



La salle d'attente

Quelques astuces pour que l'attente se passe plus sereinement



Votre enfant s'impatiente, pleure, vous sollicite sans arrêt ?

Un enfant n'a **pas la même notion du temps** qu'un adulte.

Cette notion s'acquiert par étapes. La patience liée à cet apprentissage est plus complexe si votre enfant est jeune.



L'aider à se repérer

Si besoin, aidez-vous d'une **montre ou d'une horloge**, en indiquant à votre enfant que votre tour viendra quand les aiguilles seront positionnées de telle façon.



Créez une bulle autour de vous en essayant de vous détacher du regard des autres et d'ignorer les éventuels regards désapproubateurs ou remarques désobligeantes pour ne pas ajouter de l'anxiété et du stress à la situation.

Il est **normal** que votre enfant ne parvienne pas à rester sans bouger et sans parler. Le menacer d'une punition ou d'une mise au coin ne servira à rien et rendra l'attente plus stressante encore.

Que sont les VEO ?



Les VEO (Violences Éducatives Ordinaires) sont les violences physiques, psychologiques et/ou verbales qualifiées « d'éducatives » parce qu'elles sont utilisées pour éduquer et faire obéir l'enfant et « d'ordinaires » parce qu'elles sont souvent quotidiennes et considérées comme normales.

Selon la loi du 10 juillet 2019 relative aux violences éducatives ordinaires : « l'autorité parentale s'exerce sans violences physiques ou psychologiques ».

En savoir + :
stopveo.org



PRÉVENTION : POUR ÉVITER LA CRISE, PENSEZ "BESOIN"

<u>Besoins</u>	<u>Réponses</u>
Manger ou boire	Pensez à prendre de quoi boire ou manger afin de satisfaire ce besoin si votre enfant a faim ou soif.
Bouger	Il sera difficile de demander à votre enfant de patienter assis sur une chaise. Vous pouvez le laisser se déplacer dans l'espace, avec votre accompagnement. Vous pouvez sortir de la salle d'attente si besoin.
Jouer	Afin de focaliser l'attention de votre enfant sur une activité et de rendre l'attente plus agréable, pensez à apporter des livres ou un jeu/jouet qu'il aime. Pas de panique, si vous n'en avez pas, servez-vous des magazines qu'il y a souvent dans les salles d'attente ! Vous pouvez demander à votre enfant de chercher un objet (une montre, une robe, une voiture...) ou un animal dans le magazine et s'il le trouve : il a gagné.
Communiquer	Il est habituel que les adultes dans une salle d'attente ne parlent pas ou chuchotent. Or, votre enfant n'a pas encore cette faculté et a besoin d'échanger avec vous, de s'exprimer et parfois de le faire à voix haute. C'est tout à fait NORMAL.

LA RÉGULATION ÉMOTIONNELLE

L'enfant ne peut pas être précoce dans la gestion de ses émotions, car cela nécessite des capacités psychosociales et des connexions neuronales qui commencent à se mettre en place à partir de 5/6 ans. Donc, plus un enfant est petit, plus il lui est difficile, voire impossible, de verbaliser ses besoins ou ses émotions.

Ayez confiance en vous et sachez que chaque situation au cours de laquelle vous l'accompagnerez calmement est un grand pas pour sa construction et la qualité de votre relation sur le long terme.