

# COMMENT ÉCOUTER LES ÉMOTIONS DES ENFANTS ?

Quand un adulte se relie à ce que l'enfant vit, ce dernier voit son besoin **d'empathie** nourri et peut s'apaiser.

## Reformuler ce que l'enfant vient de dire

Oh mince, tu as oublié ton bâton !

## Rejoindre l'imaginaire

Et il était comment ce bâton ? Il avait des pouvoirs magiques ?/ Tu aurais fait quoi à la maison avec ? Oh oui, tout ça ! Je comprends que ça te rende si triste.

## Faire parler l'enfant de ce qu'il pense

C'était un bâton spécial. Il n'était pas comme les autres et tu l'aimais beaucoup/ Tu le voulais pour compléter ta collection de bâtons ?

## Compatir à la tristesse

C'est vrai que ça rend triste quand on perd quelque chose/ Tu es tellement triste , tu aurais tellement aimé ramener ce bâton.

## Donner le droit à l'expression émotionnelle

Tu as envie de pleurer ? Tu as le droit de pleurer./ Tu veux un câlin ?

Souvent, quand un enfant se sent entendu et compris, il va décharger son émotion en **pleurant**, comme un mini deuil. L'écoute empathique n'est **pas une baguette magique**, mais permet de dénouer un grand nombre de crises.

