

LES TICS

les causes:

- contrariétés répétées (côté parents ou frères et soeurs)
- stress familial (trop de rigidité dans l'éducation, il faut toujours être performant, le 1^{er} dans les études, etc...),
- stress scolaire (l'enfant gère mal son temps de travail)
- environnement scolaire oppressant (il faut toujours satisfaire les parents, les maîtres)
- naissance d'un frère ou d'une soeur

comment réagir

- Entre 1 et 4 ans : il n'y a pas lieu de s'inquiéter des tics de cette tranche d'âge, car ils vont disparaître
- de 5 ans et plus: il faut consulter un pédiatre rapidement qui va chercher la cause et installer une thérapie continue qui va durer assez longtemps. La présence des deux parents s'impose avec bien sûr l'enfant en question lors de la visite chez le praticien. (il est judicieux de lui téléphoner pour qu'il se documente sur le sujet à l'avance)
 - il est important de préciser à l'enfant que ce n'est pas de sa faute s'il a des tics (car il lit dans le regard de ses parents qui sont gênés par son comportement, alors il s'enlise davantage dans ces tics ne comprenant pas ce qui lui arrive)
 - les parents devront ajuster leur comportement vis à vis de l'enfant
 - il faut de la relaxation
 - il faut une psychothérapie qu'indiquera le pédiatre

- le chouchouter, oui, mais pas outre mesure en lui faisant sentir qu'il est handicapé, il se sentira amoindri et les tics redoubleront

- chaque fois que le tic le prend, lui rappeler gentiment qu'il doit maîtriser son corps, qu'il est capable de se retenir.

- il doit absolument faire du sport mais un sport où il n'est pas question de rigidité, trop de règles à respecter, trop de consignes, un sport qui ne rappelle pas les exigences de la classe!

- il faut le faire sortir régulièrement pour décompresser, promenades à pied, ne serait-ce qu'un tour du quartier chaque soir, sans autre personne qui le stresse, et bien sûr une longue promenade, chaque fois que c'est possible, dans la nature, dans un parc, serait la bienvenue.