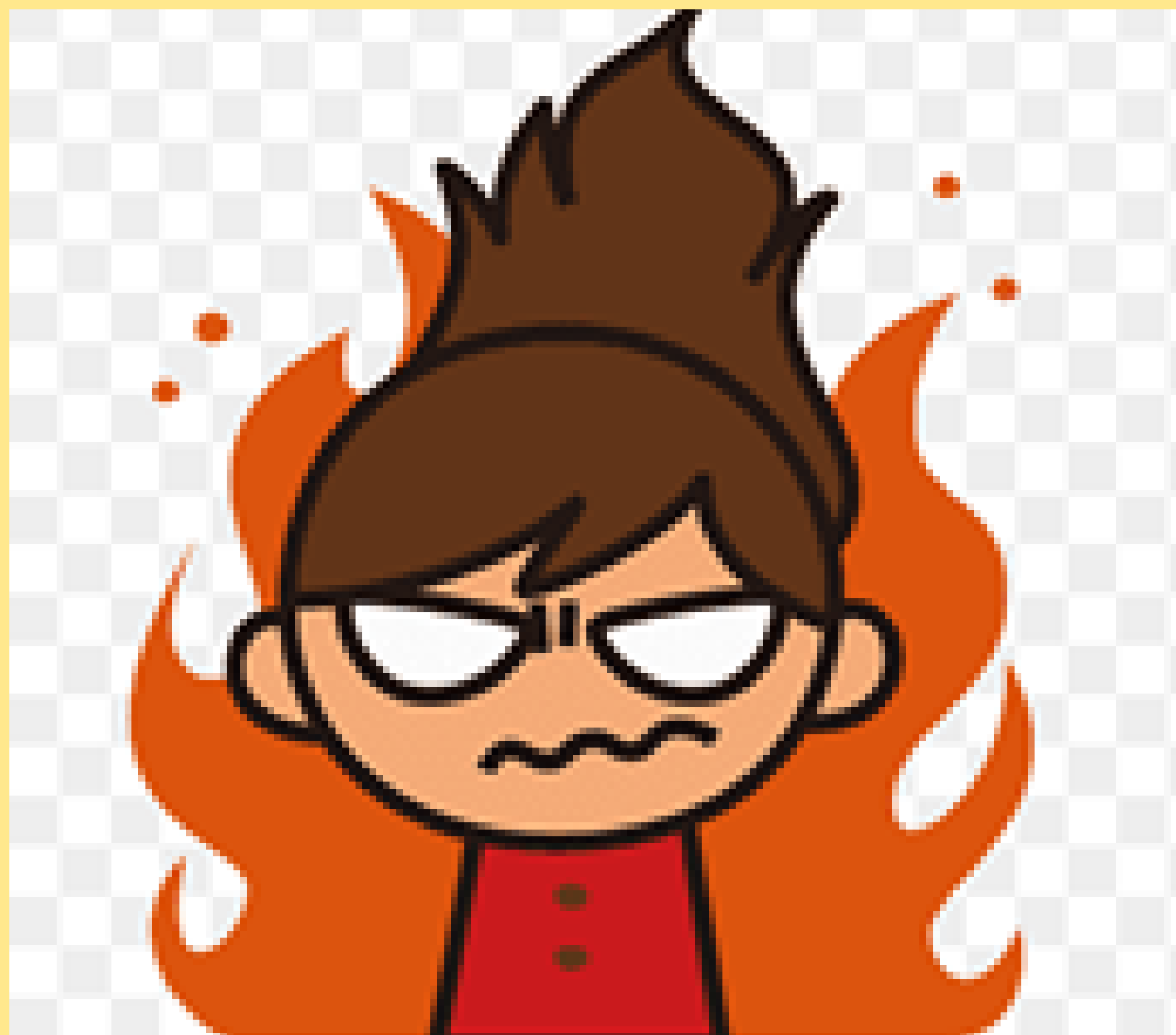


GÉRER LA CRISE



DÉFINITION

Une crise est une **manifestation soudaine des émotions**. L'idéal est de réussir à l'anticiper. Lorsque cela n'a pas été fait, il est toujours possible de l'accompagner.

AVANT LA CRISE

- Prévoir un **espace d'apaisement**, à l'abri des regards.
- Jouer et travailler autour des **émotions**, pour aider l'enfant à les identifier puis à trouver des solutions pour y faire face.
- **Sensibiliser le groupe à la différence**, notamment face à la gestion des émotions.
- **Partager entre professionnels vos connaissances de l'enfant**, ce qui le frustre, ce qui montre que sa tension monte, etc.

LES SIGNES AVANT-COUREURS D'UNE CRISE

- Le **regard** de l'enfant change, il devient fuyant ou fixe.
- Son corps **se contracte**.
- Il ferme ses poings (il peut taper du poing, du pied, ou avec un objet).
- Il **monte le ton** et **augmente le débit** de parole.
- La **respiration s'accélère**.
- Il est instable, **agité**, il peut difficilement rester assis.
- Ses propos deviennent blessants.

LA GESTION DE CRISE

- Aider l'enfant à **verbaliser et à formuler ses émotions**. S'il n'est pas en état de parler, n'insister pas et limiter les interactions jusqu'à son retour au calme
 - **Respecter la distance** dite « intime » de l'enfant (longueur du bras : zone physique, sensorielle et émotionnelle forte et individuelle) et essayer de maintenir le contact visuel (sans le forcer), ne pas lui tourner le dos.
 - Faire **attention aux émotions que vous dégagez** à travers les **signes non verbaux** pouvant être mal interprétés par l'enfant.
 - **Sécuriser l'environnement** (appeler de l'aide, ranger le matériel potentiellement dangereux, écarter les pairs).
 - Informer l'enfant que vous allez **l'accompagner dans un autre endroit** (espace d'apaisement) afin de discuter et souffler pour se détendre.
 - S'il devient nécessaire de **contenir l'enfant** (il se met en danger ou met en danger les autres), prévenez-le que vous allez vous approcher de lui pour l'aider. Privilégiez une contention sécuritaire au sol et maintenez ses bras, ses jambes et sa tête. Pour certains enfants, il est utile de continuer à parler « Je suis là pour toi », « Tout va bien ». Pour d'autres, rester muet et détourner le regard permet de ne pas alimenter la crise.
 - **Lui donner du temps** pour se calmer.
 - **Prendre le temps de se calmer** également (faire une pause, passer le relais).
- La fin de crise est généralement facilement identifiable. Le corps de l'enfant se relâche brusquement et il cesse ses mouvements brusques et saccadés.

CE QU'IL FAUT ÉVITER

- **S'assurer que son propre comportement ne renforce pas la crise** : il arrive chez certains enfants que toute interaction soit perçue comme négative et vienne nourrir la crise. Dans ce cas, contenir l'enfant au besoin, ne pas forcer le contact visuel, ne pas parler.
- **Éviter le fonctionnement en miroir** avec une agressivité verbale similaire.
- **Ne pas forcer le contact** physique sans l'accord de l'enfant sauf si celui-ci se met en danger ou met en danger ses camarades ou les adultes.
- Éviter une attitude qui pourrait être interprétée comme **de l'indifférence, du sarcasme**.
- Éviter au mieux **l'effet « spectacle »** et retirer l'enfant du groupe ou bien demander au groupe d'aller dans une autre pièce.

OUTILS DE RECONNAISSANCE ET DE GESTION DES ÉMOTIONS

- [Roue des émotions](#)
- [Main de retour au calme](#)
- [Boîte à émotions](#)
- [Objets lestés](#)
- [Affiche « Quand je suis en colère je peux »](#)

EN SAVOIR PLUS

Sur les crises :

<https://apprendreaeducer.fr/comprendre-les-crisis-des-enfants/>

Sur l'hypersensibilité émotionnelle :

<https://www.bloghoptoys.fr/infographie-lhypersensibilite-emotionnelle>

APRÈS LA CRISE

- **Débriefer** pour favoriser la prise de conscience, mettre en mots, exprimer ses ressentis tant pour l'enfant que pour l'adulte.
- **Permettre les réparations** : faire remettre le matériel en ordre, donner une tâche simple.
- Revenir sur les actes avec un **rappel aux règles**.
- **Analyser les éléments déclencheurs** avec l'enfant : « Que pouvons-nous faire ensemble pour éviter que cela se reproduise ? ».
- **Débatte de la situation avec tous les témoins** à la suite de l'événement, car il existe un impact non négligeable engendrant un mal être général.
- **Recenser la crise** (détails, éléments déclencheurs etc...).
- **Comparer** les éléments de la crise aux crises précédentes pour essayer d'en dégager les causes et agir dessus.
- Faire le point **avec les différents acteurs** du parcours de l'enfant (famille, enseignants, médico-social...).

EN PARLER AVEC LES ENFANTS

