QUAND DIRE AU REVOIR EST DIFFICILE

Le défi avec les jeunes enfants est que leurs besoins d'attachement sont importants. Leur immaturité les rend très dépendants de leurs figures d'attachement et ils évoluent dans un monde qui est caractérisé par de nombreuses séparations.

Les enfants ne s'ennuient que des personnes auxquelles ils sont attachés, et même si les « au revoir » deviennent difficiles, cela ne signifie pas pour autant que ce soit une mauvaise chose qu'ils s'ennuient de ces personnes.

NOUS DEVONS AIDER LES ENFANTS À TENIR À NOUS EN:

A

S'assurant qu'ils sont pris en charge par des personnes auxquelles ils sont attachés

B

Attirant l'attention sur le prochain moment de connexion plutôt que sur la séparation

C

En lui donnant un objet auquel tenir et qui reflète notre relation

20 FAÇONS DE FAIRE LE PONT AVEC LA SÉPARATION DE LA JOURNÉE :

Donnez-lui un objet à tenir qui lui rappelle son parent, tel qu'un porte-clés, une pierre gravée ou un bijou.

Expliquez à l'enfant le programme de la journée et ce que vous ferez ensemble lorsque vous viendrez le chercher

Offrez-lui un médaillon avec des photos de famille à l'intérieur

Dites à l'enfant que le médaillon contient une infinité de baisers et de câlins, s'il en a besoin

Écrivez un mot et glissez-le dans sa poche pour plus tard

Mettez ses plats préférés dans sa boîte à lunch et dites-lui que vous y avez versé tout votre amour en les préparant

Glissez une photo de ses parents dans sa poche pour qu'il puisse la regarder facilement au cours de la journée

Avoir un mur de photo de famille à la garderie ou à l'école et l'encourager à aller le regarder quand il en a le besoin

Faites une brève visite à l'heure du dîner pour lui dire bonjour ou lui apporter son repas

Vaporisez sur les vêtements d'un enfant un parfum qui lui rappellera les personnes qui lui sont proches

Mettez des vêtements de couleurs similaires pour la journée et dites-lui que vous porterez la même couleur que lui

Soufflez des bisous dans ses poches et dites-lui qu'ils seront à cet endroit s'il s'ennuie de vous

Dites-lui que vous aurez le même dîner que lui à la même heure de la journée

Invitez-le à vous parler mentalement et dites-lui que vous répondrez à ses questions

Dites à l'enfant qu'il existe des fils invisibles qui vous relieront l'un à l'autre tout au long de la journée et faites semblant de les connecter avant votre départ

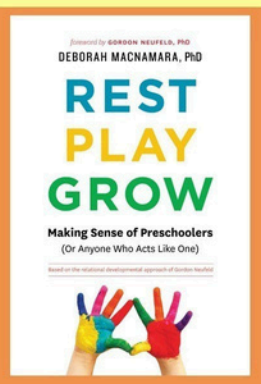
Placez dans sa boîte à lunch une photo illustrant ce que vous ferez ensemble après l'école ou en soirée

Procurez-vous des bracelets ou des bagues similaires à porter quand vous êtes séparés l'un de l'autre

Découpez sa collation en forme de cœur et dites-lui que vous y avez mis plein d'amour

Dites-lui que lorsqu'il rentrera à la maison, il pourra vérifier dans la boîte aux lettres s'il y a du « courrier » que vous lui avez écrit

Confiez-lui un secret à garder pour la journée et qu'il pourra partager avec tous lors du souper



Dr Deborah MacNamara
www.macnamara.ca
Dr. Deborah MacNamara
@debmacnamara
deborahmacnamara