

Bonjour à tous, Psychologues que nous sommes, dans la continuité de nos missions, nous nous tenons disponibles pour apporter notre éclairage, écouter, soutenir, si besoin, face aux aléas de ce temps de confinement qui commence. Voici les liens de ressources qui nous paraissent pertinentes et que nous souhaitons partager avec vous. -----

----- Pour expliquer et échanger de façon ludique sur le CORONAVIRUS avec enfants Un premier lien qui renvoie vers une BD "COCO LE VIRUS" :

<http://psycogitatio.fr/le-coronavirus-explique-aux-enfants/> OU dessin support en pièce jointe -----

----- Pour accompagner les familles avec des enfants TSA (trouble du spectre de l'autisme) voici un lien dans le cadre de la continuité pédagogique avec des fiches pour faire travailler les enfants en géométrie, lecture, numération etc. : http://autismeetecoleinclusive.com/category/continuitedpeda/?fbclid=IwAR1u89Zo0PNIRuqqVEiZ1rvms_kKcxSkIVmcv2CvghL1J5k8ToDyBufp9To

----- Pour les enfants dyspraxiques, il existe les ressources gratuites et téléchargeables du cartable fantastique :

<https://www.cartablefantastique.fr/>

-
- Des jeux à faire la maison pour les enfants en difficultés cycle 2 qui ont des difficultés à lire des syllabes simples : en pièce jointe
 - cycle 2 et 3 ayant des difficultés pour lire les mots outils : en pièce jointe
 - cycle 2 et 3 ayant des difficultés pour mémoriser l'orthographe des mots : en pièce jointe

----- Pour continuer à garder le lien avec sa classe (tout aussi important que la continuité pédagogique) et garder le moral => un défi par jour :

<https://www.charivarialecole.fr/archives/10585>

----- Pour finir, quelques recommandations permettant de repérer les signes de stress chez l'enfant liés au confinement qui peuvent être rapportés par les parents et qui n'apparaissent pas en temps normal:

- Pleurs ou irritabilité excessifs
- Retour du « pipi au lit »
- Inquiétude excessive ou tristesse
- Difficulté d'attention et de concentration
- Evitement d'activité qui jusque là faisait plaisir
- Maux de tête et douleurs corporelles inexpliqués

----- Quelques conseils pour leur venir en aide :

- Parler de l'épidémie avec les enfants et les inciter à verbaliser leurs angoisses (en leur proposant de faire un dessin si la mise en mots est trop difficile)
- Répondre à leur question de façon factuelle et compréhensible
- Les rassurer sur le fait qu'ils soient en sécurité
- Leur signifier qu'il est normal qu'ils se sentent tracassés par la situation
- Partager avec eux vos stratégies pour faire face à votre propre stress, les enfants apprennent de vous
- Limiter l'exposition aux couvertures médiatiques
- Mettre en place et maintenir des routines notamment pour les horaires et les activités scolaires à la maison et les loisirs des enfants.
- Maintenir le contact par téléphone/ visio etc avec la famille, les amis etc.

- Nous restons bien évidemment disponibles que cela soit pour les enseignants ou les familles. Bon courage à tous,

Johanna CHRISTEL

Valérie BAILLET