

Le guide d'accompagnement



Placote

Table des matières

Section 1

Comprendre les crises chez l'enfant

Introduction	6
Pourquoi les enfants font-ils des crises ?	7
Le développement émotionnel	7
La compétence émotionnelle	8
L'adulte est un guide	10
Rester à l'affut	11
Les étapes de la crise	12
Comment prévenir les crises ?	14
Identifier les déclencheurs	14
Offrir un encadrement rassurant	16
Utiliser de bonnes stratégies de communication	18
Quoi faire pendant une crise ?	20
1. Être un modèle de calme	20
2. Avoir une approche empathique	22
3. Maintenir un contact physique chaleureux	23
4. Parler à l'enfant avec des mots simples et rassurants	24
5. Rester auprès de l'enfant et le réconforter jusqu'à la fin de la crise	25
6. Inviter l'enfant à utiliser des outils de La boîte calme	26
Quoi faire après une crise ?	28
1. Identifier l'état émotionnel de l'enfant	28
2. Évaluer l'ampleur de l'émotion	30
3. Discuter du déclencheur	30
4. Mettre l'accent sur les meilleures stratégies	32
5. Réparer un geste	34
6. Faire un geste symbolique et chaleureux	35
7. Faciliter la transition vers une prochaine activité	35

Section 2

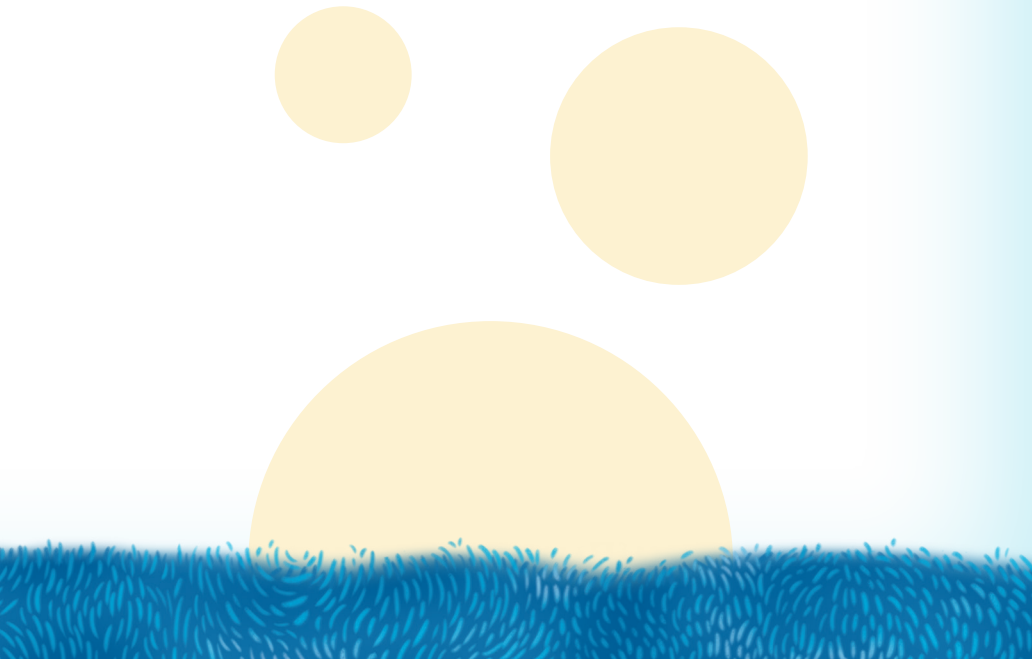
Présentation des outils de La boîte calme

Comment utiliser la boîte

Aménager un coin de retour au calme	36
Découvrir, explorer, expérimenter	37

Outils : mode d'emploi

Aide-mémoire «Les étapes du retour au calme»	38
Affiche «La respiration bedaine»	40
Affiche «Reconnaitre mes émotions»	40
Affiche «La météo des émotions»	42
Affiche «L'intensité de mon émotion»	44
Cartes «J'ai besoin de...»	46
Sablier à bulles	48
Balle sensorielle	50
Album photos «Mes moments doux»	52
	55



Section 1

Comprendre les crises chez l'enfant

Ce guide d'accompagnement vise à outiller les parents et les adultes qui prennent soin d'enfants dans la gestion des comportements de ces derniers en lien avec leurs émotions. La première partie propose certaines **stratégies à privilégier** afin de prévenir les crises ainsi que des attitudes à adopter pendant et après une crise. La seconde partie présente la manière d'utiliser le **matériel de la boîte** pour accompagner l'enfant vers le retour au calme.



Pourquoi les enfants font-ils des crises ?

Le développement émotionnel

Chez l'enfant, le développement émotionnel est intimement lié au développement du cerveau. En effet, les émotions comme la colère, la peur, l'angoisse de séparation, la sociabilité, l'enjouement et la curiosité sont générées par son cerveau. C'est aussi le cerveau de l'enfant qui lui permet de décoder ses émotions, de reconnaître celles des autres et, petit à petit, de contrôler les émotions plus ou moins intenses qu'il ressent.

Toutefois, comme **son cerveau n'a pas encore fini de se développer**, l'enfant peut rapidement être envahi par des émotions qui prennent le dessus sur ses capacités de raisonnement. Il communique alors sa détresse par des excès de colère, des cris, des larmes ou des coups. Ces gestes ne sont pas des caprices, de la désobéissance ou des tentatives de manipulation. L'enfant est plutôt désespéré par ce qui lui arrive et il le manifeste par tous les moyens.

Tous les enfants ne réagissent pas de la même manière aux tempêtes d'émotions. Certains peuvent réagir de manière plus subtile ou silencieuse, en se repliant sur eux par exemple. Même si la réaction est moins apparente, le besoin d'accompagnement est tout aussi présent.

