



# ECOUTER UN ENFANT APRÈS UN CONFLIT

"Je t'écoute."

Se mettre au même niveau que l'enfant  
(contact visuel).

"Tu veux bien me raconter  
?"

Lui demander d'expliquer  
ce qu'il s'est passé.

"Il s'est passé ceci.  
Est-ce cela ?"

Décrire ce que nous avons compris de la  
situation en reprenant les mots de l'enfant.

"Tu as ressenti cette émotion ?  
Qu'as-tu ressenti ?"

Citer les émotions et les sensations qu'il a  
ressenties ou lui demander directement si nous  
ne les avons pas encore identifiées.

"Que pourrais-tu pour te sentir  
mieux ?

Vois-tu une solution pour  
arranger la situation ?"

L'interroger sur une solution bienveillante  
possible pour qu'il se sente mieux : "demander  
des excuses" "respirer pour se calmer" "proposer  
une réconciliation". S'il ne sait pas pour le  
moment, le rassurer en lui disant qu'il pourra  
décider plus tard.

"Tu peux maintenant dire ce que tu as ressenti et proposer ta  
solution si elle concerne la personne. Discutez jusqu'à trouver  
une solution qui convienne aux deux."