

# LES DEVOIRS

## ENTRÉE EN MATIÈRE

Attention à votre attitude corporelle et à votre ton de voix. L'objectif est de créer une écoute et une collaboration et non une attitude défensive et de l'opposition

## LAISSEZ-LES ÉVACUER LEUR FRUSTRATION

Laissez-les se plaindre sans monter en symétrie. Utilisez les mots clés: “Je sais”, “Je comprends”, pour leur montrer votre écoute et votre empathie.

## TRANSITION

Aidez-les à transitionner  
Établissez un contact corporel (une main sur l'épaule, un bisou) et guidez-les vers l'activité à effectuer.

## PAS BESOIN DE RESTER À CÔTÉ

Ne restez pas à côté d'eux tout du long, sauf nécessité. Vous pouvez les aider à commencer, mais une fois qu'ils débutent laissez-les travailler seuls et restez bien sûr à disposition si besoin.

## LE LIEU

Pas d'écrans, de musique ou tout autre chose qui pourrait accaparer leur attention. Le bruit environnant de la fratrie qui joue n'est généralement pas un problème, au contraire. Laissez la porte de leur chambre ouverte s'ils le souhaitent.

# LES DEVOIRS

## SORTEZ DU CERCLE VICIEUX

Plus les moments de devoirs seront remplis de conflits, de critiques et de disputes, plus vos enfants essayeront de les éviter. Veillez donc à ne pas faire de ce moment un moment purement désagréable

## REMP LISSEZ LEURS RÉSERVOIRS DES BESOINS

Un enfant fatigué et/ou qui n'a jamais de temps de relâche aura beaucoup plus de mal à se mettre au travail qu'un enfant qui est rempli dans ses besoins de sommeil et de repos.

## CONSTRUIRE UNE RELATION D'ÉCOUTE, DE SOUTIEN ET DE CONFIANCE

Plus votre enfant se sent entendu, soutenu et compris par vous, plus il aura envie de vous écouter et de collaborer.

## NOTRE ATTITUDE

Adoptez une attitude de confiance plutôt qu'une attitude de peur ou de contrôle

## NOUBLIEZ PAS DE DÉCODER

Plus vous comprenez ce qui se passe, plus votre réponse sera adaptée et adéquate.

## INVESTIGUEZ SI BESOIN

Si votre enfant a beaucoup de peine à lire, écrire ou à se concentrer et que les moments de devoirs sont très difficiles et/ou longs, n'hésitez pas à consulter afin de mieux comprendre ce qui se passe et voir comment accompagner au mieux votre enfant.