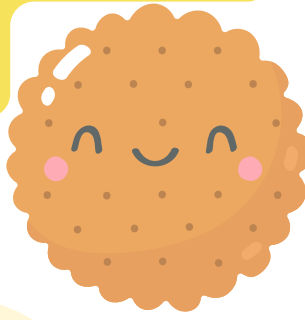


POURQUOI LES ENFANTS SE METTENT DANS TOUS LEURS ÉTATS POUR UN BISCUIT CASSÉ ?

Un tout-petit veut un biscuit, ce dernier a le malheur de se casser et cela déclenche une crise qui nous surprend par son intensité.



DU POINT DE VUE DU DÉVELOPPEMENT COGNITIF

Le cerveau des petits enfants est **immature** et ils ne peuvent pas réagir comme des adultes à la frustration, à la difficulté, ou à la peur. **Avant 5 ans**, l'enfant ne peut donc **pas contrôler ses émotions**. Ce n'est pas une question de volonté mais de capacité : il est incapable de prendre du recul sur ce qu'il vit.



DU POINT DE VUE DE L'ENFANT

Le biscuit cassé est seulement le **déclencheur** de la crise, pas la raison principale. Si un enfant a eu une journée éprouvante, qu'il a accumulé des émotions vives sans pouvoir les exprimer, une petite contrariété peut le faire exploser (un verre qui n'est pas de la bonne couleur, un biscuit cassé, une étiquette qui gratte...)

MAINTENIR LE CONTACT

Réfléchir avec notre cerveau d'adulte : **Est-ce que mon enfant est vraiment en train de pleurer pour ça ? Qu'est-ce qui aurait pu le perturber aujourd'hui ?** On pourra tendre les **bras pour un câlin**. Les **jeux de contact** physique sans violence (comme une bataille de pouce) permettent de décharger l'énergie et de rétablir la relation. Certains enfants ont besoin d'être pris dans les bras; d'autres repoussent les contacts physiques et une présence silencieuse suffit.



RECONNAÎTRE LA SOUFFRANCE DE L'ENFANT

Les **pleurs** sont un moyen d'évacuer l'émotion et les mots peuvent valider la souffrance. On laissera l'enfant **se décharger**, sans en rajouter ni la réactiver par taquinerie une fois que l'enfant est passé à autre chose.

JOUER POUR LIBÉRER LES CONTRARIÉTÉS

Les **jeux de rôle** (l'enfant joue la maîtresse, le parent l'élève) ou les jeux à l'aide de marionnettes, de petits personnages permettront aux enfants de s'exprimer sur ce qu'ils ont vécu dans la journée. Il est possible d'orienter les enfants vers une scène dont il aurait parlé et qui l'aurait perturbé (dispute, punition, séparation, situation d'impuissance, peur...)



ANTICIPER LES SITUATIONS DE STRESS

- Écouter les émotions de l'enfant : il a le droit d'être triste, ou d'avoir peur
- Évoquer et visualiser les **retrouvailles**
- Partir en **disant au revoir** pour éviter le sentiment d'abandon