

## Les habiletés sociales

Les enfants adorent jouer entre amis. Mais pour plusieurs, jouer avec leurs pairs représente un vrai défi. Le manque d'habiletés et d'expérience de jeu en grand groupe, d'immaturation affective et cognitive ainsi que d'insécurité sont autant de facteurs qui ne favoriseront pas les relations positives.

Les recherches de Bierman et Erath ont démontrées que les enfants qui ne réussissent pas à établir de relations positives avec leurs amis dans la petite enfance ont plus de chance de vivre des relations problématiques à l'école. Les enfants n'ayant pas eu la chance de développer des compétences sociales en bas âge augmentent leur chance d'être marginalisés et ainsi créer des liens avec d'autres enfants marginalisés. En s'influençant mutuellement de façon négative, ils renforcent les modèles déviants et courent davantage de risque de développer des problèmes d'adaptation scolaire qui peuvent se répercuter à l'âge adulte.

Les enfants en bas âge préscolaire ont besoin d'être guidés et soutenus dans l'acquisition de nouvelles habiletés sociales. Il est difficile pour un jeune enfant de transférer spontanément ses habiletés, même les plus simples, d'un contexte à un autre. Pour ce faire, la présence d'une RSG qui sait transmettre des outils quant à l'acquisition de ces habiletés saura offrir aux enfants une base solide avant l'entrée à l'école.

La petite enfance constitue une étape charnière pour le développement socio-affectif. Durant cette période, l'enfant doit relever quatre grands défis sur le plan affectif. L'autonomie, apprendre à exprimer ses émotions et ses besoins, apprendre à se contrôler et développer des habiletés sociales.

L'atteinte de ces défis favorisera chez l'enfant l'établissement de relations harmonieuses avec ses amis. Deux dimensions sociales entre amis sont importantes. La première concerne l'intégration au groupe d'amis tandis que l'autre implique la capacité à former des liens d'amitié. Pour ce faire, l'enfant doit émettre des comportements socialement acceptables qui lui permettront de prendre contact, faire des demandes, verbaliser et reconnaître des émotions, attendre son tour, apprendre à se contrôler et finalement apprendre à tolérer une frustration.

Par le biais d'idées de soutien auprès des enfants, chacun de ces éléments ci-haut mentionnés seront repris afin de vous offrir quelques outils d'intervention. Ceux-ci amèneront les enfants à développer leurs habiletés sociales, permettant par le fait même une meilleure gestion de groupe et plus d'harmonie dans la vie de votre groupe d'enfants.

Références : [www.encyclopedie.com/habiletessociales](http://www.encyclopedie.com/habiletessociales)

### 1- PRENDRE CONTACT

Cette étape permet aux enfants de s'introduire dans un groupe ou une activité. Elle permet à l'enfant de ne pas être isolé, oublié des autres. Nous avons toutes remarquées au moins une fois un enfant qui ne sachant pas comment créer un contact, observe les autres enfants jouer. Bien que nécessaire, l'observation ne devrait pas durer longtemps.

À cette étape, on tente d'amener l'enfant à s'approcher doucement de ou des amis et dire " Salut ou Bonjour " avec un contact visuel et un sourire. En début d'année, lorsqu'on intègre un

nouvel ami, cette étape est très soutenante et sécurisante pour l'enfant. Si l'enfant est très timide au début, il peut remplacer le «salut» par un doux toucher accompagné d'un sourire. Des petits jeux de rôles, où chacun leur tour les enfants sont invités imiter des approches et où ils prennent contact, les familiariseront. En tant que RSG, vous êtes des modèles pour les enfants. Ces derniers vous observent et vous imitent.

Donc, en reprenant vous-même cette façon de faire au quotidien vous offrez un modèle à lequel ils peuvent se référer. Lorsque vous intégrez un nouvel ami ou lorsqu'un enfant moins habile s'introduit brusquement dans la bulle ou le jeu d'un autre enfant, profitez de l'occasion pour modeler son comportement en lui enseignant la bonne technique.

En prenant un ami par la main par exemple et en l'invitant à faire la même chose que vous, s'il le désire, vous vous approchez doucement de celui qui vient d'arriver, regardez-le dans les yeux et dites-lui «Salut» avec un sourire.

## **2- FAIRE DES DEMANDES**

À cette étape, il s'agit d'enseigner aux enfants à demander à un autre s'il veut jouer avec lui ou s'il veut lui prêter son jouet («Est-ce que tu me prêtes ton jouet? ou «Est-ce que tu veux jouer avec moi?»). À l'aide de deux marionnettes, créer de petites mises en scènes où l'une d'entre-elles est appelée à verbaliser une demande pour un jouet qu'elle convoite ou tantôt parce qu'elle veut jouer avec l'ami.

Profitez-en pour demander aux enfants ce qu'il se serait produit si elle ne lui avait pas demandé. Demander aux enfants si parfois eux aussi se font enlever des jouets et que ressentent-ils?

A partir de trois ans, pour les encourager à faire des demandes, mettre à leur disposition 4 ateliers de jeux. Les enfants choisissent l'une des 4 activités. S'ils veulent changer d'activités, ils doivent vous le faire savoir, afin que vous puissiez les accompagner dans leur démarche. Par exemple : «Audrey, tu aimerais maintenant aller à l'activité de peinture? Emile et Juliette sont déjà dans cet atelier, n'oublie-pas de faire ta belle demande! : «Est-ce que je peux jouer avec vous?»

Vous pouvez aussi fabriquer des petites couronnes ou des petits macarons que vous offrirez aux enfants qui font de beaux efforts de demande. Vous verrez probablement bien des petits conflits disparaître.

## **3- VERBALISER ET RECONNAITRE DES EMOTIONS**

La joie, la tristesse, la peur et la colère sont les émotions de base que les enfants devraient être en mesure de reconnaître chez-soi et chez les autres. Pour soutenir ces apprentissages, des affiches évoquant ces émotions sont nécessaires. La série «Jojo L'ourson», est tout à fait appropriée, si vous désirez vous la procurer appelez-nous et il nous fera plaisir de vous renseigner.

Voici quelques activités pour supporter l'apprentissage :

1. Avec de petits miroirs (au Dollorama, il y en a des non-cassants), on s'amuse à transformer

notre visage selon l'émotion présentée. Vous verrez que reproduire la colère au-début ce n'est pas facile. Même si dans la vie de tous les jours. Ils se mettent facilement en colère! On peut ajouter des rires pour la joie, des grognements pour la colère, et des «Ah !» pour la peur enfin, on imite les pleurs pour la tristesse. Les sons aideront à soutenir les plus jeunes.

2. Nommer des situations et demander aux enfants s'ils sont contents, tristes, fâchés ou s'ils ont peurs lorsqu'ils vivent cette situation. Par exemple, «Quand tu reçois un cadeau, est ce que tu es content ou triste?» «Quand un ami t'enlève ton jouet, comment te sens-tu» ! Offrez des choix de réponses au-début ou en tout temps pour les plus jeunes, comme par exemple : «Comment te sens-tu quand tu es malade?» ou «Comment te sens-tu quand tu joues avec ton ami?».

3. Au son de la musique ou d'un tambour les enfants dansent, lorsque la musique arrête vous présenter une image-émotion et l'enfant doit imiter l'émotion présentée.

4. Lors des causeries, on peut demander aux enfants de nous parler d'un évènement joyeux, triste ou de quelque chose qui l'a mis en colère. Où tout simplement demander, «Comment te sens-tu aujourd'hui?».

5. Permettre aux enfants de dessiner des visages-émotions. Laissez vos images au mur à la vue des enfants, cela les inspirera.

6. Placer un sac de papier brun sur votre tête et imiter avec votre voix et votre gestuelle corporelle chacune des émotions. Les enfants doivent l'identifier, lorsqu'ils ont trouvé vous retirer votre sac. Après quelques essais c'est à leur tour !

#### 4- ATTENDRE MON TOUR.

Les enfants ont souvent à attendre lorsqu'ils vivent en groupe. Notre but est de souligner leur effort et de les encourager. Nous pouvons aussi offrir des alternatives en attendant, comme par exemple, offrir du matériel de manipulation à ceux qui sont prêts depuis longtemps au vestiaire et animez l'attente tout simplement en chantant

Par le biais d'une activité motrice nous amèneront les enfants à vivre un délai d'attente en les félicitant pour leur capacité à attendre leur tour et en les récompensant.

À cette étape, il s'agit d'organiser un petit parcours moteur, si l'espace manque, faites l'activité à l'extérieur, les possibilités sont encore plus grandes. Expliquer aux enfants, que vous avez organisé un beau parcours pour eux et que vous voulez qu'ils se pratiquent à bien attendre leur tour parce qu'un ami à la fois pourra le parcourir.

Pendant que chaque ami fait son parcours à son rythme, les enfants peuvent réciter une petite comptine, qui va comme suit:

**Tic-Tac, Tic-Tac J'attends bien mon tour.**

**Tic-Tac, Tic-Tac A chacun son tour.**

Donner le rythme et l'air que vous voulez à cette comptine. Pour soutenir le délai d'attente,

récompensez et renforcez souvent les enfants. Proposez diverses activités où les enfants doivent passer chacun leur tour et soutenez-les en retour, tout en récitant la petite comptine. Organisez un petit spectacle, où à tour de rôle avec un micro, les enfants sont invités à présenter leur petit numéro. Laissez aller votre imagination et la leur...

## 5- CALMER OU APPRENDRE À ME CONTROLER

À ce stade-ci, c'est d'amener l'enfant à prendre conscience comment il est lorsqu'il est calme et comment il passe d'un état agité à un état calme. En mettant pour lui des mots sur les différents états nous pourrions l'aider. Un autre petit jeu moteur pourra aussi guider les enfants dans cet apprentissage.

Proposer aux enfants un jeu où ils deviennent de petits animaux de la ferme : un cheval, un chien, un canard, un mouton, etc. Chacun leur tour avant de commencer le jeu, les enfants se déplacent et crient comme le ferait leur animal.

Expliquez le déroulement. Il fait beau et les animaux sont contents d'être dehors dans le champ à brouter de l'herbe. Un vent violent se lèvera, à ce moment vous agitez un drap, et les animaux auront peur de l'orage qui s'en vient. Ils deviendront très agités. Ils vont courir partout et crier tellement fort parce qu'ils auront peur (permettez aux enfants de courir assez longtemps et de crier aussi fort qu'ils le voudront). Dites aux enfants que lorsque vous leur direz d'entrer à la ferme, ils devront vous rejoindre pour entrer calmement dans la ferme. Pour symboliser la ferme, si vous n'avez pas une maisonnette assez grande, utilisez une vieille couverture que vous mettez au sol. Pour pouvoir entrer dans la ferme, les animaux doivent se calmer. Un à un, ils rentrent dans la ferme lentement avec la petite voix et ils vont s'asseoir.

Avant que les enfants rentrent dans la ferme, demandez-leur comment ils se sentent. Certains diront qu'ils étaient essoufflés, qu'ils avaient chauds, qu'ils commençaient à être fatigués, que leur coeur battait très vite (demander aux enfants plus vieux de mettre la main sur le coeur afin qu'il le sente battre à toute vitesse). Demandez-leur s'ils se sentent bien quand ils sont trop excités.

Ensuite, lorsqu'ils seront assis calmement dans la ferme, demandez-leur comment ils se sentent. Mettez l'accent sur les différences entre être excité et être calme. Refaites le jeu quelques fois afin que les enfants puissent bien ressentir les différences. En félicitant les enfants lorsqu'ils passent d'un état à l'autre, vous les encouragez à poursuivre leurs apprentissages.

## 6- APPRENDRE À TOLÉRER UNE FRUSTRATION

Le but de la dernière étape est d'amener les enfants de quatre ans et plus à prendre conscience qu'il n'est effectivement pas agréable de se faire dire non. Qu'ils apprennent à s'arrêter, à se contrôler lorsqu'ils se font refuser quelque chose et qu'ils apprennent à exprimer leurs émotions. Cette fois-ci, c'est par le biais d'une petite mise en scène, que les messages seront véhiculés.

Avant celle-ci, expliquer aux enfants que vous aurez besoin d'eux. Car pendant la mise en scène, les enfants devront imiter ce que le personnage dit. Vous aurez besoin de deux marionnettes ou encore vous pouvez vous confectionner des petites marottes. Pour la mise en scène suivante, il y aura **Partageuse**, une petite chatte, et **Toupourmoi**, un petit lapin.

Expliquez aux enfants que **Partageuse** aime beaucoup partager, parce qu'en partageant elle peut jouer avec des amis. Tandis que **Toupourmoi**, veut tout avoir, tout de suite, et quand il n'a pas ce qu'il veut, il se fâche. Demandez aux enfants, d'imiter ce que **Toupourmoi** dit avec sa voix et ses yeux fâchés: «Je suis **Toupourmoi**, et je veux tout, tout de suite!»

### **Voici donc la petite mise en scène:**

**Partageuse**, la petite chatte s'amuse tranquillement avec des petites figurines en fredonnant.

**Toupourmoi** arrive et dit à **Partageuse** : « Je veux les figurines tout de suite, donne-les moi.»

**Partageuse** répond : «Ce sont mes figurines, je les ai eue pour ma fête de 5 ans, et je les aime beaucoup.»

**Toupourmoi** se met à grogner, « Ah je suis vraiment pas content. Si tu me les donnes pas, je vais me fâcher.» Demander aux enfants d'imiter **Toupourmoi**.

**Partageuse** a une idée: «Si tu es capable d'attendre un peu, je vais t'en partager une et nous pourrons jouer ensemble.»

**Toupourmoi** réfléchit à voix haute: «**Partageuse** veut que j'attende un peu, moi je trouve ça vraiment difficile d'attendre. Ah! C'est vraiment difficile.... J'ai peur de me fâcher... Je vais prendre une grande respiration pour me calmer.»

**Toupourmoi**, lève les bras bien haut en disant, «Ahhhhh» (il inspire) et «Euhhhh» (il expire) en descendant les bras. Il le fait trois fois. «Je me sens déjà mieux, ça me fait du bien, je me suis contrôlé. On dirait que ma colère est partie.»

**Partageuse**, «Bravo **Toupourmoi**! C'est un bon truc ça! Tu respirez vraiment bien pour te contrôler. Maintenant, je veux bien te partager une de mes figurines. Est-ce que tu veux jouer avec moi?»

**Toupourmoi** accepte de jouer avec **Partageuse**. Tous les deux jouent longtemps avec les petites figurines, ils ont bien du plaisir.

**Toupourmoi** dit à **Partageuse**; «J'ai beaucoup aimé jouer avec toi, est-ce que l'on se revoit demain.»

**Partageuse** accepte et ils se disent au revoir.

Après la mise en scène, vous pouvez demander aux amis si parfois eux aussi ont envie de se fâcher lorsqu'ils n'ont pas tout, tout de suite. Pour les plus vieux, demandez-leur ce qui les mets en colère. Expliquer que vous les comprenez mais qu'ils doivent apprendre à se contrôler comme **Toupourmoi**.

Demandez-leur, s'ils veulent essayer la respiration-papillon comme **Toupourmoi**. On l'appelle ainsi parce que l'on dirait que l'on bat des ailes comme un papillon.

Au quotidien, vous pouvez dans diverses occasions, quand les enfants s'impatientent ou quand

vous voyez qu'un enfant va exploser, reprendre la respiration-papillon et faire référence à **Toupourmoi**. Éviter cependant d'étiqueter les enfants qui ont de la difficulté à contrôler leurs émotions de «petit Toupourmoi». Cela pourrait leur enlever le goût d'imiter la respiration-papillon. La référence à Toupourmoi doit rester positive.

L'idéal est de refaire la petite mise en scène à l'occasion en y mettant votre touche personnelle. Et surtout, de pratiquer la technique de respiration à divers moments de vie lorsque tout simplement les enfants sont excités, ça fonctionne!

Il ne nous reste qu'à vous souhaiter bonne chance. Faites-vous confiance! Et surtout donnez-vous du temps!

Teinter les approches suggérées à votre personnalité, ce sera encore plus facile. N'hésitez-pas à nous appeler au besoin !

\*Cette démarche est inspirée du **Programme Brindami** créé par une équipe du Centre de Psycho-Education du Québec visant la promotion des habiletés sociales.