

Comment créer des règles :

- ❑ **Identifiez trois à cinq règles** qui sont importantes pour votre famille.
- ❑ **Écrivez les règles** sous forme de choses à faire (et non pas d'interdits).
- ❑ **Choisissez des règles qui s'appliquent aux situations** où votre enfant a besoin de rappels.
- ❑ **Choisissez des règles que votre enfant peut apprendre à appliquer** (p. ex., des règles adaptées à son âge et à ses habiletés).
- ❑ **Faites un tableau des règles.** Ajoutez une image montrant votre enfant en train de suivre la règle. Demandez à votre enfant de vous aider à faire le tableau ou de vous regarder le faire.



Comment enseigner les règles :

- ❑ **Montrez et expliquez** – concentrez-vous sur le fait d'enseigner les règles à votre enfant.
 - Trouvez un moment où votre enfant n'est pas distrait pour lui montrer les règles et discuter de comment les appliquer.
 - L'introduction aux règles doit servir à enseigner à votre enfant de manière intéressante et amusante, et non à le punir lorsqu'il a fait une erreur dans les règles.
 - Montrez à votre enfant à quoi ressemble le respect de la règle. Vous devrez peut-être la décomposer en plusieurs étapes.
 - Discutez de la règle et faites une démonstration. Montrez à votre enfant à quoi ressemble le fait de suivre la règle, puis à quoi ressemble le fait de ne pas suivre la règle. Il s'agit d'enseigner la règle et de s'amuser avec les démonstrations.
 - Créez une histoire sociale au sujet des règles et utilisez-la pour revoir les règles.
 - Après avoir appris les règles, jouez à un jeu pour voir si votre enfant peut s'en souvenir. Faites un gros câlin ou un « high five » à votre enfant après qu'il vous ait récité les règles.
 - N'oubliez pas que votre enfant est en train d'apprendre les règles. Il faudra du temps et de la pratique avant qu'il puisse les suivre.
- ❑ **C'est avec de la pratique que l'on devient parfait** – révisez et pratiquez les nouvelles règles plusieurs fois.
 - Passez en revue le tableau des règles avant l'activité où la règle est nécessaire, ainsi que plusieurs autres fois par jour.
 - Si vous vous sentez créatif, vous pouvez utiliser une marionnette, des animaux en peluche, une chanson ou des mouvements pour revoir les règles avec votre enfant.
 - Créez des scénarios pour que votre enfant puisse s'exercer ou résoudre des problèmes, et ainsi comprendre l'importance de la règle.
- ❑ **Bravo!** – Célébrez les efforts et les succès de votre enfant.
 - Félicitez et encouragez votre enfant lorsqu'il apprend et respecte les règles.



Nos règles

Mettre une image ici

1. _____

Mettre une image ici

2. _____

Mettre une image ici

3. _____

Mettre une image ici

4. _____

Mettre une image ici

5. _____
