La boite de retour au calme

Cette boite permet à l'enfant un retour vers le calme en situation de stress, de frustration, de peine ou d'excitation. Elle peut également être utilisée au retour de la garderie, de l'école ou d'une activité dans le but que l'enfant soit plus réceptif à vos demandes.

Le but est que la boite devienne un repère lorsque l'enfant en a besoin. Elle ne doit pas être utilisée de la même façon que ses jouets. Vous pouvez donc la ranger et lui remettre lorsque vous sentez qu'il en a besoin.

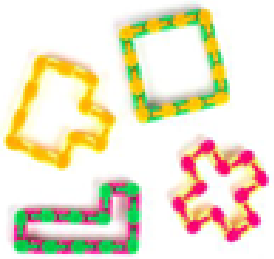
Vous pouvez rendre l'activité attrayante en allant acheter une boite avec votre enfant. Il pourra alors trouver quelque chose qui l'attire et qu'il aime!

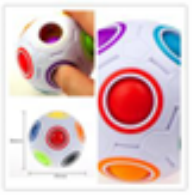
Vous pouvez également trouver un coin tranquille dans la maison et en faire un coin calme avec des coussins et lumières douces. Vous pourrez aussi y laisser la boite.

AUTISME
ESTRIE

On peut y mettre des objets pour se défouler (pour extérioriser) ou des outils pour relaxer ou se détendre. Choisissez des objets envers lesquels votre enfant a un intérêt. Vous pouvez également faire une rotation dans le but que l'enfant demeure intéressé aux objets.

Se défouler





Se détendre

AUTISME ESTRIE