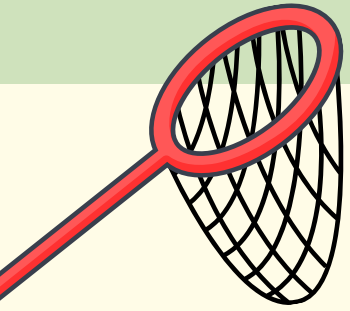


# MON ENFANT ME DÉFIE : POURQUOI ? COMMENT RÉAGIR ?



## UNE ABSENCE DE DIALOGUE INTÉRIEUR

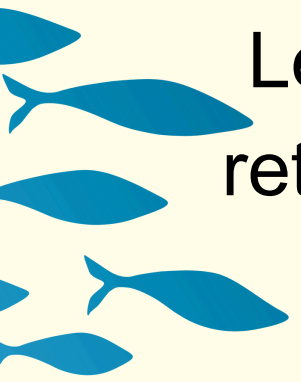
Avant 5 ans, les enfants n'ont pas la capacité de dialogue intérieur qui est essentielle à l'auto régulation. Les jeunes enfants essaient de résoudre les problèmes qu'ils rencontrent par un dialogue extérieur à haute voix. Il n'est pas étonnant d'entendre des jeunes enfants parler et décrire ce qu'ils font lorsqu'ils jouent : ils sont justement en train de **construire leur dialogue intérieur** et leur capacité d'auto régulation.



## LA MÉTAPHORE DES POISSONS ET DU FILET

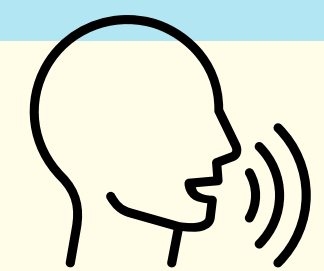
Le cerveau des enfants est comme un étang rempli de gros poissons rouges et de petits poissons bleus. Les poissons rouges représentent des comportements pas encore régulés. Les petits poissons bleus aident l'enfant à réguler son comportement.

Les jeunes enfants sont équipés d'un "**filet neurologique à larges mailles**" : ils ne retiennent que les gros poissons. Parfois, ils attrapent quelques petits poissons mais ces derniers ont tendance à s'échapper entre les mailles.



## LA PEUR BLOQUE LE CERVEAU DES ENFANTS

Il ne suffit pas pour un jeune enfant de connaître les règles pour être en capacité de la traduire en action effective. Les **cris** ne développent pas la capacité d'auto régulation de l'enfant, voire même la freine à cause de la peur et du **stress** provoqués dans le cerveau immature et fragile de l'enfant.



## RÉFLÉCHIR À HAUTE VOIX POUR L'IMITATION

Les jeunes enfants ont besoin de nous **entendre penser tout fort** et de nous voir faire preuve de compréhension en redirigeant les comportements sans violence. Les enfants ont besoin de **consignes** claires et de **démonstrations** bienveillantes pour les aider à faire ce qui est attendu et acceptable dans la famille.

## CHOISIR LA COMPRÉHENSION

L'**empathie** et la **créativité** sont utiles pour accompagner les jeunes enfants :

*"Hum, je vois que la nourriture est encore sur le sol plutôt que dans ton assiette. Nous savons tous qu'elle n'a rien à faire par terre. Je pense que c'est cette coquine de petite main qui l'a mise là. Qu'est-ce qu'on pourrait bien faire ? Je sais : cette assiette va rester sur la table/ dans mes mains pour l'instant."*

