COVID 19

Confiné.e.s, pas isolé.e.s

FRATRIE, ILS SE BAGARRENT !!!

Encore une bagarre !

Ils veulent le même jouet au même moment …

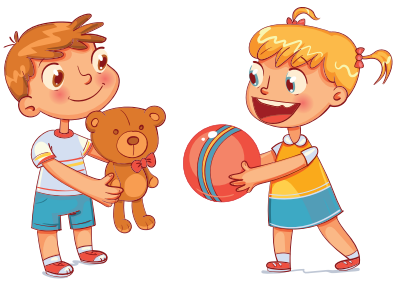
Ils se chamaillent !!!!

MINUTE INFO PARENTS

Situation pénible et pourtant ô combien naturelle, quand un enfant voit un autre enfant avec un jouet, automatiquement l'enfant va en avoir envie.
C'est un réflexe naturel de notre fonctionnement, comme nous pouvons avoir envie de boire un verre d'eau si nous voyons quelqu'un en boire un.

Les enfants ne savent pas toujours demander, patienter, gérer un conflit, négocier, le cerveau en construction et en maturation n'est pas encore suffisamment outillé. Nous devons les y aider.

C'est une opportunité de leur enseigner une compétence d'intelligence émotionnelle et sociale.



IMPORTANT

Si besoin (selon l'âge des enfants) en cas de stress, je m'isole un instant (en prévenant l'enfant, j'ai besoin de retrouver mon calme, je vais respirer dans la salle de bain/chambre). J'utilise les outils de #0 je reste calme face à mon enfant.

A chaque fois que votre enfant ou votre adolescent vous verra utiliser une de ces techniques il apprendra que c'est comme cela que l'on fait quand on est en colère, patience, il faut du temps aux enfants pour le mettre en pratique.

Direction de la Communication de la Ville de Mulhouse - Illustrations Freepik - Avril 2020

COVID 19
Confiné.e.s, pas isolé.e.s
FRATRIE, ILS SE BAGARRENT !!!

JE FOURNIS DU SOUTIEN A MON ENFANT

→ **Nos deux enfants se chamaillent pour avoir les mêmes cubes**

• Nous pouvons aller les voir, et demander à chacun ce qui se passe pour eux :

“J’étais en train de jouer tranquille et elle a voulu me les arracher”

“Oui ! moi aussi je veux jouer”

En invitant chacun à dire ce qui se passe pour eux, nous les aiderons à mettre des mots sur leurs émotions et à entendre les émotions des autres.

• Puis nous pouvons leurs proposer de chercher une solution ensemble

- on joue ensemble
- je joue un peu et toi après
- tu joues et moi je fais autre chose avec maman ou papa

… les enfants sont parfois pleins de ressources laissons-nous surprendre

Les enfants et les adolescents ont souvent plus de mal à retrouver leur calme, cela est dû à l’immaturité de leurs cerveaux, en prévention des crises de colère :

- gestes tendres
- jeux ensemble
- mouvement libre

ENFANCE & COVID

WWW.ENFANCE-ET-COVID.ORG

POUR ÊTRE ÉCOUTÉ, ACCOMPAGNÉ ET SOUTENU :

NUMÉRO VERT : 0805 827 827
OU CONTACT@ENFANCE-ET-COVID.ORG

Par l'Association Européenne Parentalité Positive (PEPA)
& L’Équipe de rédaction soutien parentalité

Laurence NUGUES : 06 98 25 60 72
laurencenugues@gmail.com
laurencenugues.wicsite.com/laurencenugues

Stéphanie DUHOUX : 06 03 15 99 60
contact@stephanieduoux.com
www.stephanieduhoux.com.@assopepa

Laurence NUGUES
Approche empathique de l’enfant & Parentalité Positive

PEPA

Stéphanie DUHOUX
Approche empathique de l’enfant & Parentalité positive

Direction de la Communication de la Ville de Mulhouse - Illustrations Freepik - Avril 2020