À AFFICHER SUR LE FRIGO

Les 30 phrases qui encouragent

Pendant l'effort

- « Je vois que tu te concentres. »
- « Tu as commencé tout seul, c'est super. »
- « Tu prends ton temps pour bien former tes lettres. »
- « Tu es resté assis jusqu'à la fin du sablier. »
- « Tu cherches encore, tu ne lâches pas. »
- « Tu as relu ta phrase avant de me la montrer. »
- « Tu as utilisé la boîte de dix, bonne idée. »
- « Encore une mission, et c'est la fleur ! »

Après une erreur

- « Ce n'est pas grave, on apprend avec les erreurs. »
- « Tu n'y arrives pas encore. »
- « Celui-là est juste. On cherche ensemble pour l'autre ? »
- « Qu'est-ce qui t'a aidé, la dernière fois ? »
- « Tu as presque trouvé, il manque juste une lettre. »
- « On essaie une autre façon ? »
- « Moi aussi, je me trompe parfois. »
- « Hier, c'était plus difficile pour toi. »

Quand il se décourage

- « Tu trouves ça très difficile en ce moment. »
- « On fait juste une petite partie, et on fait une pause. »
- « Tu te souviens quand tu n'arrivais pas à lire ton prénom ? »
- « Je suis fier de toi parce que tu essaies. »
- « Regarde toutes les fleurs que tu as déjà coloriées. »
- « Tu as le droit d'être fatigué. On reprendra demain. »
- « Je crois en toi. »

Après une réussite

- « Tu as réussi, et tu as travaillé pour ça. »
- « Comment tu as fait ? Explique-moi. »
- « Tu peux être fier de toi. »
- « Il y a deux semaines, tu n'y arrivais pas. »
- « Tu as fini les trois missions. Choisis ton tampon ! »
- « Tu vois, tes efforts ont payé. »
- « Qu'est-ce que tu as préféré aujourd'hui ? »

Pour le parent

Choisissez 3 phrases cette semaine et entourez-les. Visez au moins 3 encouragements pour 1 reproche. Un encouragement précis, qui décrit l'effort, aide davantage qu'un simple « bravo ».

ENVIE DE CONTINUER ?

La suite de cette fiche est dans le programme « Colibri »



Des occasions d'encourager, chaque jour

Un programme de 30 jours pour les enfants de 5 à 7 ans qui ont du mal à se concentrer : 3 missions de 3 minutes par jour, avec des pauses qui bougent.

Lire, écrire et compter par micro-missions, avec la météo de l'attention, des cartes « pause corps » et un guide pour les soirs difficiles. Ne remplace pas un bilan.

39 € HT

PDF à imprimer · téléchargement immédiat

Découvrir le programme et voir des pages en extrait

monenfantapprend.com/programme-colibri-tdah

Pourquoi un cahier ? Une fiche, c'est une séance. Le cahier, c'est une progression complète dans le bon ordre, avec un guide pour le parent et tous les corrigés, pour avancer un peu chaque jour sans rien préparer.