



Conseil du mois

Coin calme



Qu'est-ce qu'un coin calme ?

Un coin est calme est un endroit dans le local qui est utilisé pour permettre un retour au calme, lorsque l'enfant est excité ou fébrile. Le coin calme n'est pas une conséquence, mais plutôt un moyen pour l'enfant de développer des stratégies pour se calmer. Non seulement, ce coin est éducatif pour l'enfant, il permet également de prévenir l'escalade des comportements perturbateurs et agressifs.

Caractéristiques d'un coin calme

- Se situe à un endroit plutôt isolé dans le local, loin des distractions
- Délimité dans l'espace
- Contient des objets sensoriels sollicitant différents sens de l'enfant (Ex : objets doux au toucher, de la musique douce, objets à manipuler, etc)
- Contient des outils visuels pour la gestion des émotions (Ex : images des émotions, image pour solliciter l'enfant à respirer, images des moyens qu'il peut utiliser pour se calmer, etc.)

Comment utiliser et introduire le coin calme aux enfants ?

- Limiter le coin calme à un enfant
- Ne donner aucune limite de temps à l'enfant. Il quittera de lui-même lorsqu'il se sentira calme.
- Lorsqu'un enfant est fébrile ou excité, lui proposer le coin calme par prévention.
- Introduire le coin calme comme un moyen et non une conséquence
- Profiter de la causerie pour discuter avec les enfants du coin calme et de son utilité
- Présenter les objets sensoriels aux enfants durant la causerie
- Faire essayer le coin calme à chaque ami
- Rappeler à l'enfant que les objets utilisés ne sont pas des jouets, mais bien des objets qui nous aident à se calmer. Ces derniers doivent donc demeurer dans le coin calme.