

Les colères

Soumis par HashtagCeline le dim 24/11/2019 - 15:01

"J'ai commencé à m'énerver. J'étais fâchée contre maman ! Comment pouvait-elle dire non? Mes oreilles bourdonnaient, mon coeur battait fort jusque dans ma tête."

#AuRevoirColère

En règle générale, je ne lis pas beaucoup d'ouvrages de ce type avec les enfants. Je sais que cela peut pourtant donner matière à discussion mais je préfère quand c'est plus implicite.

Ici, deux choses m'ont clairement décidée à tester cet album:

- 1) le sujet
- 2) Eric Veillé

Résultat, on a bien rigolé tout en mettant le doigt sur des petits moments qui posent encore problème au quotidien.



En arrivant à la maison, voilà précisément ce qui s'est passé :

à 16 h 42 :



à 17 h 29 :



à 18 h 12 :



à 18 h 49 :



#Raaaaaaaahhh!!!

Isabelle Filliozat, doit-on encore la présenter? Pour résumer, elle est psychothérapeute et c'est un peu la spécialiste des émotions notamment chez l'enfant. Virginie Limousin, quant à elle, est psychopraticienne et a été formée par la première.

Ensemble ou séparément, elles ont déjà publié de nombreux titres chez Nathan comme la série des "Cahiers Filliozat" qui propose des activités autour de thèmes comme la famille, les droits de l'enfant ou l'amitié. Ici, c'est une nouvelle collection qui débute et elle est vraiment réussie !

Comme le titre l'indique clairement, il est ici question de parler de ce sentiment difficile à gérer pour bien des enfants (et les adultes aussi bien souvent....) : la colère.

L'ouvrage propose en trois histoires distinctes d'identifier des situations à risque et donne des clés pour les désamorcer. Nous suivons une famille composée de deux parents et de leurs enfants Simon et Aya, qui vont tous deux céder à l'énervement.

Nous avons donc :

- "Le matelas" qui parle des sentiments négatifs qu'un enfant peut accumuler dans la journée et le conduire parfois à se mettre en colère pour des raisons qui ne le méritent pas ou à des moments tout à fait anodins.
- "L'anniversaire" qui parle de la jalousie
- "Chouchou rouge" qui aborde la frustration (pour le refus de l'achat d'un jouet dans le cas présent : le chouchou rouge qui est vraiment trop mignon, il faut bien l'avouer)

Franchement, c'est vraiment très juste et on le lisant, je me suis dit que je pouvais aisément remplacer le nom des personnages par celui de mes enfants. Du coup, en le parcourant avec eux, j'ai bien senti, surtout avec le plus grand, le regard très attentif presque avide de lire et de connaître les conseils.

Et ce qui est parlant aussi , c'est que la petite (3 ans) et le plus grand (6 ans) me l'ont réclamé à de nombreuses reprises. Et encore et encore...

De mon côté, en tant que parent, j'y ai aussi vu des petites astuces pour être plus à l'écoute, plus vigilante concernant ces accès de colère qui trouvent bien souvent une explication, même si on le voit pas au départ. Cela permet de mettre des mots, de réfléchir ensemble à la colère qui gâche les bons moments et met tout le monde à cran.

Après chaque histoire, il y a une petite explication de la saynète que l'on vient de lire puis quelques conseils avisés à destination de l'enfant dans la rubrique "Ce qui va t'aider". C'est simple et clair. C'est à hauteur d'enfants.

Et cerise sur le gâteau : les illustrations. C'est Eric Veillé qui est en charge de nous mettre tout ce petit monde en scène et j'avoue que c'est très amusant. Son dessin se prête à exprimer les sentiments des uns et des autres. C'est vivant, c'est parlant et moi, ça me fait mourir de rire.

Je ne peux donc que vous conseiller la lecture de ce petit album qui peut, même si ce n'est pas la problématique du moment, permettre de lire et de rire avec les enfants tout en réfléchissant un peu à certains de nos comportements.

Maman et papa ont essayé plein
de choses pour le calmer...

CALME-TOI
SIMON...

TU VEUX BOIRE
UN PETIT VERRE
D'EAU?

RESPIRE...

TU ES EN COLÈRE
PARCE QUE TU DOIS
PRENDRE TON BAIN,
C'EST ÇA?

SOUFFLE...

TU VEUX QU'ON
LISE TON LIVRE
SUR LES POULES?



HEÏN?

RAAAAAHHHHH!!





#PourQui?

Pour les enfants qui se mettent souvent en colère.

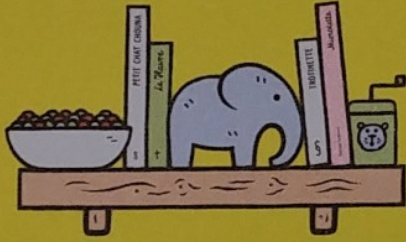
Pour les enfants qui veulent s'amuser.

Pour les enfants qui aiment les héros qui leur ressemblent.

Pour les enfants à partir de 3-4 ans (et leurs parents)

Pour réparer, Simon m'a prêté son super déguisement d'extraterrestre et il a joué avec nous. C'était la meilleure journée de toute ma vie !

Pour réparer, Simon m'a prêté
son super déguisement d'extraterrestre et il a joué avec nous.
C'était la meilleure journée de toute ma vie !



MMMM...



AH ! AH !



JE SUIS
LA FEUILLE
D'AUTOMNE !!

