

Limiter les actes des enfants, autoriser leurs sentiments

Ecouter, un préalable.

Refléter les paroles de l'enfant comme un **"miroir émotionnel"**. La fonction de l'écoute consiste à refléter les sentiments, tels qu'ils sont, sans distorsion : *"Oh, tu le détestes à ce point C'est donc ce que tu penses vraiment. Je comprends."*

Ne pas contester les ressentis

Prendre les paroles de l'enfant au **sérieux** et exprimer du **respect** pour son opinion : *"Ah, tu trouves que c'est trop chaud. Ah mince, tu trouves que c'est trop froid. Tu n'aimes pas quand c'est trop salé à ton goût"*.

Limiter les actes

Ne pas laisser l'enfant taper, insulter quiconque, ou se faire mal à lui-même.

Rediriger les actes : faire des dessins "méchants"; courir autour de la maison ; taper sur des percussions (tambourin, castagnettes...)

Guider et rediriger

Utiliser des **questions ouvertes** : *qu'est-ce qui s'est passé ? qu'est-ce que tu t'es dit ? et après, qu'as-tu tenté de faire ? comment ça a fonctionné ? maintenant que tu m'as raconté tout ça, que pourrais-tu faire ? qu'est-ce que tu décides de faire ?*

Décrire vos attentes d'adultes

Décrire : ce que vous **voyez** (*quand tu...* – description objective de la situation observée); comment vous vous **sentez** (*je me sens...*); quelles sont vos **attentes** (*c'est important pour moi de... et je te demande de... Serais-tu prêt à...?*)

Exprimer ce que nous apprécions

Exprimer de la **gratitude** : *"Les assiettes et les verres sont rangés maintenant. Ça t'a demandé du temps et tu l'as fait. Je suis contente, ça va me faciliter la vie. Je pourrai facilement retrouver ce dont j'ai besoin. Je te remercie"*

Accorder par l'imaginaire

Décrire les **désirs** : *"C'est vrai qu'il est beau ce vélo avec ses flammes. Je suis sûre que tu aimerais te promener avec. Ce serait tellement bien. A l'heure actuelle, je n'ai pas prévu d'acheter un vélo. On peut le mettre sur ta liste d'anniversaire. Je l'écris ou tu l'écris ?"*