

Plus que moi

Apprendre sur les autres

« Je suis heureuse. Mais tu as l'air triste ? » Il est difficile d'imaginer ce que ressentent les autres. Mais c'est une compétence dont les enfants ont besoin pour jouer avec les autres et se faire des amis.

Les bases

Dès qu'ils sont bébés, les jeunes enfants ont besoin de se sentir aimés par un adulte attentionné – comme vous ! Ils ne peuvent pas apprendre à comprendre et à apprécier les autres s'ils ne se sentent pas compris et valorisés.

Les enfants remarquent souvent qu'une autre personne ressent une émotion intense. Ils voient un autre enfant pleurer et se demandent pourquoi. Et ils pourraient vouloir trouver un moyen d'aider, mais ne savent pas comment.

Donner un sens aux émotions des autres est plus difficile que de comprendre les siens. Il faut du temps aux jeunes enfants pour développer cette compétence. Mais c'est une étape importante pour travailler et jouer gentiment avec les autres.

Remarque

Les fournitures soulignées se trouvent dans votre trousse.

Choses à essayer avec les enfants de 2 à 5 ans

Que signifie ce visage ?

- Choisissez une émotion dans le tableau de visages, mais ne dites pas à votre enfant lequel vous avez choisi. Reproduisez le visage et invitez votre enfant à deviner de quelle émotion il s'agit. Donnez des indices. « Yay ! Je suis allée au parc aujourd'hui ! » Choisissez une sensation différente et réessayez.
- Donnez-vous et à votre enfant chacun une assiette en plastique. Utilisez de la pâte à modeler pour reproduire des expressions faciales dans vos assiettes. À tour de rôle, devinez les émotions de chaque visage et ce qui pourrait être à l'origine de ces émotions. « Le tien a un visage surpris ! A-t-elle vu un chien volant ? » « Le mien a un visage triste. À ton avis, qu'est-ce qui l'a rendu triste ? »

Préparons-nous à commencer

Penser aux émotions des autres et savoir comment réagir avec prudence est compliqué. Montrez ces compétences pour votre enfant. « Je vois que tu as peur. Je vais tenir ta main pour t'aider à te sentir mieux. » Parlez des émotions des autres et de la façon dont vous pourriez aider. « Elle est triste parce qu'elle a laissé tomber sa glace. Je vais lui en apporter un autre. » Soyez patient pendant que votre enfant apprend à penser aux autres.



Je veux une
autre activité !

Choses à essayer avec les enfants de 2 à 5 ans

Faire semblant de jouer

- Faites semblant avec votre enfant et les marionnettes.
« Monsieur le cochon se sent malade. Que pouvons-nous faire pour l'aider à se sentir mieux ? » Faites semblant d'aider la marionnette à se sentir mieux ensemble. Inventez d'autres histoires qui montrent de la compassion. « C'est l'heure du coucher de Mademoiselle Canard. Comment pouvons-nous l'aider à se préparer ? »
- « Imaginons que la marionnette soit le professeur. Veux-tu être le professeur ? » Encouragez votre enfant à prétendre être quelqu'un qui se soucie des autres, comme une baby-sitter, un médecin ou un pompier.



C'est pour toi !

- Invitez votre enfant à utiliser les peintures au doigt pour faire une peinture pour quelqu'un qu'il aime. Demandez-lui : « Pour qui peins-tu cela ? Quelles couleurs penses-tu qu'il pourrait aimer ? » Aidez votre enfant à ajouter quelques mots à la peinture. Envoyez-la ensuite par la poste ou prenez une photo à envoyer par e-mail ou SMS.



Interactions quotidiennes

Au moment des repas, parlez des choses que chaque personne aime ou n'aime pas.
« Tu aimes le brocoli. Mais ta sœur n'aime pas ça. Penses-tu que ton oncle aime ça ? »

Soulignez les émotions des personnes dans les livres que vous lisez. Parlez ensuite de la façon dont une autre personne dans l'histoire réagit à ces émotions.

Montrez, remarquez, pratiquez

« Ta sœur pleure parce qu'elle est tombée. Je lui fais un câlin pour l'aider à se sentir mieux. »

Montrez les comportements attentionnés. Votre enfant commence à montrer des comportements attentionnés en imitant ce que vous faites.

« Tu caresses ton ours en peluche gentiment et doucement ! Comment se sent ton ours ? »

Remarquez quand votre enfant se soucie des autres, même des animaux en peluche !

Ton frère est fâché parce que tu as pris son biscuit. Redonne-le-lui, s'il te plaît. Tu peux demander ton propre biscuit. »

Les enfants doivent s'entraîner à faire de bons choix qui leur conviennent, ainsi qu'aux autres.