

# RÉPONDRE AUX ÉMOTIONS DES ENFANTS

Il est inutile de vouloir rediriger le comportement d'un enfant avant de se connecter émotionnellement à lui.

Une fois qu'un enfant est **calme**, il est plus **réceptif** à des propositions pour résoudre le problème ou des **explications** sur les enjeux de son comportement. La connexion émotionnelle peut passer par des mots comme :

*Tu es vraiment déçue que..., c'est ça ?*

*C'est très difficile à vivre quand...*

*Ça t'a mis en rage de...*

*Tu as le droit d'être tristesse de pleurer.*



## Pour les petits (jusqu'à 3 ans)



- Donner une **information**.
  - *Mordre / taper fait mal.*
  - *Jeter les jouets les abîme.*
- Clarifier le **comportement** attendu.
  - *Tu peux demander un câlin quand tu es fâché ou triste.*
  - *Les jouets sont faits pour jouer.*



## Pour les "moyens"



- Amorcer une **sensibilisation** sur les émotions :
  - lecture de livres (*Parfois je me sens, Au fil des émotions...*),
  - jeux autour des émotions (mime, scénario...),
  - nommer les émotions (film, livre, copains...).
- **Solliciter** l'enfant.
  - *Est-ce que ça t'aiderait de -> faire un câlin, de sauter, de respirer, d'aller dans ta cabane de retour au calme... ?*
  - *Tu peux penser à une autre manière de demander qui donnerait plus envie de t'aider ?*



## Pour les grands (à partir de 6 ans)



- Rediriger vers le **raisonnement** et les **conséquences** des actes
  - *Qu'est-ce qui s'est passé ?*
  - *Qu'est-ce que tu avais envie de dire ?*
  - *A ton avis, comment X s'est senti quand tu as fait ça ? Comment moi je me suis senti ?*
  - *Que se passerait-il si tout le monde agissait de la sorte ?*
- Faire ensemble un remue méninge pour trouver une **solution** mutuellement acceptable

