

UNE APPROCHE ÉDUCATIVE BASÉE SUR LA CONNEXION ÉMOTIONNELLE AVEC LES ENFANTS.

Se connecter signifie faire en sorte que les enfants se sentent compris et les assurer de notre présence à leurs côtés dans les moments difficiles (colère, frustration, stress...)

1. RÉCONFORTER

Une des façons les plus rapides d'inspirer la confiance et l'absence de menace consiste à se positionner en-dessous du niveau des yeux de l'enfant et à choisir une posture corporelle décontractée et apaisante. Un ton de voix calme, une posture décontractée, des mots empathiques apaisent parents et enfants.



apprendreaeducer.fr

2. VALIDER

Valider les émotions est difficile car cela requiert de résister à la tentation de dénier ou minimiser ce que traversent les enfants, au risque de rompre la connexion.

Cela te fait vraiment de la peine de ne pas avoir été invité? Je me serais senti exclu moi aussi.



3. ÉCOUTER

- Reconnaître ce que dit l'enfant au-delà de ce qui est dit et donné à voir
- Rester à l'affût des indices qui permettent de saisir ce qui se passe vraiment dans la tête de l'enfant (posture, signes non verbaux...)
- Évitant d'argumenter ou de raisonner
- Offrir un temps et un espace sécurisés pour que l'enfant s'exprime (*Je vois à quel point tu es furieux. Pas étonnant que tu te sois mis dans cet état, ça m'aurait mis très en colère moi aussi.*)

4. RÉFLÉCHIR

- Réfléchir les émotions et le contexte permet de mettre en perspective les émotions comme des visiteuses passagères qui ont émergé dans une situation particulière mais qui ne sont pas un trait de la personnalité de l'enfant ni de la relation avec la personne dont il se plaint.
- Réfléchir à une solution (mais pas toujours : parfois, une écoute bienveillante suffit à apaiser l'enfant qui ne cherche pas spécialement de solution mais simplement un soutien inconditionnel et une compréhension authentique).
- *Qu'est-ce qu'on pourrait faire pour que vous puissiez jouer tous les deux ensemble ? Serais-tu d'accord pour lui laisser des briques ou pour ... ?*