



ÉCOUTER 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 ?"

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.

"Vois-tu une solution pour
arranger la situation ?"

"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."