

La résolution de problèmes

- Aide-mémoire -



Savoir résoudre des problèmes est une habileté très utile autant pour les parents, pour les enfants que pour la famille dans son ensemble. Le fait d'être en mesure de trouver des solutions aux difficultés que vit une famille permet à ses membres de vivre davantage en harmonie et, ainsi, de tendre vers un meilleur équilibre familial.

LES 6 ÉTAPES



- La routine du matin est difficile
- Milan prend trop de temps pour se préparer le matin
- Milan écoute la télé au lieu de se préparer
- Maman répète en boucle les tâches à faire
- Maman perd patience à toujours répéter



- a) Maman met une minuterie
- b) Milan prépare ses vêtements la veille
- c) Maman et Milan font un tableau de routine

ÉTAPES 3,4,5,6



LES 6 ÉTAPES

suite...

3
ÉVALUEZ LES
SOLUTIONS



4
CHOISISSEZ LA
SOLUTION



5
ESSAYEZ LA
SOLUTION



6
ÉVALUEZ
L'IMPACT DE LA
SOLUTION



a) Maman met une minuterie

- + Gagne du temps
- Maman doit superviser
- Favorise peu l'autonomie

b) Milan prépare ses vêtements la veille

- + Habillage plus rapide
- Déjeuner, dents et temps de télé encore problématiques

c) Maman et Milan font un tableau de routine

- + Favorise l'autonomie
- Demande de la préparation
- Demande un temps d'adaptation

- Maman et Milan ont choisi de mettre en place un tableau de routine

- Consultez l'aide-mémoire « La routine » de Cap sur la famille
- Créez un tableau de routine
- Installez le tableau dans la chambre
- Accompagnez Milan dans le suivi du tableau pendant toute la semaine

- La routine se fait plus rapidement
- Maman a moins besoin de répéter
- Milan arrive à l'heure à l'école
- Ajoutez la préparation de la boîte à lunch la semaine prochaine