**Anne Pardessus**

Psychologue Education Nationale

Secteur de Wattrelos

[anne.pardessus@ac-lille.fr](mailto:anne.pardessus@ac-lille.fr)

Communiqué : quelques repères pour accompagner vos enfants durant cette période

Madame, monsieur,

L’annonce par le Président de République de fermer les écoles pour une durée déterminée est inédite.

Cette situation exceptionnelle peut engendrer pour vos enfants ainsi que pour vous-mêmes un certain nombre d’inquiétudes : l’univers de chacun va être bousculé et nous devons faire face et nous organiser et cela n’est pas toujours simple.

Ceci provoque, en général, une période de désorganisation qui engendre du stress plus ou moins fort en fonction des circonstances. Chacun est surpris, bouleversé, inquiet et c’est une réaction tout à fait normale. Ensuite, chacun va trouver et puiser dans ses propres ressources et retrouver un équilibre.

Les enfants s’adaptent en général assez bien mais sont néanmoins vulnérables, les adultes doivent donc rester à l’écoute et disponibles pour répondre à leurs questions.

**Je me permets de vous proposer quelques points de vigilance :**

* *Prendre le temps de discuter de la situation avec votre enfant*
* *Lui expliquer ce qui se passe et ce qui va se passer (n’hésiter pas à répéter car c’est rassurant pour lui)*
* *Vérifier qu’il a compris afin d’éviter qu’il n’imagine des choses trop angoissantes (les faire verbaliser permet de vérifier leur compréhension)*

**Dire les choses avec des mots simples**

|  |  |
| --- | --- |
| **Ce qui se passe** | **Ce qui va se passer** |
| \*expliquer que dans le monde actuellement, il y a un **virus** qui rend malade beaucoup de personnes et que le président de la république a décidé de fermer les écoles pour ne pas se contaminer les uns les autres, et les médecins pourront mieux soigner les malades, cette décision nous **protège** (rassurant pour les enfants)  \*revenir sur le fait que les enfants peuvent être potentiellement contagieux et porteurs du virus ; ce qui est vrai, mais que ce qui a été mis en place par le gouvernement, justement, permet d’éviter cette contagion.  \*les mesures prisent permettent d’éviter de tomber malade, enfants comme parents et surtout les grands parents qui sont plus fragiles : montrez-leur que votre famille prend toutes les précautions (mesures d’hygiène et confinement) | \* toutes les écoles vont rester fermées pendant plusieurs semaines et on ne sait pas combien de temps exactement  \* » tu vas rester à la maison et nous allons nous organiser pour que tu continues à apprendre et à travailler ; nous serons là pour t’aider avec ton maître (ou maîtresse) »  \*parler de la reprise : cela va durer un petit moment **mais ensuite** on retournera tous à l’école et on pourra retourner au travail et voir la famille |

*N’hésitez pas à demander à votre enfant de répéter ce qu’il a compris afin de vérifier que le message est bien compris*

Autre étape : ***La mise au travail !!***

Faire travailler les enfants à domicile n’est pas simple et peut les déstabiliser et vous déstabiliser.

**C’est tout à fait normal !!**

Chacun doit trouver son rythme !!

Certains enfants seront peut-être réfractaires et refuseront de travailler

**Comment les motiver ?**

Mettre les choses au clair dès le début : « ce ne sont pas des vacances ; il y a un travail à faire et ton maître ou ta maîtresse va t’accompagner et surveiller ce qui est fait. »

* Planifier la journée avec votre enfant permet de fixer un cadre et évite les négociations et les tentations d’aller jouer
* Garder le même rythme que l’école permet à l’enfant de ne pas perdre ses repères
* Essayer d’avoir un rythme régulier
* Ne pas commencer trop tard le matin : les capacités d’attention sont meilleures
* Alterner des activités d’apprentissage et les activités plus ludiques pour garder toute son attention et éviter la surcharge
* Mettre en place des activités manuelles, des jeux de société, des petits ateliers peintures, cuisine, bricolage….
* Sans oublier d’écouter de la musique, de raconter des histoires et de lire
* Si possible, sortir un peu en respectant les consignes
* La tentation va être grande pour les enfants de se ruer sur les écrans : établir un planning
* Aller se coucher tôt est aussi important pour garder un bon rythme

Ce temps de confinement peut vous permettre de vous retrouver tous et de passer de bons moments en famille !!

Enfin, même si nous devons **absolument** prendre des précautions, éviter les déplacements et les contacts, je vous engage à ne pas rester isolés : aujourd’hui nous avons des moyens de communication qui nous permettent de rester en contact (téléphone, internet)

Je reste à votre disposition tout au long de ce temps pour répondre à vos questions si besoin.

Vous pouvez me solliciter par mail

Je reste bien sûr en contact permanent avec les écoles par lesquelles vous pouvez aussi poser vos questions

Bon courage à tous les enfants et prenez soin de vous tous !

Bien cordialement,

Anne Pardessus, psychologue de l’Education Nationale