

Pour certains jeunes enfants, le fait de passer d'une activité à une autre (par exemple, de jouer avec des jouets à l'heure du dîner, de jouer dehors à l'heure du bain, de regarder un film à l'heure du brossage des dents) entraîne de la confusion, de la frustration ou des comportements problématiques. Les adultes peuvent aider les enfants à prévoir ce qui va suivre, facilitant ainsi les transitions.

Stratégies pour soutenir les transitions



Utiliser une minuterie. (Montrez la minuterie et dites : *5 minutes de jeu, puis le dîner.*)



Avertir verbalement qu'une activité va se terminer et qu'une autre va commencer. (p.ex. *Nous terminerons ce livre, puis ce sera le temps de se brosser les dents et d'aller se coucher.*)



Demander à votre enfant s'il souhaite apporter un objet ou un jouet de transition. (Et si le camion venait dans la voiture avec nous? Je pense qu'il aimerait bien s'asseoir à côté de ton siège auto!)



Utiliser En premier/Ensuite. (*En premier débarrasse ta vaisselle, ensuite nous pourrons jouer aux blocs ensemble, ou En premier lave tes cheveux, ensuite joue dans le bain.*)



Utiliser des supports visuels.

- horaire visuel
- tableau En premier/ Ensuite
- cartes de repère



Télécharger les instructions et les modèles sur:
https://challengingbehavior.cbcs.usf.edu/docs/Routine_cards_home.pdf



Rendre les transitions amusantes!

(Par exemple, si vous devez quitter le parc, vous pourriez dire : *Nous pouvons sauter jusqu'à la voiture, ou Monte sur les épaules de papa jusqu'à la voiture.*)



Chanter une chanson amusante ou familière.

La plupart des enfants adorent la musique et les chansons. Utilisez la technologie pour vous aider à faire preuve de créativité. De nombreux appareils personnels et applications diffusent des chansons de transition (Alexa, Spotify, etc.) et YouTube propose de nombreuses chansons et vidéos de transition pour les enfants d'âge préscolaire afin de vous aider !



Donnez à votre enfant une tâche à accomplir pendant la période de transition.

Les enfants aiment aider ! Votre enfant peut :

- mettre des serviettes sur la table pendant que vous vous préparez à souper
- ranger toutes les chaussures en rentrant à la maison ou
- être le *responsable* qui s'assure que tout le monde a son sac à dos avant d'aller à l'école.