

# 10 IDÉES DE RITUELS PARENTS/ ENFANTS

01

Porter des habits de la même couleur ou des tenues qui ont un point commun en disant qu'on pensera l'un à l'autre toute la journée grâce à ce lien vestimentaire.

02

Asperger du parfum d'un des parents un mouchoir glissé dans la poche de l'enfant ou bien son poignet.



03

Ramasser ensemble un objet (galet, fleur séchée, coquillage...) que l'enfant conservera dans sa poche et qu'il pourra tenir dans sa main.



04

Bien dire à l'enfant à quelle heure on viendra le chercher et dans quelles circonstances (fin de la classe, fin du périscolaire...) et rappeler les rituels qui seront faits ensemble lors des retrouvailles évoquées.



05

Le matin, avant de quitter la maison, choisir un livre qui sera lu ensemble le soir, pour donner une visibilité sur la fin de journée qui sera passée ensemble.



06

Evoquer avec l'enfant ce qu'il fera pendant la séparation en donnant des repères temporels qu'il comprend (heure de dépôt, matin, midi, heure des retrouvailles). Les parents peuvent également raconter ce qu'ils feront eux-mêmes pendant la séparation.

07

Glisser une photo des parents dans un endroit facilement accessible pour l'enfant (dans une poche, dans la trousse, dans le sac...). On pourra dire aux enfants qu'ils peuvent regarder cette photo dès qu'ils en ressentent le besoin.



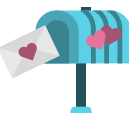
08

Dessiner un cœur, un smiley ou un autre symbole de l'amour porté à l'enfant au creux de sa main ou sur une partie de son corps qu'il pourra regarder discrètement quand il en ressentira le besoin.



09

Laisser un mot dans la boîte aux lettres familiale et relever le courrier avec l'enfant avant de partir pour qu'il lise ce mot doux et le garde dans sa poche la journée.



10

Inventer une sorte de formule magique ou de devise familiale qui signifie qu'on se quitte et qu'on se retrouvera toujours. Cette formule sera en quelque sorte le signal de départ, en attendant la réunification du soir.

