

Votre enfant est un moulin à parole au moment du coucher ?

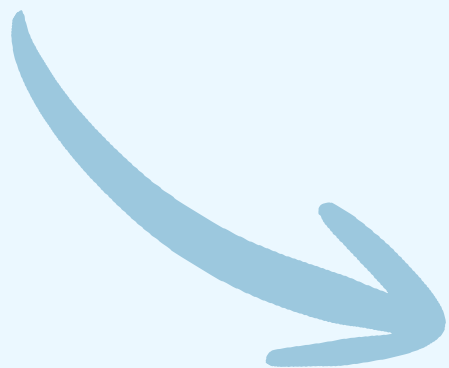
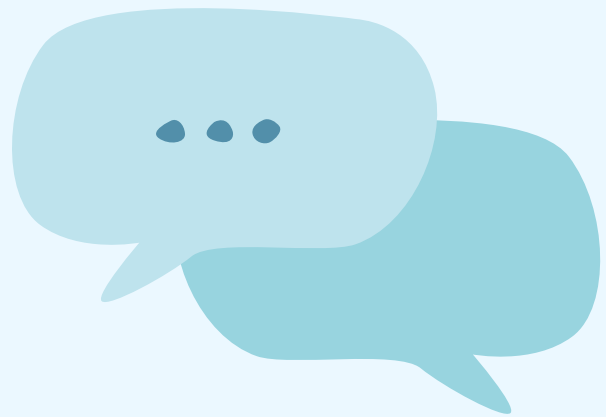


Il s'agit de la fenêtre du coucher qui correspond au moment le plus propice de la soirée pour s'endormir.

POURQUOI PARLE-T-IL ?

Il ne cherche pas à vous embêter ou à retarder le moment du coucher...

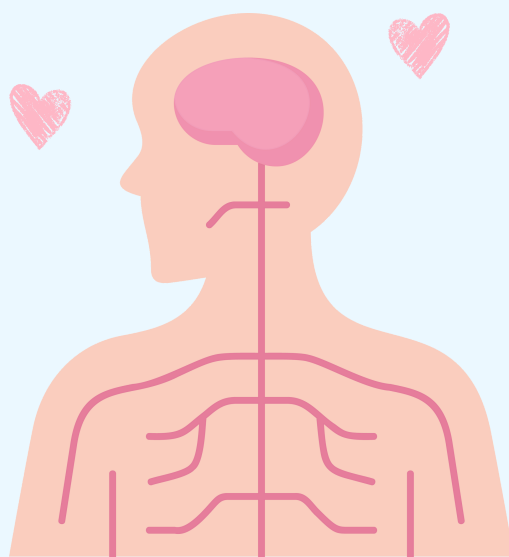
IL RECHERCHE UNE CONNEXION
POUR LIBÉRER LES TENSIONS DE
LA JOURNÉE.



ALORS, ÉCOUTER TON ENFANT PARLER
AVANT DE S'ENDORMIR SANS PERDRE
PATIENCE PEUT FAIRE L'OBJET D'UN RITUEL
AVANT UNE BERCEUSE OU UNE HISTOIRE...

QUELS EFFETS ?

Cela détend le système nerveux et aide à réguler les émotions.



RÉSULTATS :

En tant que parent, ritualiser le coucher en laissant l'enfant s'exprimer avant une routine pour se dire bonne nuit aide les enfants à avoir une sommeil apaisé et ils se réveillent mieux !



InterCAMSP

Parler avec son enfant 10 minutes avant le coucher permet une nuit douce et sereine pour toute la famille !