

SÉCURISER L'ENFANT LORS DU MOUCHAGE DU NEZ

- Accueillir le ressenti de l'enfant (je vois que c'est difficile, tu as du mal à respirer, ...)
- Expliquer à l'enfant le mouchage du nez et son intérêt pour mieux respirer
- Se servir d'une peluche pour simuler le mouchage
- Respecter le consentement ("on le fait quand tu es prêt.e")
- Dire à l'enfant qu'il peut stopper quand il veut
- Laisser l'enfant reproduire le geste en autonomie pour sa peluche et lui
- Le rassurer, le réconforter
- Valoriser ses actes ("tu as réussi", "tu pourras même montrer à papa/maman comment faire")

