

POURQUOI LES ENFANTS FONT-ILS UNE CRISE APRÈS UNE SUPER JOURNÉE ?



apprendreaeducer.fr

INCOMPRÉHENSION DES PARENTS ET ÉMOTIONS DES ENFANTS

Il arrive peu que les enfants expriment leur **gratitude** et ils ont plus souvent une **attitude opposée** : **pleurer**, en demander plus, **rechigner** à partir, **râler**...

Notre **propre déception** et notre **colère** nous poussent à dire des paroles **dévalorisantes** : *Voilà tout ce que je fais pour eux, pour leur faire plaisir et ils râlent ! Pourquoi ne sont-ils jamais contents ?*



COMPARER LES RÉACTIONS DES ENFANTS AVEC CELLES DES ADULTES

A la fin des vacances, on n'a généralement **peu envie de rentrer**, on voudrait encore un mois de vacances ! Est-ce que cela veut dire que nous ne sommes pas contents de nos vacances ? Au contraire : **nous les avons tellement appréciées que nous voudrions faire durer ce moment plus longtemps**... quelque a été la durée des vacances.



LE CERVEAU IMMATURE DES ENFANTS

Les enfants réagissent comme nous sauf que leur **cerveau** n'est **pas assez mature** d'un point de vue émotionnel pour mettre des **mots logiques et cohérents sur les émotions** (comme "je suis en même temps content et déçu", "je suis triste que cela se finisse et heureuses que cela ait eu lieu").



L'ÉCOUTE BIENVEILLANTE ET EMPATHIQUE

Un enfant qui pleure et refuse de rentrer dit entre les lignes : *C'était tellement génial que je voudrais que cela ne s'arrête jamais !* Quand un **parent écoute** les besoins et les émotions d'un enfant, ce dernier se sent **compris** et reçoit le message que ses parents ont également apprécié ce moment.



DES MOTS COMPRÉHENSIFS

"C'était génial, je me suis bien amusée moi aussi et j'ai aimé passé ce moment avec toi. J'ai hâte qu'on ait à nouveau une journée comme ça. Comme toi, j'aurais aimé que ça dure encore plus longtemps et je suis un peu triste que ce soit fini."

