

Activités pour vous et votre enfant

Module 4 – Résolution de conflits

Ce module s'intéresse à la manière de régler les conflits et plusieurs enseignants ont dit qu'il aidait beaucoup les enfants à régler leurs différends. Pour ce faire, on leur fait pratiquer la résolution de conflit en quatre étapes :

1. Compréhension du problème
2. Penser à des solutions possibles
3. Choisir la meilleure solution
4. La mettre en pratique

Les enfants apprennent que les bonnes solutions doivent faire en sorte que nous nous sentions mieux tout en ne nuisant pas aux autres.

Ce module s'intéresse au problème des menaces et de l'intimidation et les enfants apprennent ce qu'il faut faire lorsqu'ils sont victimes d'intimidation.

Voici quelques activités à faire à la maison pour renforcer les acquis de ce module

Conseils

- Lorsque votre enfant devient colérique, laissez-lui le temps et l'espace pour se calmer avant d'essayer de résoudre les problèmes. Expliquez-lui qu'il est très difficile de penser à des bonnes solutions lorsqu'on est en colère.
- Utilisez les 4 étapes de la résolution de conflits dans votre vie familiale.
- Encouragez votre enfant à aider les autres enfants à résoudre leurs problèmes en les écoutant, les respectant, les invitant à trouver des solutions ensemble et leur enseignant à demander de l'aide.
- Si vous pouvez lire l'anglais, apprenez-en plus sur l'intimidation en cliquant sur le lien suivant : www.partnershipforchildren.org.uk/resources/bullying.htm

Activité 1	Vaincre l'intimidation
Objectif	Augmenter les habiletés de l'enfant à composer avec des situations d'intimidation
Durée	15-30 minutes

Matériel requis	Crayons et papier
Quoi faire?	Expliquez que l'intimidation signifie « menacer ou frapper quelqu'un » ou encore dire des choses méchantes à leur propos. Votre enfant a-t-il déjà vécu une telle situation? Comment s'est-il senti dans cette situation? Expliquez que lorsqu'on vit de l'intimidation, on peut demander l'aide de quelqu'un en qui on a confiance. Demandez à votre enfant de nommer et de dessiner les personnes à qui il s'adresserait s'il vivait de l'intimidation. Assurez-vous qu'il pense à des gens dans divers environnements – enseignants à l'école, parent à la maison. Affichez les dessins.

Activité 2	Vois-tu ce que je vois?
Objectif	Augmenter les habiletés de l'enfant à résoudre des conflits et à composer avec la colère.
Durée	30 minutes
Matériel requis	Papiers et crayons
Quoi faire?	<p>Expliquez à votre enfant qu'il est difficile de trouver une bonne solution à un problème si on est en colère ou très préoccupé. Nous avons donc tous besoin de façons de nous calmer. Dites à votre enfant ce que vous faites personnellement pour vous calmer ou pour vous aider à vous sentir mieux.</p> <p>Demandez à votre enfant s'il a déjà été très en colère ou très préoccupé. Qu'a-t-il fait pour se calmer et se sentir mieux? Encouragez-le à penser à d'autres solutions. Vous pouvez apporter vos suggestions. Proposez des choses drôles et encouragez votre enfant à en faire l'expérience – laissez-le frapper un oreiller, courir autour du jardin ou du parc, crier, écraser de la pâte à modeler. Vous pouvez le faire également avec lui!</p> <p>Parlez à votre enfant après chacune des activités et demandez-lui si cela l'a aidé à se calmer et à se sentir mieux. Finalement, demandez-lui de dessiner les trois activités qu'il a trouvées les plus aidantes et affichez-les dans sa chambre.</p>

Activité 1	Gestion de la colère (<i>cette activité a lieu également dans le module 1</i>)
Objectif	Augmenter les habiletés de votre enfant à composer avec la colère
Durée	10 minutes
Matériel requis	Rien
Quoi faire?	<p>Faites cette activité rapidement après que votre enfant ait été en colère – au coucher ou le jour suivant. Parlez de l'incident et demandez pourquoi l'enfant était si en colère. Demandez-lui comment il s'en est tiré avec cette colère et donnez-lui des indications sur ce qu'il aurait pu faire également – par exemple, en parler à quelqu'un, prendre de grandes respirations, penser à quelque chose d'agréable.</p> <p>Notez bien : les solutions présentées doivent faire en sorte que votre enfant se sente mieux mais pas au détriment des autres personnes.</p>