



Accompagner l'émotion des enfants



1) Accueillir *non verbalement* par le regard. Être présent dans votre respiration, dans votre attitude intérieure. Le prendre dans nos bras.



2) Mettre *des mots sur le ressenti* :
Je vois que tu es en colère ! Oh, tu es triste ! Tu as eu peur.



3) Permettre à l'émotion d'aller jusqu'à *sa résolution*.



4) Quand la respiration de l'enfant est redevenue calme, place à la *parole*.