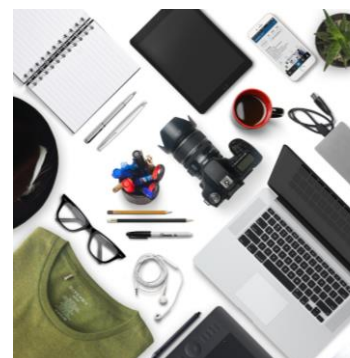


LA QUESTION DE L'ENNUI ET LA GESTION DE L'ESPACE : COMMENT AVOIR UN COIN « TRAVAIL », « ECOLE » ET « LOISIRS » DANS UNE SEULE MAISON ?




Comment avoir un coin « travail », « école », « loisirs » ou encore un coin « pour soi » dans une seule même maison ? C'est LA question que pose le confinement...

Comment faire ? En discutant avec ses enfants des espaces de vie de la maison et leur donner une fonction

On peut aussi définir les espaces en fonction du temps : pendant que ma belle-mère travaille, elle occupe la table de la salle à manger par exemple, mais on pourra y jouer en famille à un autre moment.

Par exemple, faire un tableau représentant les différents espaces de vie (salon, cuisine, salle à manger...) présentant ce que l'on y fait en fonction des heures de la journée (par exemple, le matin dans la chambre de mon beau-père, il travaille) et des jours de la semaine. Ce tableau peut être fait en famille (par exemple le dimanche après-midi pour planifier la semaine ou le soir pour planifier la journée du lendemain) et placé sur le réfrigérateur (afin que chacun sache qui fait quoi et dans quelle pièce)

Heures de la journée	Lieu (écrit/dessiné ou en photo)	Ce que l'on y fait (écrit/dessiné/photo)	Jour de la semaine
8h à 9h	Cuisine	Petit-déjeuner 	Lundi
9h à 11h	Chambre de maman	Maman travaille 	Mardi
14h à 15h	Table à côté du piano	Ecole 	Mercredi
15h à 17h		Pause de maman	Jeudi

« J'M'ENNUIE, J'SAIS PAS QUOI FAIRE » DISAIT LA ZAZIE DANS LE METRO DE RAYMOND QUENEAU... L'ENNUI CHEZ L'ENFANT

« Papa je m'ennuie, je ne sais pas quoi faire... » qui n'a jamais entendu cette phrase ?
Sans doute pas grand monde car **l'ennui est inévitable !**

L'ennui n'est pas forcément négatif, cela permet de stimuler la créativité et de faire appel à ses propres ressources.

Lorsque l'ennui est là, les enfants ont tendance à solliciter particulièrement les parents. Pour leur répondre de façon utile, il faut que la réponse du parent à cette plainte (qui peut être excédé, occupé, distrait, angoissé) ne soit pas une consigne évoquant un refus simple ou un rejet comme « laisse-moi tranquille, fiche-moi la paix, va voir ta mère »).

Pour répondre à ces demandes et faire ce que vous souhaitez, aider l'enfant à trouver une idée d'occupation. Au début, rien ne va marcher, mais à un moment l'enfant ne reviendra plus vous demander et aura trouvé quelque chose d'intéressant à faire. On peut être inventif dans la réponse, mais pas d'humour ni de dérision !

Donnez-lui une idée précise du temps pendant lequel il devra s'occuper avec une montre, sur une pendule, avec un minuteur pour les plus jeunes

Décidez avant de la durée des moments où les enfants ne doivent pas vous déranger. Par exemple : 30 min à partir de 3 ans, 1h à partir de 6 ans, 2h à partir de 12 ans

On peut dire combien on s'est soi-même ennuyé quand on était enfant et ce qu'on en a tiré d'intéressant (développement d'une activité, de compétences personnelles, etc.).

Petite idée d'occupation :

Créer une boîte à idées : demander à l'enfant de mettre des idées d'activités (qui ne demandent pas ou peu de supervision par un adulte comme la lecture, le dessin...) dans une « boîte à idées » (boîte qu'il pourra peindre et décorer lui-même) et lorsqu'il s'ennuiera, il pourra aller piocher une idée dans cette boîte



Cette fiche a été réalisée à partir de contenus proposés par le collectif Attachement du service du Professeur Antoine Guédeney de l'Hôpital Bichat, Paris, et retravaillée par des membres de l'Observatoire de la Parentalité et du Soutien à la Parentalité de l'Université Grenoble Alpes : Marie Barday, Isabelle Filliozat, & Rebecca Shankland.