

Outil de parents :

Les cartes de résolution de conflits à la maison

Il s'agit de s'exprimer avec respect à tour de rôle et de construire une solution en collaboration.

Pour cela, nous allons d'utiliser les 3 cartes selon l'âge de l'enfant.

une carte parler (bouche)

une carte écouter (oreille)

une carte serrer la main (accord)

- On se place autour d'une table ou par terre avec les cartes "parler" et "écouter" faces cachées.
- la personne qui pioche "parler" (bouche) parlera en premier.
- Tandis que le second qui aura pioché "écouter" (oreille) écoutera le premier.
- quand le premier a terminé, on échange les cartes et on recommence.
- des solutions sont proposées à tour de rôle en prenant le jeton "mains" (accord).
- L'autre peut refuser et on se passe le jeton jusqu'à trouver une solution qui convient à tous. (on se serre alors la main et on se met en action).

Les règles pour communiquer:

- On utilise le "je" et on parle de ressentis ou d'émotions: ex "je me suis sentie triste, je me suis sentie agressé etc...(pas d'accusation)
- On décrit les événements sans jugements : "j'ai vu, j'ai entendu, etc" (pour les plus grands on peut introduire la notion de prudence : "j'ai cru voir, j'ai peut être entendu...)
- on respecte le jeton qui nous est attribué, on pourra parler quand on aura le jeton bouche.
- pour trouver un accord on dit "je propose ... (telle action).

Outil de parents : Les cartes de résolution de conflits à la maison



Parler



Écouter



Accord

version 2/3-5 ans

Outil de parents :

Les cartes de résolution

de conflits à la maison +6 ans

À partir de cet âge on introduit doucement que parler ne se fait pas que avec la bouche, mais aussi avec le corps en accompagnant avec ses gestes pour transmettre de la douceur en parlant, (vers 3/4 ans) on introduit aussi la notion de volume de parole, de ton etc. On apprend ensemble à se parler de manière bienveillante.

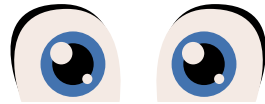
De même pour “écouter”, petit à petit on apprend à écouter aussi le corps, les gestes qui montrent de la défense, du mal être etc pour comprendre tous les signaux de communication qui sont envoyés.

Pour l'accord on peut aussi introduire une notion d'empathie, d'amour dans la solution proposée. Elle ne doit pas être injuste , mais parfois elle ne sera pas équitable.

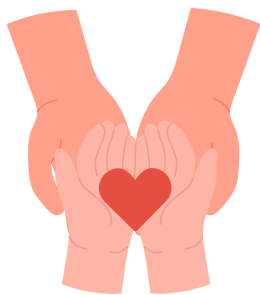
Outil de parents :
Les cartes de résolution
de conflits à la maison +6 ans



Parler



Écouter



Accord

version 6 ans et +