



... pour les parents

M4.5 DES PLUMES ET DES ROCHES

J'ai un impact sur les autres

Votre enfant a participé à un atelier HORS-PISTE sur la communication. Il a été amené à comprendre que les paroles, les gestes et les actions ont des impacts sur les autres.

SAVIEZ-VOUS QUE?

Plus les adultes se montrent sensibles et bienveillants envers les enfants et les autres adultes, plus l'enfant apprend à reproduire ces attitudes. Ainsi, il apprend à développer son empathie et à comprendre l'impact de ses paroles et de ses gestes sur les autres.

À VOUS DE JOUER!

Utilisez à la maison le concept des « mots plumes » (qui font du bien) et des « mots roches » (qui font du mal). Quand votre enfant vous raconte des situations qui lui sont arrivées ou quand vous êtes témoin de ses interactions, demandez-lui si ce sont des « mots plumes » ou des « mots roches » qui ont été utilisés et l'effet que ces mots ont eu sur lui et sur les autres.

Pour en connaître davantage sur le programme HORS-PISTE :

<https://sante-mentale-jeunesse.usherbrooke.ca/je-suis-un-parent/hors-piste/>



Centre RBC
d'expertise universitaire
en santé mentale

Centre intégré
de santé et de
services sociaux de
la Montérégie-Centre
Québec



Public Health
Agency of Canada
Agence de la santé
publique du Canada



Université de
Sherbrooke