

la PEUR des ENFANTS, pas SIMPLE pour les PARENTS !



Parfois j'ai peur, et c'est normal !

QUAND J'AI PEUR :



Pourquoi ?

- Je me sens en danger physique
- Je me sens en insécurité
- Je ne comprends pas ce qu'il se passe



Comment FAIRE ?

- 1 Accepter la peur de l'enfant
- 2 Protéger/rassurer l'enfant par un contact physique
- 3 Nommer la peur
- 4 Mettre des mots sur ce qu'il se passe
- 5 Passer du temps ensemble



CETTE DÉMARCHE PEUT-ÊTRE
MISE EN PLACE À CHAQUE
EXPRESSION DE LA PEUR



L'explication
donne du sens
mais n'enlève
pas la peur