée à l'alimentation, elle contribuera à renforcer les compétences de votre enfant. Apprendre à écouter les instructions prendra du temps et nécessitera de la répétition et de la constance.

- ✓ **Soyez direct**
  - Faites des affirmations plutôt que de poser des questions
- ✓ **Soyez clair, bref et précis**
  - Il est préférable d'utiliser moins de mots
- ✓ **Donnez une instruction à la fois**
  - Évitez de donner une série d'instructions
  - Donnez à votre enfant le temps d'assimiler l'instruction
- ✓ **Utilisez un langage compréhensible et donnez des instructions positives**
  - Utilisez « s'il vous plaît, fais \_\_\_\_ » au lieu de « ne fais pas \_\_\_\_ »
- ✓ **Simplifiez les explications**



Ce document fait partie de la série d'informations cliniques sur le trouble de l'alimentation sélective lié à de troubles du développement neurologique : [www.hollandbloorview.ca/RestrictiveEatingInfo](http://www.hollandbloorview.ca/RestrictiveEatingInfo)

#### Références

Child Mind Institute. (2024). *Complete Guide to Managing Behavior Problems*. <https://childmind.org/guide/parents-guide-to-problem-behavior/>

Raising Children Network (Australia) Limited (2024). *Encouraging positive behaviour: tips*. <https://raisingchildren.net.au/toddlers/behaviour/encouraging-good-behaviour/good-behaviour-tips>