



(819) 666-2331
info@cpesixsaisons.com
68 Rue Kenosi, Wemotaci, QC GOX 3R0

QUOI FAIRE SI ? /
L'ENFANT FAIT UNE CRISE

FICHE / GESTION DE CRISE



À CONSIDÉRER

- Crise de 4 ans fréquente et considérée comme « La petite crise d'adolescence ».
- **Les crises sont généralement causées par :**
 - / Manque de contrôle des émotions
 - / Impulsivité
 - / Anxiété
 - / Frustration
 - / Manque de vocabulaire pour exprimer ses émotions
- Les enfants avec des tempéraments plus affirmatifs et qui sont plus sensibles aux stimuli de l'environnement ont tendance à faire plus de crises.
- L'enfant ne « vous » fait pas une crise mais réagit à une situation frustrante et a besoin de votre aide.

PISTES DE RÉFLEXION

- Quand surviennent les crises? Que se passe-t-il juste avant?
Éléments précurseurs fréquents :
 - / Enfant fatigué ou affamé
 - / Enfant qui s'ennuie
 - / Enfant vit une frustration et n'arrive pas à l'exprimer
 - / Enfant surmené (trop de choses en même temps, transition trop rapide)
- Que se passe-t-il juste après? Est-ce que l'enfant reçoit de l'attention (que gagne-t-il à faire une crise)? Se souvenir que l'attention négative est aussi une forme d'attention!
- Qu'en pense les parents? Comment souhaitent-ils que le CPE intervienne? Comment interviennent-ils à la maison?

SUGGESTIONS EN PRÉVENTION DES CRISES

- Donner des responsabilités à l'enfant.
- Offrir des choix (prise de décision).
- Beaucoup valoriser lorsque le comportement est adéquat.
- Enseigner les zones de régulation (vert/jaune/rouge).
- Développer le vocabulaire émotif (donner plus de mots pour pouvoir parler des émotions).
- L'aider à reconnaître lorsque l'escalade émotive commence (et dé-escalader si possible).
- Créer un coin tranquille où il peut s'isoler et se calmer au besoin.
- Bien préparer chaque transition. Expliquer ce qui s'en vient, en mots et en images.

SUGGESTIONS PENDANT LA CRISE

- Ne pas trop parler, ne pas tenter de le raisonner pendant la crise.
- Rester calme.
- Ne pas négocier.
- Ne pas donner quelque chose en échange de se calmer.
- Ne pas le laisser se blesser, blesser les autres enfants ou faire mal à l'éducatrice.
- Ne pas le mettre en retrait (ne pas l'isoler). Il a probablement besoin de l'adulte dans son champ de vision pour le rassurer.

SUGGESTIONS APRÈS LA CRISE

- Le rassurer (il n'est pas un « mauvais » garçon. On l'aime toujours!)
- Revenir sur ce qui s'est passé (L'aider à parler de ce qui s'est passé, de ce qu'il a ressenti et des causes de sa colère).
- Discuter avec lui de stratégies qu'il peut utiliser lorsqu'il sent la colère monter.