

Être en sûreté, ne veut pas dire être en sécurité !

DES INFORMATIONS POUR LES PARENTS DURANT LE CONFINEMENT

La famille est confinée : tout le monde est en sûreté. Super ! Et pourtant une ambiance de tension, de stress reste présente là, en ambiance défond. De fait, il va nous falloir reconstruire la sécurité contextuelle car être en sûreté n'est pas suffisant pour se sentir en sécurité.

Les enfants le sentent bien, dans ce flot d'informations anxiogènes, ballotés par ces changements de rythme, d'habitudes, l'absence d'école, de copains et tous les questionnements sans réponse... Notre première tâche pour ce début de confinement : recréer la sécurité contextuelle, la notre, celle de nos enfants.

Comment agir ?



En savoir plus

Nous nous sentons en sécurité:

1. dans la constance du déroulement du temps
2. dans la constance de l'espace, de l'environnement
3. dans les repères matériels par les objets habituels ou liés à des rituels
4. avec des repères de personnes fixes
5. dans le climat harmonieux sans conflits, dans les relations fluides
6. avec du cadre, des règles, l'assurance de la protection



Parents, ce sujet vous interpelle: Le Réseau parents en Aveyron vous propose aussi des temps de discussion avec des professionnels de la relation parent-enfant.