

A la maison... tous ensemble, par Bernadette Moussy

Bernadette Moussy, professionnelle de la petite enfance, est formatrice auprès du secteur petite enfance, du secteur de l'éducation. Elle est auteure de nombreux livres, le dernier en date « L'enfant et la beauté, se relier à sa capacité d'émerveillement » aux Editions Chronique Sociale. Bernadette est membre du comité des (Pas) Sages depuis 2014, son regard aiguisé et sa passion nous émerveille à chaque instant.

Tout dépend du contexte environnemental

Il s'agit de se créer des moments de respiration, de décompression et de communication.

Il est souhaitable que ces moments soient décidés en communs, grands et petits.

Avoir pour chacun des adultes ou adolescents un moment à soi dans la journée, même si ça ne fait pas partie des habitudes et un endroit où l'on est seul. Même si c'est un quart d'heure par jour. Si cela demande aux plus grands enfants de s'occuper des petits pendant ce temps-là, on se concentre. N'importe comment chacun aura son tour. Si les petits ne comprennent pas alors accepter qu'ils vous accompagnent et les laisser jouer auprès de soi. Peut-être qu'après avoir vu, ils accepteront plus tard.

Si c'est possible aller dehors dans un endroit peu fréquenté, on peut « prendre des images dans la tête », regarder le ciel bleu, ramasser une fleur de pissenlit, un joli caillou, une belle feuille ou plusieurs, un chant d'oiseau... Rencontrer une situation cocasse. Si on veut on peut rapporter ces images ou ces objets comme un petit trésor que l'on va partager en revenant avec ceux qui sont restés.

Préparer une bonne surprise par jour (ou pas), pour les uns et les autres. Les plus grands peuvent préparer de la cuisine, de la pâtisserie (vu à l'ordinateur). Les plus petits faire une création avec de la peinture, de la terre, etc...

Avoir une boîte où l'on va écrire sur des petits papiers, une belle phrase, un remerciement et aussi une phrase de colère, de tristesse, écrire un moment difficile de la journée, mais aussi un bon moment. Et pourquoi ne pas y noter un moment dans la journée où on a vu quelque chose de beau, soit à la fenêtre soit en faisant les courses, soit chez dans sa chambre ou à la T.V ou sur son ordinateur. Ouvrir la boîte le soir et échanger. Les plus petits qui ne savent pas écrire disent à leur tour ce qu'ils ressentent.

Pour décompresser. Tous les jours.

Se masser la nuque et se masser la tête, le dos. On peut se faire masser, même par les petits. Et on leur fait à leur tour.

Faire des séances de bâillement, c'est contagieux ! Lorsqu'on baille, faire du bruit : HAAA ! On peut bâiller à plusieurs et faire un bruit ensemble. La tension s'en va. Remuer les bras dans tous les sens.

On peut mettre de la musique de sa région ou son pays et danser ensemble. Chanter...

Eteindre la T.V. et la radio de temps en temps. Ecouter...

Pour les plus petits, préparer un grand récipient avec de la terre et les laisser la malaxer « pour l'aérer car elle a besoin de respirer ». Si on a des graines, alors on les sème et tous les matins on note quand elles sont sorties et si les plantes grandissent. Les laisser jouer avec de l'eau, on les protège avec un grand tablier en plastique. Devant l'évier avec divers récipients. Les enfants peuvent aussi « aider » à la cuisine.

Ce sont des propositions, on peut en inventer d'autres... Et si ça ne marche pas de suite on cherche autre chose ou on insiste. Ce sont des moments positifs ensemble même si c'est difficile. C'est normal.

Découvrez le site internet de Bernadette : <https://silapedagogie.weebly.com>