

Série d'ateliers de parents Guide de facilitateur Décembre 2019



Ce guide est pour des membres sélectionnés de la communauté qui sont intéressés à engager les parents dans des sujets qui se rapportent directement au développement social, émotionnel, et cognitif de leurs enfants. Nous vous encourageons à adapter le matériel d'une manière qui conviendrait mieux à la communauté des participants.

Toutes les activités ne sont pas exigées mais il est fortement suggéré que tous les sujets restent fidèles au cadre et à l'objectif de l'atelier.



La série d'ateliers de parents expliquée

Des parents ou soignants sont invités à participer dans une série d'ateliers.

- 1. Participants assistent à un total de 6 ateliers.
- 2. Participants reçoivent des outils tels que des livres, des suggestions d'activités, etc.
- 3. Participants accomplissent des tâches et rapportent leur expérience au groupe.
- 4. Participants fournissent des commentaires sur le progrès et l'expérience.



Introduction

Le développement d'un enfant ne commence pas à son arrivée à l'école mais à la maison. Le parent est le premier éducateur d'un enfant. Pendant son temps à la maison, un enfant établit sa capacité d'apprendre et de s'épanouir dans la société quotidiennement. La capacité d'apprendre et de réussir est non seulement basée sur sa génétique, mais également sur son interaction avec les parents, l'environnement, et l'expérience. Quand les enfants apprennent, ils établissent une base qui leur permettra de développer la capacité du cerveau à réussir intellectuellement, émotionnellement et socialement. Ensemble, ces compétences importantes se renforcent mutuellement pour former la base de la capacité des enfants à socialiser et à apprendre.

Élever un enfant est un processus qui prépare chaque enfant à l'autonomie. Au fur et à mesure qu'un enfant grandit et se développe, il y a beaucoup de choses qui peuvent aider à établir des liens entre le développement de l'enfant et les techniques parentales positives, la sécurité, ainsi que le développement social et émotionnel à chaque étape de la vie de l'enfant.

En tant que facilitateur, votre objectif est d'aider les participants à comprendre qu'ils font déjà un travail étonnant en aidant leurs enfants à réussir. Chacune de leurs interactions et chacun de leurs moments avec leur enfant lui procure un bon départ dans la vie. C'est votre objectif est d'éduquer et de guider chaque participant dans la réalisation de son potentiel en tant que parent.

Ce guide est développé pour mieux vous fournir des outils pour aider les participants avec les informations dont ils ont besoin afin de faire le



meilleur choix parental pour leur enfant. Les activités et les ressources sont liées à chaque session pour mieux étendre le concept global présenté.

Disposition de salle

- La disposition de salle est très importante pour encourager la réalisation d'un sens de communauté et de confiance. Trouvez une salle dans une école ou une église et arrangez une table pour inclure une feuille de présence, des étiquettes de nom, et un blocnotes avec le stylo pour chaque participant.
- Arrangez maintenant la salle en cercle de chaise avec ou sans des tables. Fournissez les étiquettes de nom pour chaque participant. Assurez-vous d'avoir tout le matériel nécessaire accessible à une table à proximité pour faciliter la transition d'une activité ou simple discussion.

Directives aux participants

Note de facilitateur :

Demandez aux participants de la session de travailler avec vous pour établir quatre règles qui doivent être suivies au cours des ateliers de parents. Commencez par les deux premiers (voir ci-dessous).

Demandez aux parents de développer collectivement les directives 3 et 4.

- 1. Il n'y a pas des réponse fausses ou correctes, seulement des points de vue différents.
- 2. Vous n'avez pas besoin d'être d'accord avec autrui, mais vous devez écouter les autres partager leurs points de vue respectueusement.



Haiti Liste de présence

Date	Nom	Genre	# d'Enfants	Signature



Table des matières

Il est suggéré que les parents participent à 6 sessions basées sur les compétences et présentées par un facilitateur local. Les sujets et séquences sont représentés ci-dessous:

Session Une: Les 1.000 premiers jours sont essentiels pour aider les enfants à mener une vie saine et réussie (p. 8).

Importance des relations parent-enfant

- o 1.000 jours et La Capacité Cérébrale
- Relations solides et instables (précaires)
- Devoirs

Session Deux: Les relations affectueuses et attentives avec les soignants aident les enfants à gérer le stress (p. 16).

Fournir des soins sensibles continus

- o Relations et développement de l'attachement solide
- Ou'est-ce que le stress?
- Stratégies dans les difficultés
- o Comprendre le tempérament et ses effets sur vous et votre enfant
- Devoirs

Session Trois: Le jeu est une façon amusante et engageante d'entretenir le développement social, émotionnel et cognitif des jeunes enfants (p. 24).

Connexion au développement social émotionnel et cognitif

- o Importance du jeu
- o Encourager le langage et la communication
- Devoirs

Session Quatre: Frapper les enfants n'est pas la réponse; une discipline positive peut aider les enfants à avoir des relations plus solides et plus saines (p. 31).

Autogestion, Discipline Positive, et Punition Corporelle

- o Importance de considérer des alternatives aux pratiques disciplinaires sévères au niveau des ménages.
- Adresser les tempéraments difficiles
- Devoirs

Session Cinq: Les soins personnels sont importants dans la garde des enfants (p. 41)



- o Évaluer les capacités d'adaptation
- o Santé physique et bien-être
- Devoirs

Session Six:

Sessions complémentaires de soutien (p. 42)

- o Liste des Ressources de la Communauté
- o Défis sous-jacents
- o Exemples de succès



Session Une

Titre de Session	Durée	Objectifs de Session	Activités
Introduction	10 minutes	Participants se réuniront en cercle et se présenteront et présenteront leurs dessins.	- Participants dessineront une image de leur famille et seront invités à partager leur dessin, et à propos d'eux-mêmes
Petits Groupes de discussion – L'art d'être parent (rôle parental)	15 minutes	Participants travailleront dans de petits groupes pour identifier des aspects de la question.	- Que signifie être parent? Quel aspect du rôle de parent vous plaît le plus? Quel aspect du rôle parental trouvez-vous le plus difficile?
1.000 premiers jours de la vie et le développement du cerveau	30 minutes	Reconnaître l'influence de la relation parent- enfant dans le développement du cerveau des enfants.	- Demandez aux participants de créer des jouets avec des objets quotidiens. Partager est encouragé.
-Bâtir une relation solide	30 minutes	Participants comprendront la différence entre l'attachement solide et l'attachement instable.	Participants prendront des notes et suivront le guide de session.
Conclusion	5 minutes		- Les participants sélectionnés partageront 2 choses qu'ils ont apprises et 1 question qu'ils peuvent encore avoir concernant les sujets de la session d'aujourd'hui.



NOTES 'l'ordre du jour suivant représente Session Une d'un atelier de six sessions, qui s'étend sur 1,5 heures par session, et qui se concentre sur la promotion de l'interaction émotive et sociale entre parent et enfant, tout en fournissant des idées pratiques à utiliser à la maison.

Ordre du jour

Importance d'une Relation Parent-enfant

Session Une

Objectifs et Résultats

- Participants réfléchiront sur le rôle parental.
- Participants comprendront que les interactions et les expériences précoces avec leur enfant ont un impact décisif sur l'architecture du cerveau et sur la nature et l'étendue des capacités des adultes.
- Participants comprendront que leur efficacité comme parents est considérablement influencée par la nature et la qualité des relations parent-enfant.
- Reconnaître l'influence de la relation parent-enfant dans le développement du cerveau des enfants.
- Participants comprendront comment la prestation de soins sensibles et attentifs aide à développer une base de confiance solide, permettant aux enfants d'explorer le monde plus vaste et d'autres relations.
- Participants se concentreront sur des activités qui permettent l'attachement solide.

Matériel: Vidéo du cerveau de Harvard en Créole haïtien, marqueurs, papier de construction,

crayons, tableaux à feuilles mobiles adhésifs et documents à distribuer aux participants.

10 minutes Présentation des participants et Introduction

Manuscrit Suggéré
Bienvenue à la première des 6 sessions de cet atelier sur le rôle parental. J'ai hâte de vous rencontrer et de naviguer parmi les joies et les défis qui accompagnent le rôle parental. Vous apprendrez l'importance d'établir une base solide pour votre enfant qui peut mener à la réussite scolaire, sociale et émotionnelle. Je veux d'abord commencer par me présenter, je m'appelle _______. Maintenant, j'aimerais en savoir un peu plus sur vous. À l'aide du matériel qui se trouve devant vous, faites un portrait de votre famille. Nous allons partager notre dessin en groupe. Vous avez 10 minutes pour produire votre portrait de famille.



Les participants dessineront une image de leur famille et seront invités à partager leur dessin, et au sujet d'eux-mêmes. Rassemblez les dessins individuels et affichez-les autour de la salle de réunion au fur et à mesure que chaque personne se présente.

15 minutes

Discussion de Petits Groupes – Utilisant papier graphique et marqueurs, permettez aux parents de se diviser en petits groupes pour discuter certaines des questions ci-dessous. Demandez à chaque groupe de noter les points clés ou les exemples qu'il souhaite partager avec le groupe entier.

- Que signifie être un parent?
- Qu'est-ce qui vous plaît le plus dans votre rôle de parent?
- Qu'est-ce que vous trouvez le plus difficile dans votre rôle de parent?

30 minutes Les 1.000 premiers jours et le Développement du cerveau

Manuscrit suggéré

Notez que les 1.000 premiers jours de la vie d'un enfant commencent pendant la grossesse. OUI, vous construisez les fondations de la personne que va devenir votre enfant avant même que vous teniez physiquement votre bébé dans vos bras. Les cellules du cerveau de votre enfant sont reliées entre elles. Ces cellules cérébrales en développement deviennent plus fortes ou plus faibles selon l'expérience et l'environnement de l'enfant. Une majorité des connexions cérébrales de votre bébé se font après la naissance et au cours des trois premières années de la vie d'un enfant.

En tant que parents, que pouvons-nous faire pour nous assurer que nos enfants commencent leur vie sur les meilleures bases pour la réussite? Ce sera notre point focal au cours de cette session et des sessions suivantes.

Conseils aux parents :

Vous
enseignez des
capacités
linguistiques à
votre bébé.
Parlez à votre
bébé tout au
cours de la
journée. Votre
bébé apprécie
le son de
votre voix.

Question de facilitateur-- Quelles sont certaines des choses que vous faites actuellement pour interagir avec votre enfant ?

Note de facilitateur :

Pendant que les participants parlent de ce qui se fait actuellement à la maison, écrivez sur un grand calepin pour que les participants puissent voir leurs contributions. L'animateur devrait ajouter des activités telles que parler à votre enfant, lire des histoires, réconforter votre enfant quand il est contrarié, chanter des chansons avec votre enfant, etc., si ces activités n'ont pas été introduites au cours de la discussion.

Manuscrit suggéré



Să Viez vous que la période de croissance cérébrale la plus rapide est le dernier trimestre de la grossesse et les trois premières années de la vie? Les enfants qui ont des adultes qui leur expriment de l'amour et des soins tout le temps pendant ces années critiques développent une image plus saine d'eux-mêmes, ont de meilleures compétences linguistiques, cognitives et sociales. Regardons cette vidéo pour mieux comprendre le processus de développement du cerveau et l'importance de votre rôle dans le développement de votre enfant. (Note de facilitateur : Faite jouer la vidéo deux fois. Facilitateur donne des conseils si les participants regardent la vidéo deux fois. La Première fois: Regardez la vidéo et partagez vos premières impressions avec un partenaire. Qu'est-ce qui vous a surpris ? La Deuxième fois: Suivez les questions cidessous.)

Question de facilitateur

Le cerveau en développement a besoin de relations saines: Les relations précoces aident le cerveau à former des relations de confiance, à aimer et à se sentir sain et sauf.

Un cerveau sain a besoin également :

- 1. Des expériences positives- Les expériences verbales et physiques positives aident le cerveau à développer de nouvelles connexions.
- 2. Aussi bien que l'environnement stable et fiable.

Le cerveau se développe graduellement en réponse aux expériences et à l'environnement.

Après avoir regardé la vidéo, qu'avez-vous appris? De quelle manière cela a-t-il affecté la façon dont vous évaluez votre interaction avec votre enfant? En plus de ces activités suggérées, quelles sont quelques activités supplémentaires que vous pouvez accomplir avec votre enfant pour l'aider au cours de cette période critique? Quels sont des obstacles à la réalisation de certaines de ces activités?



Discussion : Est-il acceptable pour un bébé de ne pas recevoir d'interactions relationnelles constantes avec un adulte tant qu'il est nourri, propre et dans un environnement sauf? Pourquoi et pourquoi pas?

Manuscrit suggéré

La relation que votre bébé entretient avec vous a un impact énorme sur sa santé mentale, physique, sociale et émotionnelle future. La force de votre relation est le principal prédicteur de la réussite de votre enfant à l'école et dans la vie. Vous êtes probablement déjà en train d'achever une tâche qui est en train de construire la relation avec votre enfant. Mais en raison des nombreux problèmes que nous avons

Le facilitateur devrait permettre aux parents de poser des questions mais en surveillant le temps. Si les participants ont diverses questions, permettez-les de les noter et de les partager avec vous à la fin de la session. Vous pouvez utiliser ces questions comme guide lors de révision à la prochaine session.

dans notre pays, il peut être difficile de passer du temps avec votre enfant de façon constante. Dans beaucoup de situations, lorsqu'un bébé manque l'interaction physique et émotionnelle constante avec son parent, il finira par abandonner la recherche d'une réponse du parent.

Lorsqu'un bébé n'a pas le contact physique et affectif nécessaire avec le parent, cela peut être considéré comme un type de négligence. La négligence physique fait référence à la défaillance de fournir à un enfant les nécessités de base de la vie comme la nourriture et les vêtements. La négligence émotionnelle est l'absence de soutien émotionnel, comme la sécurité émotionnelle et l'encouragement. Malheureusement, l'absence de contact physique et émotionnel avec le parent en retour prive les bébés d'expériences d'apprentissage précoce comme le toucher, l'odorat, le son, etc., et de formation de liens affectifs avec un adulte de confiance. Les bébés cessent alors graduellement de communiquer leur comportement (roucoulant, pleurant, souriant, regardant le parent, etc.), puis par la suite leur développement ralentit, et ils sont incapables de réussir émotionnellement et académiquement.

C'est pourquoi l'attachement est important en considérant les relations avec votre enfant. Il y a deux types d'attachement: solide et instable

- Un attachement solide (rassurant) permet à votre enfant de se sentir en sécurité, compris et suffisamment calme pour développer de façon optimale son système nerveux. Le cerveau en développement de votre enfant s'organise pour lui fournir les meilleures bases de la vie: un sentiment de sécurité qui lui donne envie d'apprendre, une saine conscience de soi, la confiance et l'empathie.
 - Lorsqu'un enfant reçoit un attachement solide avec un ou plusieurs adultes pendant les 1.000 premiers jours, il devient plus obéissant, se bat moins souvent avec d'autres enfants et est généralement plus amical.
 - Les enfants sont moins effrayés lorsqu'ils ont une relation solide avec quelqu'un à qui ils peuvent tourner.



- Un attachement instable ne répond pas aux besoins de sécurité, de compréhension, et de calme de votre enfant, empêchant le cerveau en développement de l'enfant de s'organiser des meilleures manières.
 - L'attachement instable empêchera le développement émotionnel, mental et même physique, ce qui entraînera des difficultés d'apprentissage et d'établissement de relations plus tard dans la vie.

Des choses à se rappeler :

Rappelez-vous que les expériences forment le cerveau. C'est pourquoi il est important de stimuler positivement votre enfant quand il est encore bébé.

Expression du visage – Votre visage est capable d'exprimer d'innombrables émotions sans que vous ne disiez un mot. Si votre expression est calme et attentive lorsque vous communiquez avec votre enfant, il se sentira en sécurité. Mais si votre visage a l'air angoissé, fâché, inquiet, triste, craintif ou distrait, votre enfant captera ces émotions négatives et se sentira stressé, vulnérable et incertain.

Ton de la voix – Même si votre enfant est trop jeune pour comprendre les mots que vous utilisez, il peut comprendre la différence entre un ton dur, indifférent ou préoccupé, et un ton qui transmet la tendresse, l'intérêt, la préoccupation et la compréhension. Lorsque vous parlez aux enfants plus âgés, assurez-vous que le ton que vous utilisez correspond à ce que vous dites.

Toucher – La façon dont vous touchez votre enfant transmet votre état émotionnel - que vous soyez attentif, calme, tendre, détendu ou désintéressé, contrarié et indisponible. La façon dont vous lavez, soulevez ou portez votre bébé, ou la façon dont vous donnez à votre enfant plus âgé un câlin chaleureux, un toucher doux sur le bras ou une tape rassurante dans le dos peut transmettre tant d'émotions à votre enfant.

5 minutes Conclusion

La période prénatale jusqu'à l'âge de 5 ans est une période critique. Pendant cette période, les cerveaux des enfants croissent plus rapidement et ils téléchargent constamment de l'information de l'environnement qui les entoure. Il est possible d'établir des connexions cérébrales de base plus tard dans la vie d'un enfant, mais cela exige beaucoup plus de travail et est beaucoup plus difficile.

Lorsque les enfants se trouvent dans un environnement chaotique et négligent, sans soignants chaleureux et sans stimulation adéquate, les impacts peuvent être puissants :

 Le stress chronique peut ralentir le développement du cerveau, en particulier le développement des lobes frontaux, la partie du cerveau responsable du jugement, du contrôle des impulsions et de la lecture des indices sociaux des autres.



- Les enfants en situation de pauvreté ont des cerveaux considérablement différents des autres enfants, avec des zones cérébrales plus petites et moins développées si les interventions ne sont pas en place.
- Quand les enfants s'inquiètent de leur survie, ils **ne peuvent pas se concentrer** sur les études, les amitiés, et les autres éléments clés d'une enfance réussie.

Objectif:

Réviser les concepts de cette session. Permettez maintenant aux participants sélectionnés de partager 2 choses qu'ils ont apprises et 1 question qu'ils peuvent encore avoir concernant la session d'aujourd'hui. (*Le facilitateur devrait écrire ceci comme notation pour la prochaine session*)

Devoirs:

Pensez à ce que nous vous avons présenté dans la première session. Comment pensez-vous que votre propre éducation personnelle peut affecter la façon dont vous répondez aux besoins de votre enfant? Mettez en œuvre une mention d'activité et faites-la avec votre enfant aussi souvent que possible cette semaine. De quelle façon voyez-vous votre interaction avec votre enfant changer ?



Importance d'une Relation Parent-Enfant

Document de Stratégie de Session Une

Pendant la grossesse :

- Il est important de s'assurer que vous n'êtes pas trop stressée pendant la grossesse. Le bébé à l'intérieur peut sentir les facteurs de stress de votre journée. Faites de votre mieux pour prendre soin de vous.
 - Lisez des livres à haute voix au cours du troisième trimestre, cela aidera à promouvoir les compétences linguistiques. Vous n'avez pas le temps de lire? Parlez à votre bébé, chantez des chansons, et racontez des histoires orales.

Les deux premières années de la vie :

- Au cours de la première année, on observe une croissance rapide des zones de traitement du langage ainsi que de la partie du cerveau qui contrôle l'attention, l'inhibition et la flexibilité de l'enfant. Pendant ce temps, il est recommandé de stimuler le nourrisson en lui offrant des occasions d'interagir avec vous et avec les objets.
- Fournissez un contact peau à peau avec votre enfant.
- Laissez le bébé toucher votre visage; nommez chaque trait du visage pour votre hébé
- Engagez le bébé dans des activités comme la lecture ou le jeu avec une boule en position assise.
- Utilisez différents articles ménagers, comme les journaux, pour faire des bruits différents pour le bébé.
- Faites des sons d'animaux en jouant avec le bébé ou en lui faisant la lecture; montrez-lui une image d'un animal, puis associez le bruit que l'animal fait avec l'image.
- Décrivez vos actions tout au long de la journée lorsque vous habillez, nourrissez, et donnez le bain au bébé. Cela donne au bébé l'occasion d'écouter les sons et les rythmes de la parole.
- Montrer des objets pendant que vous marchez et parlez avec le bébé.

Année trois et quatre de la vie :

- Procurez-vous une petite bouteille d'eau et remplissez-la d'objets différents. Laissez votre tout-petit agiter la bouteille et découvrir des cailloux, et d'autres objets en la



tournoyant dans sa main. Assurez-vous que la bouteille est bien scellée et remplie d'articles qui conviennent à son âge.

- Dansez avec votre tout-petit. Ouvrez la radio et dansez!
- Jouez avec votre tout-petit en nommant différentes parties du corps et en les montrant du doigt. Laissez-le identifier quelle partie du corps est laquelle. Vous pouvez d'abord nommer la partie du corps et demander à votre tout-petit de la pointer du doigt ou vous pouvez pointer une partie du corps et lui demander de la nommer.

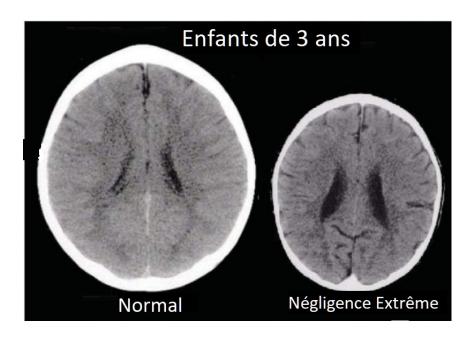
Activité renforcement :

Instructions: Divisez les groupes en nombre égal. En utilisant le matériel fourni, créez des jouets à utiliser avec le bébé pour stimuler les facultés cognitives et motrices. S'il vous plaît, soyez prêt à partager. Par exemple, utilisez des bouteilles en plastique et des pierres pour créer des hochets.



Importance d'une Relation Parent-enfant

Document de Référence de Session Une



Le schéma 1: L'image de gauche est une image d'un enfant de trois ans en bonne santé avec une taille moyenne de tête (50° percentile). L'image de droite est celle d'un enfant de trois ans souffrant d'une grave négligence en matière de privation sensorielle. Le cerveau de cet enfant est significativement plus petit que la moyenne (3° percentile) et a des ventricules élargis et une atrophie corticale).

Les carences en stimulation et en qualité de rapport affectueux, éprouvées par l'enfant dans cette période critique, retarderont son développement émotionnel, social, physique et cognitif.



Fournir des Soins Sensibles Continus

Session deux

Titre de session	Durée	Objectifs de session	Activités
Révision de session précédente	5-10 minutes	Participants passeront en revue des concepts présentés au cours de la dernière session.	 Devoirs seront examinés via discussion. Questions sur les notions présentées à la dernière session seront traitées.
Bâtir des relations solides	20 minutes	Participants comprendront les activités qui représentent l'éducation sensible d'un enfant.	Participants travailleront ensemble pour identifier des activités ou interactions qui montrent l'attachement solide et l'attachement instable. Le groupe entier discutera l'effet global que cela peut avoir sur un enfant.
Discussion – Stress et stratégies	10 minutes	Le participant travaillera avec une autre personne pour identifier les aspects de la question.	 Qu'est-ce que le stress? Quel est l'impact du stress externe sur votre maison? Quelles sont certaines stratégies utilisées pour vous aider à faire face au stress quotidien?
Stratégies pour affronter les adversités	10 minutes	Participants démontreront des façons de fournir une réponse sensible, de soutien et de bienveillance à leur enfant.	-
Comprendre le tempérament et	30 minutes	- Participants travailleront ensemble pour identifier le tempérament et	- Participants travailleront ensemble pour identifier le tempérament.

FOR	Haiti
10	

ses effets sur vous et votre enfant		réfléchir à la façon dont cela peut affecter le rôle parental.	
Conclusion	5 minutes	Les participants réfléchiront à la façon dont leurs mots et leurs actions influencent les perceptions et les comportements de leurs enfants.	- Participants sélectionnés partageront 2 choses qu'ils ont apprises et 1 question qu'ils peuvent encore avoir concernant les sujets de la session d'aujourd'hui.

NOTE: L'ordre du jour suivant représente session deux d'un atelier de six sessions qui s'étend sur 1,5 heures par session, et qui se concentre sur la promotion de l'interaction émotive et sociale entre le parent et l'enfant tout en fournissant des idées pratiques à utiliser à la maison.

Ordre du jour

Fournir des soins sensibles continus

Session Deux

Objectifs et Conclusions

- Participants partageront les choix qui renforcent les relations parent-enfant.
- Participants travailleront à identifier leur tempérament et celui d'un enfant.
- Participants démontreront des moyens de fournir une réponse sensible, de soutien et d'attention à leur enfant.
- Participants identifieront le stress toxique.
- Participants réfléchiront sur la façon dont leurs mots et actions influencent les perceptions et les comportements de leurs enfants.

Matériel :

Marqueurs, tableaux à feuilles mobiles adhésives, documents à distribuer aux participants, matériel de tous les jours pour créer des jouets stimulants pour des bébés.

5-10 minutes **RÉCAPITULATION de dernière session**

- Revue et discussion de toute question concernant la dernière session.
- Permettez aux participants de partager leurs découvertes des devoirs assignés.



Rappelez-vous de notre conversation sur les deux types d'attachement : solide et instable. Passons en revue :

- Un lien d'attachement solide s'assure que votre enfant se sentira sûr, compris, et assez calme pour expérimenter le développement optimal de son système nerveux. Le cerveau en développement de votre enfant s'organise pour lui donner les meilleures bases pour la vie : un sentiment de sécurité qui se traduit par un désir d'apprendre, une saine conscience de soi, la confiance et l'empathie.
- Un lien d'attachement instable ne répond pas aux besoins de votre enfant en matière de sécurité, de compréhension et de calme, empêchant le cerveau en développement de l'enfant de s'organiser des meilleures façons. Cela peut inhiber le développement émotionnel, mental et même physique, entraînant des difficultés d'apprentissage et de formation de relations plus tard dans la vie.

15 minutes Activité d'application

Instructions: Divisez les groupes en nombre égal. Demandez à un groupe de fournir trois scénarios qui montrent l'attachement solide en se concentrant sur l'expression du visage, le ton de la voix ou le contact. Faites développer à l'autre groupe les scénarios qui montrent l'attachement instable en se focalisant sur l'expression du visage, le ton de la voix ou le contact. Demandez maintenant à chaque groupe de jouer une des scènes pour tout le monde et discutez en groupe des effets que cela pourrait avoir sur un enfant à long terme.

10 minutes **Développer des relations solides**

Être attentif et sensible à votre enfant n'est pas un concept nouveau, mais il est important pour son développement et son bonheur.

- Connexion et attention: La formation des liens affectifs avec un enfant est la fondation de leur concept des relations affectueuses. Lorsqu'un parent est constamment disponible émotionnellement, un enfant apprend la confiance et les rapports avec un autre être humain, ce qui conduit à l'amour-propre positif et à un sens des responsabilités.
- Identité de soi: Les bébés apprennent qui ils sont par l'identité qui leur est reflétée. Du jour ils sont nés, les bébés commencent à observer les actions de leurs parents et commenceront éventuellement à les copier.
- Potentiel intellectuel: Les enfants gagnent la capacité de penser logiquement quand elle est modelée pour eux de façon régulière, ce qui est également essentiel pour le développement d'une personnalité saine.
- Gérer le stress et la frustration: Le sens d'indépendance et de sécurité d'un enfant est grandement affecté par la création de liens affectifs. Par exemple, un tout-petit se souviendra d'une image mentale de sa mère. L'enfant peut le faire lorsqu'il passe du familier à l'inconnu. Cette image mentale aide l'enfant à " emmener " sa mère avec lui lorsqu'il explore un nouvel

Haiti

Wenvironnement, ce qui l'aide à faire face

environnement, ce qui l'aide à faire face au stress ou à la frustration que la nouvelle situation peut lui causer.

• **Conscience:** les enfants apprennent des parents le bien du mal, et commencent à le faire immédiatement.

Les liens affectifs sont importants pour les enfants, mais qu'est-ce qu'ils apportent aux parents ? Les liens affectifs sont un élément essentiel du développement de chaque enfant, mais ils sont aussi essentiels au développement de parents plus forts et plus attentionnés. L'établissement de liens

affectifs peut aider un parent :

- À être plus confiant dans ses choix parentaux.
- À être sensible aux besoins de l'enfant.
- À lire les signaux du bébé, tels que les pleurs.
- À répondre aux difficultés, telles que la dentition ou les crises de colère.
- À mieux connaître leur enfant.

Clés pour établir les liens affectifs

Les parents peuvent créer des liens avec leurs enfants à tout âge, mais il y a quelques étapes cruciales pour y parvenir.

Pour **les bébés**, les liens étroits et intimes sont essentiels. Les sourires, le contact visuel, un toucher doux et chaleureux et des mouvements (comme le rebondissement ou le basculage) sont importants. Un bébé doit apprendre qu'il peut toujours compter sur le parent pour son confort et sa satisfaction.

Pour **les tout-petits**, les parents devraient encourager l'interaction en va-et-vient. Cela peut inclure des chants, des comptines et des jeux d'imitation qui exigent que l'enfant réponde au parent. Les manifestations d'affection - câlins, baisers, caresses - continuent d'être importantes.

Pour **les enfants de l'école primaire**, il s'agit de faire travailler ensemble l'enfant et le parent. Pensez aux tâches quotidiennes de manière amusante, aux jeux et autres activités que l'enfant accomplit selon les termes des parents. Le fait est que l'enfant sent qu'il est capable de donner en retour et de contribuer à une plus grande cause.

Pour **les adolescents**, évitez les batailles pour le contrôle, ce sont des situations perdantes. Concentrezvous plutôt sur l'encouragement de l'expression verbale des sentiments. Écoutez attentivement les pensées de votre enfant et soyez attentif à son comportement.

Rappelez-vous, les enfants en bas âge éprouvent leur monde comme un environnement de relations et d'expérience, et ces relations et interactions affectent tous les aspects de leur développement — intellectuel, social, émotionnel, physique, comportemental, et moral. Selon les recherches, des relations parent-enfant sensibles et attentives sont également associées à des aptitudes cognitives plus fortes chez les jeunes enfants et à des compétences sociales et professionnelles accrues plus tard à l'école, ce qui illustre le lien entre le développement social et émotionnel et la croissance intellectuelle. Quelles sont des choses que vous pouvez faire pour établir une relation de confiance avec votre enfant?



- Donnez à votre enfant de l'attention et de l'affection- souriez, dites à votre enfant que vous l'aimez.
- Restez calme dans les situations de grand stress, souvenez-vous de votre interaction quotidienne avec ce que l'enfant éprouve et apprend.
- Faites preuve de patience, vous êtes le modèle pour votre enfant lorsqu'il confronte une situation difficile.
- Donnez à votre enfant l'occasion de vous parler de sa journée.
- Lorsque votre enfant pleure, prenez le temps de le réconforter. Lorsqu'un enfant est blessé ou effrayé, triste ou en colère, le fait d'être réconforté par un parent l'aide à savoir qu'il n'est pas seul quand il a à maîtriser ses émotions.
- Prenez le temps de raconter à votre enfant des histoires de personnes qui font preuve de compassion envers les autres.

10 minutes Activité d'application

Instructions: Divisez les groupes en nombre égal. Trouvez deux autres choses qu'on peut faire pour développer une relation solide avec votre enfant. Soyez prêt à partager vos conclusions.

15 minutes

Discussion – Qu'est-ce que le stress? Quel est l'impact du stress externe sur votre maison? Quelles sont des stratégies utilisées pour vous aider à faire face au stress quotidien?

Il existe trois types de stress : le stress positif, le stress tolérable et le stress toxique. Le stress positif est une situation stressante de courte durée, comme le stress que nous pouvons ressentir lorsque nous rencontrons quelqu'un de nouveau ou lorsque nous sommes frustrés. De telles situations nous permettent de grandir et de surmonter, ce qui entraîne une croissance. Le stress tolérable est une situation stressante dans la vie qui se produit sur une période limitée, comme le décès d'un membre de la famille, un accident de voiture ou un divorce. Mais en raison des systèmes de soutien comme les amis, l'église, ou la communauté bienveillante, une personne est en mesure de surmonter la situation.

Manuscrit suggéré

Le stress toxique, qu'est-ce c'est?

Le stress toxique est la réponse physiologique du corps à des adversités ou menaces fréquentes, prolongées et graves, telles que l'exposition à des abus sexuels, à la violence, à l'extrême pauvreté, etc. L'abandon émotionnel, par exemple, lorsqu'un parent est incapable de répondre à son enfant dans des moments de véritable besoin, est également un exemple de stress toxique. Pourquoi de telles situations causent-elles autant de traumatismes? Lorsqu'un enfant ne se sent pas en sécurité, il se produit des changements physiologiques qui affectent négativement son esprit, son cerveau et son corps.



Le stress toxique peut entraîner des changements dans la structure et le fonctionnement du cerveau, ce qui perturbe le développement normal. Ces changements peuvent avoir des effets négatifs importants sur les fonctions cognitives, comme la mémoire à court et à long terme, la capacité spatiale et l'inhibition, toutes des compétences requises pour l'apprentissage, la santé physique et mentale, le comportement et les relations. Les effets à long terme entraînent des lacunes à long terme en matière de santé, d'économie et d'éducation.

Question de facilitateur : Pouvez-vous identifier trois stress toxiques auxquels vous et votre enfant pourriez être confrontés? Comment faites-vous face à la situation et comment aidez-vous votre enfant? (Note de facilitateur: Pendant que les participants parlent, écrivez sur un grand calepin pour que les participants puissent voir leurs commentaires.)

Un enfant qui souffre de stress toxique a peur. Prenez le temps de parler à votre enfant d'une voix douce, cela aidera à développer la sécurité nécessaire pour identifier ses sentiments. Le fait de mettre le langage sur les émotions aide à calmer l'enfant. Utilisez des histoires tirées de vos propres histoires personnelles ou créez-en une, pour aider les enfants à mettre des mots sur leurs émotions. Par exemple, un adulte pourrait partager avec un enfant traumatisé, "Quand j'étais petit, ma mère était partie pour un bon bout de temps. Elle était malade, alors elle a dû aller là où les médecins pouvaient l'aider. Mais, j'étais si triste et

Reference:

Hughes, D., Golding, K., Hidson, J. (2019). Guérir les Traumatismes Relationnels avec des Interventions axées sur l'Attachement:
Psychothérapie Développementale Dyadique avec les Enfants et les Familles. W.W. Norton: New York

effrayé. Et parfois, je lui en voulais même d'être partie. J'ai appris que tous ces sentiments étaient naturels."

Une autre chose importante que vous pouvez faire en tant que parent est de prendre le temps de jouer avec votre enfant, cela permettra d'établir des rapports et la sécurité. Utilisez des jeux pour aider à élever le sentiment intense qui accompagne la réponse émotionnelle au stress toxique.

10 minutes Stratégies en cas de difficultés

Lorsqu'un parent est stressé, cela affecte toute la famille. Vous êtes plus susceptible de crier ou même de frapper votre enfant par frustration. Les recherches ont montré que les parents qui signalent des niveaux de stress plus élevés sont plus susceptibles d'être autoritaires, durs et négatifs dans leurs interactions avec leur enfant.



Recherche: Turner, E.A., Gibb, A., Perkins-Parks, S., et Rinderknecht, R. (août 2010). Détresse Parentale et Comportement de l'Enfant comme Prédicteurs des Interactions Parent-Enfant. Présentation d'une affiche à la Convention de L'Association Psychologique Américaine, San Diego, CA.

- Trouvez une personne de confiance à qui vous pouvez parler, qui vous permettra de parler ouvertement de ce qui vous tracasse.
- Entourez-vous de personnes qui vous aideront à vous édifier spirituellement et émotionnellement, par exemple, cherchez du soutien auprès de votre église ou des membres de votre église.
- o Passer du temps seul pour prier et réfléchir.
- Profitez de l'occasion pour vous concentrer sur une activité avec votre enfant qui vous permettra de sourire et de vous concentrer temporairement sur quelque chose d'autre.

Question de facilitateur : Quelles sont quelques stratégies utilisées pour vous aider à gérer le stress quotidien?

30 minutes

Comprendre le Tempérament et Ses effets sur Vous et Votre Enfant

Manuscrit suggéré

Quel est tempérament?

Chaque enfant naît avec une personnalité et un tempérament unique. Leur tempérament influence leur comportement et leur réaction aux situations. Le tempérament est génétique et provient de traits héréditaires - il est difficile de le modifier, de le manipuler ou de le changer. Il vous indique comment votre enfant réagira à différentes situations. Par exemple, un enfant peut être plus sensible et exiger plus d'attention et d'affection, tandis qu'un autre enfant peut se sentir à l'aise et satisfait avec moins d'interaction. Parfois, le tempérament d'un parent ne correspond pas à celui de son enfant, ce qui peut causer de la colère et de la frustration.

Le comportement et les réactions d'un enfant sont façonnés par ses expériences et surtout par ses interactions avec vous, le parent. Reconnaître les tendances dans le comportement de votre enfant qui sont influencées par le tempérament peut vous aider à anticiper les réponses de votre enfant à certaines situations. Par exemple, les enfants extrêmement timides peuvent devenir plus ouverts et plus à l'aise dans de nouvelles situations lorsque leurs parents les aident en leur montrant comment s'adapter à différentes situations.

Question de réflexion de groupe: Quelles qualités appréciez-vous et désirez-vous pour votre enfant?

Comment les attentes de la société haïtienne à l'égard du comportement d'un enfant pourraient-elles influencer la façon dont vous voyez votre enfant? (Note de facilitateur : Pendant que les participants parlent, écrivez sur un grand calepin pour que les participants puissent voir leurs commentaires.)



Question de réflexion à discuter en petits groupes : Si vous avez plusieurs enfants, en quoi se ressemblent-ils? En quoi sont-ils différents? Comment pouvez-vous adapter votre interaction parentale pour répondre à chacun de leurs besoins?

Stratégies qui peuvent aider:

- o Pour les enfants anxieux, craintifs ou renfermés dans de nouvelles situations, les parents peuvent éviter d'être trop protecteurs et les encourager doucement à explorer de nouvelles situations.
- Pour les enfants qui n'ont pas peur et qui prennent trop de risques, les parents peuvent être chaleureux et aimants. Établissez des limites fermes et des horaires réguliers.
- o Pour les enfants qui sont impulsifs, les parents peuvent faire l'éloge d'un bon comportement (lorsque les enfants contrôlent leurs impulsions) et être doux avec la discipline.

Note de facilitateur :

Demandez aux parents de se souvenir d'un moment où ils ont géré une situation de façon pas si idéale. Peut-être qu'ils ont crié, poussé ou frappé. Demandez maintenant aux parents de prendre quelques minutes pour se souvenir et noter ce qu'ils ont ressenti. Par exemple, ils se sont sentis en colère, fatigués, épuisés, stressés, etc. Enfin, demandez aux parents de prendre quelques minutes pour réfléchir sur ce que leur enfant a ressenti dans cette situation.

10 minutes

Discussion de petits groupes : Quelles sont des stratégies que les parents auraient pu utiliser pour prendre en charge leurs émotions? Comment auraient-ils pu prendre la responsabilité de leur réaction à la situation ? - Discutez de l'ensemble de la situation.

5 minutes

Conclusion

L'attachement et les liens affectifs représentent en réalité la façon dont un parent et un enfant font ressortir le meilleur l'un de l'autre. C'est au moyen l'établissement des rapports affectifs que votre enfant en apprend davantage sur vos valeurs, vos croyances et vos attentes. En retour, vous en apprendrez davantage sur votre enfant et sur la meilleure façon de favoriser sa croissance. Faites de l'établissement de liens affectifs avec votre enfant une priorité. C'est une étape cruciale du développement de votre enfant qui peut considérablement renforcer votre relation et, en fin de compte, rendre votre enfant plus heureux et plus confident.

Objectif:

Passez en revue les concepts de cette session. Permettez maintenant aux participants sélectionnés de partager 2 choses qu'ils ont apprises et 1 question qu'ils peuvent encore avoir concernant la session d'aujourd'hui. (Le facilitateur devrait noter ces éléments pour la prochaine session).



Devoirs:

Rappelez-vous que les enfants copient ce que vous dites et ce que vous faites. Comment voulez-vous que votre enfant réagisse lorsque quelque chose va mal dans la vie? Quelles sont certaines des choses que vous avez apprises cette semaine et que vous pouvez appliquer à la maison lorsque vous faites face au stress?



Fournir des Soins Sensibles Continus

Document de Session Deux

Les enfants apprennent à établir des relations avec les autres en VOUS regardant. **Montrez à votre enfant à quoi ressemble une relation saine!**

- 1. RESPECT Toutes les relations saines sont fondées sur le respect. Cela comprend le respect des croyances, des opinions et du corps d'une personne. Prenez en considération les sentiments des autres y compris vos enfants! Dans une relation saine, le respect mène à l'honnêteté, à une meilleure communication et à une prise de décision conjointe.
- 2. CONFIANCE Dans une relation saine, vous pouvez vous faire confiance et vous sentir en sécurité. Enseignez à votre enfant les limites (tant émotionnelles que physiques), et assurez-vous qu'il sache que dans une relation saine, il devrait pouvoir avoir confiance que ses limites ne seront pas franchies.
- 3. SOUTIEN Les relations saines sont équilibrées. Les deux personnes devraient avoir le sentiment de donner et de recevoir du soutien de façon équitable. Dans des relations malsaines, une personne peut dominer la conversation, manœuvrer le temps ou simplement ne pas prêter attention à l'autre.
- 4. PLAISIR Une relation saine devrait vous faire vous sentir bien dans votre peau!

Donnez à votre enfant les compétences nécessaires pour établir des relations saines! Utilisez ces compétences dans votre propre famille et avec vos amis pour démontrer à vos enfants comment travailler sur les relations:

1. COMMUNICATION POSITIVE

Même les bébés adoptent les habitudes de communication de leurs parents! Écoutez lorsque quelqu'un vous parle et laissez-lui finir avant de répondre. Commencez les discussions par un énoncé positif et étiquetez le comportement, et non la personne (" Ça me blesse quand tu oublies de me rencontrer. ") Prenez toujours le temps de parler avec ceux qui sont importants dans votre vie!

2. GESTION DE LA COLÈRE

Les tout-petits ont souvent beaucoup de mal à réagir à la colère (pensez aux crises de colère!), il est donc important de modéliser les techniques de gestion, même pour les très jeunes enfants. Sachez ce qui déclenche votre colère. Parlez de votre colère, demandez à votre enfant de vous parler de la sienne, et trouvez d'autres moyens de se défouler (exercice, art, etc.). CALMEZ-VOUS toujours avant de de réagir en colère. Apprenez à votre enfant à compter jusqu'à 10, à prendre 3 grandes respirations, ou à sortir avant de réagir.

3. RÉSOLUTION DES PROBLÈMES

Lorsque vous avez un problème, analysez-le et trouvez des solutions possibles. Tenez compte des résultats et PARLEZ- EN ouvertement! Cette compétence peut être particulièrement importante pour les **enfants d'âge scolaire** qui commencent à entretenir des relations avec des amis, des intimidateurs, des enseignants et des entraîneurs. Le compromis sera un élément important pour résoudre de nombreux problèmes impliquant d'autres personnes.



4. RESPECT DE SOI

Enseignez à votre enfant (en lui disant ET en lui montrant) qu'il a de la valeur. Les adolescents apprécieront et mettront en pratique particulièrement les sentiments de respect de soi et de confiance en soi. Lorsque les enfants font face à la pression des pairs, aux avances sexuelles et à d'autres problèmes, le respect de soi les aidera à établir des limites fermes.



Le lien entre le développement social, émotionnel et cognitive

Session Trois

Titre de session	Durée	Objectifs de session	Activités
Revue de session précédente	5-10 minutes	Participants passeront en revue les notions présentées au cours de la dernière séance	 Devoirs seront examinés via discussion. Questions sur les notions présentées à la dernière session seront adressées.
Qu'est-ce que le développement social émotionnel? Pourquoi est-il important?	15 minutes	Participants comprendront l'importance du développement social émotionnel	- Discussion de groupe entier
Importance du jeu	25 minutes	Participants comprendront l'importance du jeu et comment l'incorporer de façon régulière	Activité d'application
Discussion – En quoi encourager le jeu favorise-t-il la compréhension des systèmes sociaux?	10 minutes	Participants comprendront l'importance du jeu et comment l' incorporer de façon régulière	Discussion de groupe entier
Comment incorporer le jeu à la maison?	15 minutes	Participants travailleront à identifier des occasions de permettre le jeu	- Activité d'application
Conclusion	5 minutes	Participants identifieront des articles dans la trousse parentale et la façon de les utiliser	- Discussion de groupe entier



NOTE: L'ordre du jour suivant représente session trois d'un atelier de six sessions, qui s'étend sur 1,5 heures par session, et qui se concentre sur la promotion de l'interaction émotive et sociale entre parent et enfant, tout en fournissant des idées pratiques à utiliser à la maison.

Ordre du jour

Le lien entre le développement social, émotionnel et cognitive

Session Trois

Buts et Conclusions

- Participants comprendront l'importance du jeu et comment l'incorporer de façon régulière.
- Participants travailleront à identifier des occasions de permettre le jeu.
- Participants comprendront l'importance du développement émotionnel social.
- Participants identifieront la corrélation entre le jeu et le développement émotionnel et intellectuel (cognitif) social.
- Participants identifieront des objets dans la trousse parentale et la façon de les utiliser.

Matériel :

Trousse parentale, marqueurs, tableaux à feuilles mobiles adhésives, documents à distribuer aux participants, matériel de tous les jours pour créer des jouets stimulants pour les bébés, corde à sauter, ballon, craie de chaussée, pierres de l'extérieur, etc.

5-10 minutes **RÉCAPITULATION de dernière session**

- Revue et discussion de toutes questions relatives à la dernière session.
- Permettez aux participants de partager des découvertes des devoirs assignés.

Manuscrit suggéré

La session dernière nous avons parlé des soins sensibles et nourrissants, des conséquences du stress, et des effets du stress sur notre réaction au tempérament de notre enfant. Voici les principaux éléments à retenir de notre dernière session:

Les enfants en bas âge éprouvent leur monde comme un environnement de relations et d'expériences, et ces relations et interactions affectent tous les aspects de leur développement – intellectuel, social, émotionnel, physique, comportemental, et moral.

- Le stress toxique peut entraîner des changements dans la structure et le fonctionnement du cerveau, perturbant ainsi le développement normal. Ces changements peuvent avoir des effets négatifs importants sur les fonctions cognitives telles que la mémoire à court et à long terme, la faculté spatiale et l'inhibition, toutes des compétences nécessaires à l'apprentissage, à la santé physique et mentale, au comportement et aux relations.
- Un enfant qui souffre de stress toxique a peur. Prenez le temps de parler à votre enfant d'une voix douce, cela aidera à développer la sécurité nécessaire pour identifier ses sentiments. Le fait de mettre le langage sur les émotions aide à calmer l'enfant.
- Chaque enfant naît avec une personnalité et un tempérament unique. Leur tempérament influence leur comportement et leur réaction aux situations. Leur tempérament affecte leur comportement et leur réaction aux situations. Le tempérament est génétique et provient de traits héréditaires. Il est difficile à modifier, à manipuler ou à changer. Il vous révèle comment votre enfant réagira à différentes situations.

15 minutes Activité d'application

Choisissez un des sujets présentés dans la dernière session. Développez un sketch de 2 minutes pour expliquer aux autres parents l'importance de connaître ce concept particulier. Chaque groupe devrait être prêt à faire une présentation.

15 minutes Quel est développement social émotionnel? Pourquoi est-il important?

Manuscrit suggéré

Le développement émotionnel social comprend la capacité à :

- o Identifier et comprendre vos propres sentiments (conscience de soi)
- Contrôler vos émotions fortes, vos pensées et vos comportements (autogestion)
- Comprendre le point de vue des autres et faire preuve d'empathie pour les autres (conscience sociale)
- Établir et maintenir des rapports (compétences relationnelles)

Cinq stratégies pour développer l'apprentissage émotionnel social chez votre enfant (rappelez-vous que les aptitudes émotionnelles sociales sont enseignées):

- 1. Soyez un bon modèle de rôle.
 - a. Les enfants imiteront les comportements qu'ils observent chez leurs parents. Si jamais vous vous demandez pourquoi votre enfant crie et hurle



lorsqu'il/elle est en colère regardez si vous ou quelqu'un de votre famille démontre ce même comportement lorsqu'il est en colère. En tant que parent, vous présentez une variété d'émotions et de stratégies dans différentes situations que votre enfant apprend et éventuellement pratique.

- b. Prenez le temps d'aider votre enfant à identifier ses émotions avec des mots. Lorsqu'une situation se présente où votre enfant est incapable de contrôler ses émotions, prenez le temps de l'aider à trouver d'autres méthodes pour résoudre ce problème.
- 2. Lisez ou racontez des histoires qui enseignent des compétences émotionnelles sociales.
 - a. Prenez le temps de lire ou de raconter à votre enfant des histoires courtes qui lui enseigneront la coopération, les aptitudes relationnelles et les mots de sentiments. Permettez aux personnages développés dans l'histoire de répondre au niveau de la compréhension de l'enfant.
- 3. Donnez à votre enfant des choix.
 - a. Donner le choix à l'enfant lui permet d'apprendre à communiquer effectivement et négocier ses sentiments, ses désirs et ses besoins.
- 4. Employez les stratégies de discipline positives.
 - a. Asseyez-vous avec votre enfant et établissez des règles et des objectifs de comportement. Établissez des méthodes d'avertissement et des conséquences probables. Félicitez votre enfant lorsqu'il se comporte d'une manière qui répond à vos espérances.
 - b. Lorsqu'un enfant se conduit mal, prenez-le à l'écart et parlez des effets de son comportement, de la façon dont ses actions affectent les autres, et réitérez vos attentes à son égard; faites ceci avant de le discipliner.
 - Soyez consistant et observez également les mêmes règles que celles établies pour votre enfant. Rappelez-vous que votre enfant vous observe comme l'exemple.

Question de réflexion de groupe entier :

Pourquoi pensez-vous que le développement des compétences émotionnelles sociales est aussi important que celui des compétences scolaires? Comment ces compétences peuvent-elles se soutenir mutuellement?



10 minutes

L'importance du jeu

Manuscrit suggéré

Fermez vos yeux. Pensez à certains de vos jeux préférés quand vous étiez enfant. Est-ce que c'était sauter à la corde ou jouer à "lago lago"? Comment vous sentiez-vous dans ces moments-là? En tant que parent, vous êtes en mesure d'interagir avec votre enfant pendant la journée, ce qui lui permet de développer un attachement avec vous en prenant simplement le temps de jouer avec lui. Le jeu aide les enfants à apprendre le langage, les mathématiques et les aptitudes sociales; il aide aussi à soulager le stress.

Lorsque les enfants jouent, ils utilisent leur imagination tout en développant leur créativité, leurs aptitudes physiques, cognitives et émotionnelles. Le jeu permet aux enfants de développer des aptitudes de pensée critique qui sont essentielles pour trouver des solutions aux problèmes dans la vie réelle. Mais vous vous demandez peut-être, quand est-ce que j'ai le temps de jouer alors qu'il y a des choses beaucoup plus importantes qui demandent mon

Référence:

Johnson K, Theberge S. Centre National pour Les Enfants dans la Pauvreté (NCCP). *Réduction des disparités commençant dans la petite enfance*. Centre National pour les Enfants dans la Pauvreté, New York, NY; 2007.

attention? Les factures, la nourriture, les tâches ménagères, etc.

Ces choses extérieures seront aussi là! Lorsque vous prenez le temps de jouer, vous donnez à votre enfant l'occasion de minimiser le stress, d'améliorer ses compétences scolaires, de développer sa résilience, et vous l'aidez à établir une relation saine, stable et enrichissante qui anéantit certains des effets du stress toxique. Le jeu n'exige pas nécessairement des jouets ou une longue période de temps. Le simple fait de montrer à votre enfant comment construire un cerf-volant, ou une voiture jouet à partir de canettes de soda et d'un portemanteau, est quelque chose de petit qui se concrétisera par de plus grandes réalisations plus tard dans la vie.

Alors, la prochaine fois que votre enfant vous demande de jouer avec vous, dites oui! C'est l'une des meilleures choses que vous pouvez offrir à votre enfant, et c'est gratuit.



Choses à se rappeler:

Le jeu fournit l'occasion de construire:

Des Compétences sociales

Les compétences sociales des enfants se rapportent à la façon dont un enfant entretient des interactions avec les autres. Les enfants qui ont de bonnes aptitudes sociales communiquent clairement, calmement, ont de bonnes manières et sont respectueux. Quand un enfant est engagé dans le jeu avec un parent ou un autre enfant, il est capable de prendre des décisions, par exemple, choisir le jeu et l'endroit où jouer, modifier son comportement pour mieux s'adapter au contexte social, résoudre les désaccords, etc., procurant à l'enfant l'espace et la possibilité d'aider à construire les bases de ce qui est nécessaire pour être efficace dans la société.

Des Compétences cognitives

Les compétences cognitives chez les enfants consistent à développer des aptitudes d'apprentissage qui font appel à l'attention, à la mémoire et à la pensée. L'occasion de jouer aide votre enfant à développer ses facultés de raisonnement, de négociation et de maîtrise de soi. La possibilité de mettre en pratique les compétences scolaires par le jeu aide votre enfant à réussir en classe. Quelques exemples de jeux qui sont liés au développement des compétences cognitives :

- Compétences d'alphabétisation
 Exemple: Quand un enfant joue à "lago lago", il apprend du vocabulaire et des rimes.
- Compétences en mathématiques
 Exemple: un enfant peut apprendre les mathématiques en jouant au marché. Comme l'enfant prétend être le marchand, il apprend la valeur de l'argent, le comptage, l'addition et même la soustraction.

Habiletés physiques

Les habiletés motrices sont importantes pour la santé générale de votre enfant. Il est important de donner à votre enfant la possibilité de voler, de danser, de grimper, de courir ou de sautiller. Le temps passé à l'extérieur de la maison n'est peut-être pas le meilleur endroit pour permettre à votre enfant de jouer en raison des dangers



environnants ou sociaux potentiels, mais faites de votre mieux pour laisser à votre enfant du temps de jeu physique également.

Exemple : lorsqu'un enfant " ap soté kòd ", joue à la corde à sauter, il apprend la motricité, la coordination et le rythme.

15 minutes Comment incorporer le jeu à la maison?

Activité d'application

Regardez les articles de jeu qui vous ont été fournis. Vous avez une corde à sauter, des pierres, de la craie, une balle et d'autres jouets. Avec votre groupe, pensez à des jeux tels que yon jwèt woslè, jwèt kay, marèl, etc. Pensez aux aptitudes intellectuelles, sociales, de lecture et d'écriture, de mathématiques et physiques qu'un enfant peut acquérir en jouant à chaque jeu. Maintenant, en groupe, choisissez un jouet et créez ou présentez un jeu qui enseignera l'une des compétences mentionnées. Soyez prêt à partager avec le groupe entier.

Question de réflexion de groupe entier: Quel est votre rôle en tant que parent lorsqu'il s'agit d'enseigner à votre enfant?

10 minutes **Développement cognitif**

Le langage et la communication

Le développement du langage est un élément essentiel du développement intégral de votre enfant. C'est une compétence importante qui permet à une personne de communiquer, d'exprimer et de comprendre ses sentiments. Il appuie la réflexion, la résolution de problèmes, l'établissement et le maintien des relations. La meilleure façon d'encourager le développement de la parole et du langage de votre enfant est de parler beaucoup ensemble des choses qui l'intéressent. Avoir de solides bases linguistiques est la première étape fondamentale de l'alphabétisation.

Parlez avec votre enfant

La communication avec votre enfant est importante dès la première année. Votre enfant commencera à communiquer avec vous en babillant et en émettant des sons. Quand il ou elle le fait, allez-y et répondez. Lorsque votre enfant commence à utiliser des mots, encouragez-le à parler davantage en répétant et en posant des questions ou



en faisant des commentaires pour renforcer ce qu'il dit. Par exemple, si l'enfant dit " soif ", vous lui répondrez en lui disant " as-tu soif? Veux-tu de l'eau?

Incorporez votre environnement

Prenez le temps de parler à votre enfant de sa journée, racontez des histoires, encouragez la conversation lorsque vous allez au marché, etc... Faites-lui remarquer les articles et identifiez-les par leur nom. Regardez les panneaux pour indiquer les lettres et les sons qu'elles produisent. Par exemple, vous pouvez parler d'un citronnier et de l'utilisation de plusieurs citrons verts pour faire du jus. En découpant les citrons verts, vous pouvez expliquer à quel point il sera délicieux de les goûter, etc.... vos attentes en matière de saveur, les ingrédients utilisés, etc.

Lisez et racontez des histoires à votre enfant

Rassemblez votre enfant et asseyez-vous pour raconter des histoires folkloriques (Malis ak Bouki ou Krik! Krak!), inventez des histoires et permettez à votre enfant d'aider avec la fin. Lisez des livres en créole haïtien pour que votre enfant puisse entendre une variété de mots dans différents contextes. Votre enfant apprend de nouveaux mots de vocabulaire, vous montrez à votre enfant le lien entre les mots écrits et parlés tout en passant du temps de qualité avec votre enfant.

10 minutes Question de réflexion :

Regardons la deuxième vidéo qui met l'accent sur les stratégies qui peuvent être mises en œuvre pour aider à établir les bases nécessaires à la réussite. Lorsque vous regardez la vidéo, pensez à des façons d'intégrer certaines des activités mentionnées à la maison.

Note de facilitateur :

Distribuez la trousse parentale et permettez aux parents d'en examiner le contenu. Examinez chaque article et expliquez comment on peut l'utiliser pour supporter le parent et son interaction avec son enfant.



5 minutes Conclusion

Objectif: Révisez les concepts de cette session. Permettez maintenant aux

participants sélectionnés de partager 2 choses qu'ils ont apprises et 1 question qu'ils peuvent encore avoir concernant la session d'aujourd'hui. (Le facilitateur devrait noter ces éléments pour la prochaine session.)

Devoirs:

Pensez à une activité que vous pouvez faire avec votre enfant qui favorisera son développement social, émotionnel et intellectuel. À l'aide du matériel fourni dans votre trousse de parentage, prenez cette semaine pour jouer avec votre enfant, lire un livre ou construire quelque chose avec le matériel que vous avez à la maison. Soyez prêt à partager votre expérience à la prochaine séance. Quelles sont les choses que vous avez trouvées difficiles lorsque vous avez essayé de passer du temps avec votre enfant pour faire ces activités? Quelles sont quelques stratégies que vous avez utilisées pour aider à surmonter certains des obstacles identifiés?



Autorégulation, Discipline Positive, et Punition Corporelle

Session Quatre

Titre de session	Durée	Objectifs de session	Activités
Revue de session précédente	5-10 minutes	Participants passeront en revue les notions présentées au cours de la dernière session.	 Devoirs seront examinés via discussion. Questions sur les notions présentées à la dernière session seront adressées.
Autorégulation	40 minutes	Participants mettront en corrélation la façon dont l'autorégulation et les attentes comportementales de l'enfant dans la culture haïtienne peuvent influencer la réaction des parents.	Activité d'application de groupe
Punition Corporelle	25 minutes	Participants identifieront les différences entre la punition corporelle et la discipline positive.	 Discussion de groupe entier Réflexion de groupe entier Croyances associées au fait que la fessée est essentielle à la discipline et au succès.
Punition	20 minutes	Participants élaboreront diverses stratégies pour discipliner un enfant.	 Activité d'application Contester les croyances sur la discipline.
Discipline Positive	30 minutes	Participants identifieront les différences entre la punition corporelle et	- Activité d'application



i I Ittle			
		la discipline positive.	
			- Réflexion
Conclusion	5 minutes		

NOTE L'ordre du jour suivant représente session quatre d'un atelier de six sessions, qui s'étend sur 1,5 heures par session, et qui se concentre sur la promotion de l'interaction émotive et sociale entre parent et enfant, tout en fournissant des idées pratiques à utiliser à la maison.

Ordre du jour

Autorégulation, Discipline Positive, et Punition Corporelle

Session Quatre

Objectifs et Conclusions

- Participants établiront une corrélation entre l'autorégulation et les règles de comportement attendues d'un enfant dans la culture haïtienne et la réaction des parents.
- Participants donneront des exemples d'autorégulation.
- Participants identifieront les différences entre la punition corporelle et la discipline positive
- Participants développeront diverses stratégies pour discipliner un enfant.

Matériel:

Marqueurs, tableaux à feuilles mobiles adhésifs, documents à distribuer aux participants, matériel de tous les jours pour créer des jouets stimulants pour les bébés, corde à sauter, ballon, craie de chaussée, cailloux de l'extérieur, etc.

5-10 minutes **RÉCAPITULATION de dernière session**

- Révision et discussion de toute question relative à la dernière session.
- Permettez aux participants de partager les découvertes des devoirs.



Manuscrit suggéré

La dernière session, nous avons parlé du lien entre le développement social, émotionnel et cognitif. Voici les principaux éléments à retenir de notre dernière session :

- Les parents, l'environnement et la capacité de passer du temps avec votre enfant sont des facteurs majeurs qui façonnent le développement social et émotionnel. Des relations précoces, solides et consistantes avec les parents constituent la base sur laquelle la compétence sociale et les relations avec les pairs sont construites. Les parents qui entretiennent des relations affectueuses avec leurs enfants, qui font preuve de considération pour leurs sentiments, leurs désirs et leurs besoins, qui expriment de l'intérêt dans leurs activités quotidiennes, qui respectent leurs points de vue, qui expriment leur fierté à l'égard de leurs réalisations et qui fournissent de l'encouragement et du soutien en période de stress, préparent leur enfant à réussir à l'école et dans la société.
- Un enfant qui joue avec un parent ou un autre enfant est capable de prendre des décisions, par exemple choisir le jeu à jouer et l'endroit où jouer, modifier son comportement pour l'adapter au contexte social, négocier des désaccords, etc. En fournissant à l'enfant l'espace et l'occasion de participer, on contribue à établir les bases indispensables pour être efficace dans la société.

15 minutes Activité d'application

Choisissez un des sujets présentés lors de la dernière session. Développez un sketch de 2 minutes pour expliquer aux autres parents l'importance de maîtriser ce principe particulier. Chaque groupe devrait être prêt à faire une présentation.

10 minutes Autorégulation

Avez-vous déjà dit à un enfant non qu'il ne peut pas avoir quelque chose, et il perd complètement le contrôle? Il commence à pleurer, à crier et à exiger que vous lui "donniez " ce qu'il veut? Cet enfant est incapable de se de réguler lui-même.

L'une des compétences les plus importantes que les enfants doivent développer est l'autorégulation. L'autorégulation est l'habileté que nous utilisons pour gérer nos émotions, nos pensées et nos comportements. C'est avoir la capacité de se calmer quand on est bouleversé, de s'adapter à un changement soudain et de gérer les événements frustrants sans perdre totalement le contrôle de ses émotions. Son importance varie de la capacité d'un enfant à rester assis dans une salle de classe pendant une leçon de lecture jusqu'à la capacité de bien s'entendre avec les autres enfants sur le terrain de jeu.



L'autorégulation est nécessaire pour des relations sociales positives avec les autres et pour un apprentissage réussi. Pour apprendre quoi que ce soit dans un cadre scolaire, un enfant doit ignorer l'enfant à côté de lui, avec qui il est amusant de jouer, et faire en sorte que son esprit se concentre sur l'histoire que l'enseignant est en train de lire. La capacité d'être attentif et de se souvenir volontairement des choses fait également partie de l'autorégulation.

Référence :

Blair, C. (2003). L'autorégulation et la préparation à l'école. Champlaign, IL : Chambre De Compensation de ERIC sur l'Education d'Enfance Elémentaire et Première.

Les crises de colère et le comportement violent ne sont que le symptôme de la racine d'un problème; ce n'est pas le problème. En tant que parents, vous pouvez aider votre enfant à apprendre à se calmer efficacement ou à éviter les réactions impulsives. Mais cela n'arrivera pas rapidement, il faut de la patience, de la consistance et de la pratique. Voici quelques stratégies que vous pouvez utiliser pour développer l'autorégulation chez votre enfant:

- Faites de votre mieux pour offrir du repos et une alimentation adéquate à votre enfant. Cela peut être difficile parfois avec l'état de l'économie et de la politique haïtienne, mais nous devons faire de notre mieux pour que notre enfant soit reposé et nourri. Parfois, un enfant est incapable de contrôler ses émotions, ses pensées et ses comportements parce qu'il est extrêmement fatigué et affamé. Un enfant affamé et fatigué est incapable de s'autoréguler ou d'avoir le pouvoir cérébral nécessaire pour se concentrer sur des stratégies d'autorégulation.
- Parlez à votre enfant de la façon de réagir à certaines situations à la maison ou à l'école en mettant en scène différents scénarios par le jeu.
- Donnez l'exemple en montrant à votre enfant le comportement approprié dans certaines situations et les stratégies pour y parvenir.

15 minutes Activité d'application

Travaillez avec votre groupe pour écrire les comportements attendus dans la société haïtienne. Quels comportements attendez-vous de votre enfant ? Vous attendez-vous à ce que votre enfant se comporte différemment à la maison, à l'école ou à l'église? Comment pensez-vous que l'attente de la société concernant le comportement de votre enfant affecte votre niveau de tolérance lorsque votre enfant se comporte mal? Quelle est votre réaction lorsque votre enfant se comporte mal à la maison, à l'école ou à l'église? Chaque groupe devrait être prêt à faire une présentation.



15 minutes

Question pour débat en groupe entier:

Manuscrit suggéré

On dit que battre un enfant (en Haïti) est une condition psychologique qui a ses racines dans l'esclavage. Comme les esclaves étaient considérés comme des biens personnels et devaient être obéissants, il en est ainsi lorsqu'on bat un enfant pour le soumettre. L'acte de battre un enfant n'est pas seulement une méthode pour le contrôler mais c'est aussi pour l'humilier, le briser et le punir. L'acte de battre un enfant n'est pas une pratique qu'on exerçait

Référence:

Vasconcellos, C.A. "Les enfants dans la Traite des Esclaves ", Les Enfants et les Jeunes dans l'Histoire

avant la captivité, mais elle est devenue quelque chose qu'on a adopté en se basant sur la nécessité de supprimer la langue, les pratiques culturelles et la religion. Nous continuons aujourd'hui à entretenir ces pratiques avec nos propres enfants, mais qu'essayons-nous de supprimer?

Que pensez-vous de cette déclaration ? Êtes-vous d'accord ou en désaccord? Pourquoi?

10 minutes Qu'est-ce que la Punition Corporelle?

Selon le Comité des Droits de l'Enfant des Nations Unies, la punition corporelle consiste en " toute punition qui fait appel à la force physique dans le but de causer un certain degré de douleur ou de malaise, aussi léger soit-il. La majorité des châtiments corporels consiste à frapper (claquer, gifler, donner une fessée) les enfants avec la main ou avec un instrument comme un fouet, un bâton, une ceinture, une chaussure, une cuillère en bois, etc. Mais il peut aussi s'agir de donner des coups de pied, de secouer ou faire tomber les enfants, de les égratigner, de les pincer, de les brûler, de les ébouillanter ou de les forcer à avaler (par exemple, laver la bouche des enfants avec du savon ou les forcer à avaler quelque chose) ".

Quels sont quelques effets de la punition corporelle?

1. Lorsque les enfants sont battus, ils ressentent souvent de la colère et de la honte en même temps, ce qui entraîne un sentiment d'humiliation. Lorsque nous forçons les enfants à tolérer une injustice, nous endommageons leur sens de la dignité et leur confiance en soi.

Référence :

Adapté du projet SAGE-DREAM de Worldvision.org

Les enfants peuvent également cesser de faire confiance aux adultes qui ont recours de manière répétée aux châtiments corporels à leur encontre. Ces expériences négatives peuvent conduire

Haiti

les enfants à la dépression, à des pensées suicidaires, à des désirs de vengeance et à l'agressivité envers les autres.

- 2. De nombreux enfants qui subissent des punitions corporelles brutalisent d'autres enfants ou, une fois adultes, ont recours à la violence domestique. La pratique des punitions corporelles apprend aux enfants que la violence est un moyen acceptable d'imposer leurs opinions à une personne moins puissante qu'eux.
- 3. Beaucoup d'enfants qui éprouvent châtiments corporels de façon régulière vivent avec le développement cognitif et émotionnel ralenti ou interrompu. Ils deviennent repliés sur euxmêmes et ont peur d'essayer de choses nouvelles. Ils ont honte d'eux-mêmes à cause des humiliations régulières. Ils ont besoin de plus de temps pour acquérir des compétences sociales et scolaires. Leur rendement scolaire se détériore et leur capacité de former des relations saines et satisfaisantes peut être gravement affectée.

30 minutes Croyances associées au fait que la fessée est essentielle à la discipline et au succès

Tous les parents désirent enseigner à leurs enfants la manière appropriée de se comporter et de réagir dans différentes situations. Le but est de ne jamais faire de mal à nos enfants intentionnellement.

Maintenant, séparez-vous en groupes. Regardez les déclarations écrites au tableau Dans votre groupe, une personne sera le ou les parents, une personne sera l'enfant et les autres personnes seront des observateurs Au sein de vos groupes, chaque personne doit parler de chacune des déclarations énumérées. Réfléchissez sur chaque déclaration en fonction du rôle qui vous a été assigné.

- "J'ai reçu une fessée et rien de mal ne m'est arrivé."
- "Rien d'autre ne marche"
- "C'est la meilleure façon d'enseigner l'obéissance, nulle autre méthode ne fonctionne."
- "J'ai tout essayé! Je n'ai pas le choix, c'est la seule façon de me faire écouter de mon enfant".

Notes de facilitateur :

Permettez à chaque groupe de présenter son point de vue en fonction du rôle attribué dans l'activité. Demandez à l'ensemble du groupe d'identifier les sentiments qui peuvent être associés à chaque déclaration du point de vue du rôle qui leur est assigné.



5 minutes Question de réflexion en groupe entier:

Quels sont vos sentiments sur la façon dont on vous a discipliné quand vous étiez enfant? Comment cela influence-t-il la façon dont vous disciplinez votre propre enfant?

10 minutes Contester les Croyances sur la Discipline

- "J'ai reçu une fessée et rien de mal ne m'est arrivé."
 - Cette déclaration est fausse! En raison de l'exposition générationnelle de cette personne à la violence, elle inflige la même colère et la même douleur qu'elle ressentait lorsqu'elle était enfant à son propre enfant, et cet enfant fera de même à moins que quelqu'un décide de changer.
- "Rien d'autre ne marche!"
 - La personne qui dit cela essaie de justifier ses actions et de blâmer l'enfant. En tant qu'adultes, nous ne frappons pas les gens quand nous avons l'impression que " rien d'autre ne marche " pour changer le comportement d'une autre personne.
- "C'est la meilleure façon d'enseigner l'obéissance, nulle autre méthode ne fonctionne."
 - Dans le passé, beaucoup de gens ont appris à enseigner aux enfants à obéir aux adultes sans question. Maintenant que nous comprenons l'importance d'une relation parent-enfant, l'importance de se sentir en sain et sauf, et le rapport existant entre le développement et les facteurs de stress, il est essentiel que l'objectif ne soit pas d'obéir sans poser de questions.
- "J'ai tout essayé! Je n'ai pas le choix, c'est la seule façon de me faire écouter de mon enfant".
 - Cette déclaration tente également de justifier un comportement négatif. Un mari peut-il frapper sa femme parce qu'aucune autre méthode ne fonctionne? En outre, nous savons que frapper un enfant est habituellement la première méthode de discipline plutôt que la dernière.

30 minutes Discipline Positive

La discipline positive met l'accent sur le respect mutuel tout en se concentrant sur l'apprentissage d'un meilleur résultat comportemental au lieu de punir en fonction des comportements passés. Elle procure également des conséquences non violentes



pour les mauvais comportements. L'objectif est d'utiliser des conséquences qui remplacent l'expérience de l'humiliation par ce qui suit:

- o Considérer les conséquences de son propre comportement.
- o Identifier les comportements alternatifs et préférés.
- Démontrer qu'on comprend pourquoi un comportement préféré est important.
- Remplacer les normes sociales et culturelles néfastes par un environnement de sécurité.

Les techniques positives de discipline :

- 1. Le comportement approprié est décrit et encouragé.
- 2. Des règles claires et des raisons sont fournies.
- 3. La confirmation est demandée.
- 4. Le comportement correct est récompensé tandis que le comportement inapproprié est discuté et rejeté avec des raisons.

et rejete avec des raisons.	
La discipline est	La punition est
Donner aux enfants des alternatives positives.	Dire aux enfants seulement ce qu'il ne faut PAS faire.
Reconnaître ou récompenser les efforts et le bon comportement.	Réagir plutôt que répondre à un mauvais comportement.
Positif et respectueux	Négatif et irrespectueux
Orientation cohérente et ferme	Contrôler, humilier
Non-violent	Violent
Comprendre les capacités individuelles, les	Ne pas prendre en considération les capacités, les
besoins, les circonstances et le stade de	besoins et les circonstances individuelles de
développement de l'enfant	l'enfant
Enseigner à l'enfant des techniques	Battre l'enfant
d'autorégulation	



AND TO THE TOTAL OF THE TOTAL O	
Établir une relation de confiance et de sûreté avec l'enfant	Se positionner comme la figure d'autorité à laquelle il faut obéir quoi qu'il advienne
Utiliser les erreurs comme opportunités d'apprentissage	Enseigner aux enfants à se comporter uniquement pour éviter les punitions
Solution dirigée au comportement de l'enfant, jamais l'enfant	Solution dirigée vers l'enfant plutôt que son comportement

Passons à la vidéo sur la discipline, ensuite nous allons discuter des diverses solutions alternatives à la fessée d'un enfant.

10 minutes Activité d'application

S'appuyant sur ce que nous avons appris aujourd'hui et sur ce que nous venons de voir dans la vidéo. Travaillez avec votre groupe pour trouver un sketch qui démontrerait un comportement négatif produit par un enfant et la réaction d'un parent en utilisant des techniques de punition et de discipline positive. Préparez-vous à partager.

5 minutes Conclusion

Objectif:

Révisez les thèmes de cette session. Permettez maintenant aux participants sélectionnés de partager 2 choses qu'ils ont apprises et 1 question qu'ils pourraient encore avoir. (*Le facilitateur devrait écrire ceci comme notation pour la prochaine session*)

Devoirs :

Pensez à votre interaction avec votre enfant cette semaine. Vous êtes-vous trouvé à discipliner votre enfant? Quelles sont les méthodes alternatives que vous avez utilisées et qui ne comprenaient pas la fessée? Quel en a été le résultat?



Autorégulation, Discipline Positif, et Punition Corporelle

Document de Session Quatre

Dans les défis quotidiens liés au rôle parental, nous faisons des milliers de choix sur la façon d'interagir avec nos enfants et de les élever. Tous ces choix se traduisent par un style particulier d'exercice du rôle de parent qui a une incidence permanente sur nos enfants. Comme tous les parents le savent, tout le monde semble avoir une opinion lorsqu'il s'agit d'élever les enfants. Comment vous disciplinez votre enfant ou quels privilèges vous donnez à votre enfant, etc.

Autoritaire: Les parents qui utilisent ce style de rôle de parent s'attendent à un niveau élevé de conformité et de soumission de la part de leurs enfants, et ont tendance à montrer peu de chaleur ou de rapport avec leurs enfants. Ils établissent habituellement des règles très élevées pour leurs enfants, mais n'expliquent pas le raisonnement pour leurs règles et leurs attentes. Si l'enfant d'un parent autoritaire demande " pourquoi ", le parent répondra typiquement " parce que je l'ai dit ". Les parents autoritaires (autocratiques) essaient souvent de contrôler leurs enfants. Les parents autoritaires ont tendance à se concentrer sur les actions négatives d'un enfant plutôt que sur les actions positives. Ils sont plus susceptibles de réprimander le mauvais comportement que d'encourager le bon comportement quand ils le voient se produire. Des études ont montré que les parents autoritaires sont plus susceptibles de frapper leurs enfants comme une forme de punition plutôt que de leur parler.

Les enfants de parents autoritaires peuvent trouver difficile de prendre des initiatives ou de faire quoi que ce soit par eux-mêmes ; ils peuvent manquer de spontanéité et de curiosité et avoir des problèmes généraux pour penser pour eux-mêmes.

Démocratique/Qui fait autorité: Le style de rôle de parent qui fait autorité ou style de rôle parental démocratique est souvent décrit comme une approche centrée sur l'enfant. Ces parents ont de grandes attentes quant au respect des règles et des directives, mais permettent un dialogue ouvert avec leurs enfants sur ces règles et sur le comportement en général. Les parents qui font autorité encouragent l'autonomie de leurs enfants, contrairement aux parents autoritaires. Ils fixent des limites et exigent de la maturité, mais ils expliqueront toujours pourquoi ils établissent une règle ou punissent leurs enfants. L'une des habitudes fondamentales d'un parent qui fait autorité est de renforcer le bon comportement de ses enfants, plutôt que de simplement signaler et punir les mauvais.

En général, la plupart des experts en développement de l'enfant conviennent que le style de rôle de parent qui fait autorité mène à des enfants plus responsables, qui réussissent et qui ont une meilleure estime de soi et qui sont plus autonomes.



Pérmissif: Ces parents ont très peu d'attentes comportementales à l'égard de leurs enfants, et sont généralement chaleureux et attentionnés. Les parents permissifs disciplinent ou punissent rarement leurs enfants, et les quelques règles qu'ils établissent sont rarement appliquées de façon stricte. Ils donnent aux enfants autant de choix que possible, même si un enfant n'est pas capable de prendre une bonne décision à son âge particulier. Les parents permissifs ne fixent pas de limites claires et ont tendance à accepter le comportement de leur enfant, qu'il soit bon ou mauvais.

Les enfants de parents permissifs ont tendance à avoir des problèmes de maîtrise de soi et d'acceptation des responsabilités, et sont souvent immatures sur le plan émotionnel.

Facteurs à considérer dans l'application des mesures disciplinaires:

- 1. Concentrez-vous sur votre enfant. Lorsque vous devenez parent, il ne s'agit plus seulement de VOUS. Vous avez un travail et un travail difficile qui vous oblige à vous concentrer et à faire ce qui convient le mieux à votre enfant. Votre objectif, dans toutes vos actions parentales, devrait être d'élever un enfant confiant, heureux et en bonne santé. Si vous gardez cette pensée à l'esprit, certaines décisions relatives à l'éducation des enfants pourraient être plus faciles à prendre. Demandez-vous : " Comment cela aidera-t-il mon enfant ?
- 2. Renforcez le comportement positif. Quand votre enfant fait quelque chose bien, dites-le-lui! En renforçant le comportement positif, vous lui enseignez comment se comporter (au lieu de lui montrer comment ne pas se comporter) tout en amplifiant son amour-propre. Cela demande de l'énergie! Il est souvent plus facile de noter seulement quand un enfant fait quelque chose de mal. Prenez soin de reconnaître un bon comportement et répondez par des commentaires positifs, tels que " Tu as fait un excellent travail en mettant la table " ou " J'ai vraiment aimé la façon dont tu as aidé ton frère à faire ses devoirs ".
- 3. Communiquez. Communiquez. Communiquez. Votre objectif est d'avoir des voies de communication largement ouvertes avec votre enfant. Si vous avez une règle que vous vous attendez à ce que votre enfant suive, expliquez-la-lui. S'il a une question à ce sujet ou s'il veut faire valoir son point de vue, donnez-lui la possibilité de le faire de la façon appropriée. Cela permet aux enfants d'essayer de se faire leur propre opinion, de s'exprimer dans un environnement de sécurité et d'apprendre à mieux communiquer en général.
- 4. Offrez des choix appropriés. Demander à un tout-petit ce qu'il veut pour le dîner n'est pas une façon appropriée pour son âge d'offrir des choix. Une telle question peut être accablante et vous entraîner à lui crier " non " et à outrepasser son opinion. À cet âge, il est plus approprié de demander: "Veux-tu du riz ou des pommes de terre pour le dîner?" Une question structurée lui donne juste assez d'espace pour sentir qu'il prend une bonne décision tout seul et que vous suivez et encouragez sa pensée indépendante.



5. Ne donnez pas une fessée, ne frappez pas, ou ne punissez pas votre enfant d'une façon physique. Point final. Cela peut susciter la controverse dans certaines familles ou communautés, mais le fait est que les études indiquent à maintes reprises que les châtiments corporels ne fonctionnent pas, du moins pas à long terme. Lorsque nous frappons ou donnons des fessées à nos enfants, nous leur envoyons le message que ceux qui les aiment leur font du mal, peu importe notre intention.

Bien-être et Soins Personnels (autosoins)

Session Cinq

Titre de session	Durée	Objectifs de session	Activités
Revue de session précédente	5-10 minutes	Participants passeront en revue les notions présentées au cours de la dernière session.	 Devoirs seront examinés via discussion. Questions sur les notions présentées à la dernière session seront adressées.
Évaluation des capacités d'adaptation	30 minutes	Participants évalueront leur niveau en matière de soins personnels.	Activité d'application de groupe
Bien-être et Soins Personnels (autosoins)	25 minutes	Participants identifieront les activités qui aideront à obtenir la santé physique et le bien- être.	 Discussion de groupe entier Réflexion de groupe entier
Applications pratiques	30 minutes	Participants détermineront des méthodes pour intégrer des stratégies de soins personnels pour combattre les facteurs de stress quotidiens	- Activité d'application
			- Réflexion



	Conclusion	5 minutes			

NOTE: L'ordre du jour suivant représente session cinq d'un atelier de six sessions, qui s'étend sur 1,5 heures par session, et qui se concentre sur la promotion de l'interaction émotive et sociale entre parent et enfant, tout en fournissant des idées pratiques à utiliser à la maison.

Ordre du jour

Bien-être et Soins personnels

Session Cinq

Buts et Conclusions

• Participants évalueront leur niveau de soins personnels.

- Participants identifieront des activités qui les aideront à obtenir des soins personnels et du bienêtre.
- Participants détermineront comment incorporer des stratégies de soins personnels pour combattre les facteurs de stress quotidiens.

Matériel: Marqueurs, tableaux à feuilles mobiles adhésifs, documents pour participants, etc.

5-10 minutes **RÉCAPITULATION de dernière session**

- Révision et discussion de toute question relative à la dernière session.
- Permettez aux participants de partager leurs découvertes des devoirs.

10 minutes Manuscrit suggéré

En quoi consistent les soins personnels?

Quand nous prenons du temps de prendre soin de nous-mêmes, nous pouvons :

- 1. Abaisser les niveaux de stress
- 2. Enseigner à nos enfants à apprécier leur santé et leur bien-être
- 3. Être des parents meilleurs, plus sains et plus calmes

Lorsque nous négligeons les soins personnels, cela peut affecter notre santé physique, causant des problèmes comme un système immunitaire plus faible et de l'hypertension artérielle. Mais cela peut également affecter notre santé mentale, en déclenchant des



réactions comme la dépression et des problèmes de gestion de la colère. Ces problèmes peuvent rendre encore plus difficile le soin de nos enfants.

Note de facilitateur: Énumérez les trois catégories sur trois grandes feuilles de papier graphique et placez-les tout autour de la salle. Donnez à chaque personne un marqueur de couleur. Permettez à chaque personne de faire le tour de la salle et de mettre un chèque ou une étoile à côté des choses qu'elle fait actuellement pour prendre soin d'elle-même. Accordez de 8 à 10 minutes pour l'activité.

Évaluez si vous faites les choses ci-dessous :

Soins physiques

- Manger des repas sains.
- Dormir suffisamment.
- Boire quotidiennement de l'eau purifiée.
- Planifier des soins médicaux préventifs réguliers.

Soins de santé mentale

- Identifier les principales priorités dans votre vie.
- Passer du temps avec des amis ou de la famille pour parler ou exprimer vos sentiments.
- Demander l'aide quand vous en avez besoin.
- Aider les autres dans votre communauté.
- Dire " non " à des responsabilités additionnelles qui peuvent augmenter le stress pour vous ou votre famille.

Soins spirituels

- Se donner du temps pour prier.
- Aller à l'église et faire du bénévolat.
- Parler de vos difficultés à votre pasteur ou prêtre.

25 minutes Bien-être et Soins Personnels (autosoins)

Prenez quelques minutes pour passer en revue les réponses des participants pour chaque catégorie. Identifiez les forces et les faiblesses en matière de soins personnels et de bien-être comme le montrent les résultats. Demandez maintenant aux participants d'expliquer pourquoi il y a des catégories plus fortes et des catégories plus faibles. Suivez le guide ci-joint pour continuer cette section.

30 minutes Applications pratiques

L'établissement d'objectifs peut vous aider à obtenir les soins personnels dont vous avez besoin. Considérez la possibilité de créer un plan écrit de soins personnels (autosoins). Le but ici est de



matrie matrie ir un équilibre entre le travail et la détente, et entre vos engagements envers les autres et envers vous-même. Votre plan devrait inclure des activités que vous faites uniquement pour le plaisir. Il devrait également inclure une approche de gestion du stress régulière, comme une activité physique que vous aimez, la marche, l'écriture, la danse ou la prière. Votre plan devrait énumérer les choses que vous prévoyez faire chaque jour ou chaque semaine ou chaque mois. Au fur et à mesure que vous élaborez votre plan, faites attention d'inclure des choses raisonnables, que vous pouvez vraiment faire et qui ne sont que pour vous.

Utilisez une feuille de papier graphique, pliez le papier pour faire trois colonnes. Dans une colonne, vous écrirez cinq choses que vous pouvez faire pour prendre soin de vous-même cette semaine. Il peut s'agir de faire une promenade, d'aller danser, de rendre visite à un ami, etc. Dans la colonne du milieu, écrivez pourquoi il est important d'accomplir cette tâche et comment cela vous fera vous sentir. Dans la dernière colonne, écrivez les choses pratiques que vous aurez à faire en vue de réaliser cette activité.

5 minutes Conclusion

Il est important de savoir que prendre soin de soi est aussi une façon d'enseigner aux enfants des valeurs et de bonnes habitudes parce que les enfants apprennent de ce qu'ils voient. Si les enfants voient que vous vous négligez, ils apprendront qu'il est plus important de prendre soin des autres que de soi-même et qu'ils ne méritent pas le respect et les soins. Au contraire, s'ils vous voient consacrer du temps à vous-même et assumer la responsabilité de vos propres besoins, de votre propre bonheur et de votre propre bien-être, ils apprendront le respect de soi, l'efficacité personnelle (l'auto-efficacité), la confiance en soi et l'indépendance.

Devoirs:

Prenez le temps cette semaine de compléter deux des cinq choses que vous avez décrites comme faisant partie de votre plan de soins personnels (autosoins). Notez ce que vous avez ressenti pendant ces moments. Soyez prêt à partager.



Bien-être et Soins Personnels

Document de Session Cinq

Être parent est le travail le plus difficile que vous aimerez jamais. Être parent *n'est pas* facile! On entend souvent des parents dire qu'ils sont gênés ou honteux quand ils ne savent pas comment s'occuper de leurs enfants. La recherche de soutien, de stratégies, et de ressources est une façon intelligente et simple d'améliorer vos compétences parentales.

Prenez soin de vous-même. Élever un enfant est difficile pour un parent. Cela signifie souvent moins d'heures de sommeil, plus de stress à propos de choses comme la dynamique familiale et les finances, et de moins de temps juste pour vous. Mais il est important de prendre soin de vous-même afin d'avoir l'énergie et l'enthousiasme nécessaires pour vraiment prendre soin de votre enfant. Il imitera votre comportement, et si vous êtes stressé, fâché ou triste, vous verrez souvent son comportement le refléter.

Cherchez du soutien. Vous avez entendu l'expression, "Il faut un village pour élever un enfant", n'est-ce pas? Alors pourquoi ne pas tendre la main à des adultes de confiance dans votre cercle de famille, d'amis ou de communauté? Si vous leur demandez leur soutien dans le but de vous permettre d'être un meilleur parent, ils seront souvent heureux de vous aider. Les adultes de confiance peuvent garder les enfants, faire des courses ou simplement vous écouter parler de situations stressantes avec vos enfants.

Trouvez des ressources dans votre localité telles que des groupes de soutien aux parents et des cours sur le rôle parental. De nombreux parents ne réalisent pas combien d'aide est disponible sous forme de cours pour parents, de groupes de soutien et de groupes de jeu! Un bon endroit pour commencer à chercher ces types de programmes serait votre centre récréatif ou votre bibliothèque locale. Parler à d'autres mères et pères peut être très utile, sans oublier le rappel important que vous n'êtes pas seul dans le défi du rôle parental!

Rappelez-vous que les enfants peuvent être une source de joie dans votre vie. Parfois, nous sommes tellement absorbés par le stress et la structure de la parenté que nous oublions à quel point nos enfants peuvent être amusants! Parlez de soulagement comique! Combien d'entre nous n'ont pas ri à quelque chose de mignon ou d'intelligent que nos enfants ont dit ou fait? Être parent n'est pas facile, mais il peut être très utile si vous pouvez prendre un peu de recul et de trouver l'humour dans les situations de tous les jours.

Comprendre le développement de l'enfant

Les enfants peuvent être particulièrement difficiles à gérer lorsqu'ils traversent des changements développementaux (ce qui est assez fréquent car les enfants grandissent toujours!). Les nouveau-nés, les tout-petits, les écoliers et les adolescents ont chacun leurs propres défis et jalons uniques.

Préparez-vous à ces changements en vous renseignant davantage sur le développement de l'enfant (qui est souvent couvert dans classes parentales). En sachant ce qui vous attend, vous pouvez être prêt à relever le défi!



L'éducation des enfants peut être particulièrement difficile lorsque vous, ou votre famille, faites face à des changements importants ou à un traumatisme. Si votre famille est au milieu d'une situation comme la clochardise, la dette, le divorce, la maladie ou le décès d'un être cher, soyez prêt à affronter le stress supplémentaire et les défis parentaux qui, naturellement, accompagnent ce territoire. Cherchez du soutien additionnel auprès de votre famille, de vos amis, d'un centre communautaire local ou de l'école de votre enfant. Les parents, comme tout le monde, ont besoin d'aide supplémentaire pour traverser des moments comme ceux-ci.

Lorsque le rôle parental vous accable.....

Cela nous arrive à tous à un moment ou à un autre. Vous êtes en train vous occuper de votre enfant et soudainement vous vous trouvez au point de rupture. Peut-être que votre bébé ne cesse de pleurer. Ou que votre bambin vous mord. Ou que votre adolescent vous crie dessus.

Vous pourriez vous mettre très en colère. Ou très triste. Peut-être confus, déprimé, ou agressif. Nous réagissons tous différemment, mais il existe une stratégie simple et facile à retenir qui peut vous aider:

D'abord, comptez jusqu'à 5. Prenez une profonde respiration et donnez-vous un moment pour vous calmer avant de réagir. Faites un effort conscient pour vous concentrer sur le côté positif de votre enfant avant de prendre toute action.

Ensuite, donnez à votre enfant 5 minutes. Laissez tomber tout ce que vous faites - préparer le dîner, payer les factures, parler au téléphone - et accordez à votre enfant au moins 5 minutes d'attention totale.

Enfin, suivez ces 5 étapes:

- 1. Mettez-vous à leur niveau.
- 2. Établissez le contact visuel.
- 3. Souriez.
- 4. Posez une question. Cela peut être aussi simple que : " J'écoute. Que veux-tu me dire ?"
- 5. Terminez par une étreinte et dites : "Je t'aime !"....

En prenant un moment pour faire quelque chose comme ça, vous serez mieux préparé à vous CONNECTER d'abord avec votre enfant et ensuite à RÉAGIR à votre enfant d'une manière attentive et constructive, lui apprenant ainsi une importante leçon d'adaptation à la vie par votre exemple.

Assumer le rôle de parent est un défi sans fin. Souvent, après avoir surmonté un défi, nous nous attaquons immédiatement au suivant! Des nuits sans sommeil avec un bébé à l'entraînement au petit pot aux bagarres dans la cour d'école, cela semble ne jamais finir! Nos enfants - comme nous - ont de bonnes et de mauvaises journées. Prenez le temps de célébrer les bons moments et de trouver du soutien dans les mauvais.

Session six:

(en attente d'information pour cette section)



Sessions complémentaires de soutien

- o Liste des ressources de Communauté
- o Défis sous-jacents
- o Exemples de succès