

SE FAIRE DES AMIS

Novembre 2016

Numéro 3



Vous voulez plus de renseignements ou du soutien?
Contactez-nous!
506-862 3783

Soins personnels

Une alimentation saine et l'activité physique sont une partie importante des soins personnels. Le site Web *Le Mouvement du mieux-être* de la province est un excellent endroit pour trouver de l'information sur les activités de mieux-être en cours dans votre région.

<http://www.mieux-etre.nb.ca/>

Voici quelques conseils pour aider votre enfant à se faire des amis et à les garder.

Développez et pratiquez des scénarios sociaux.

Développez et pratiquez des scénarios sociaux pour aider votre enfant à se souvenir des interactions sociales appropriées. Créez des histoires et des scénarios avec des images qui décrivent des activités sociales courantes, comme attendre son tour, respecter l'espace personnel et partager.

<http://fasdtoolkit.weebly.com/social-stories.html> (En anglais seulement)

<http://www.pictoselector.eu/fr/>

Stratégies

- **Les jeux de rôle** : Les jeux de rôle et le modelage sont des techniques efficaces pour aider votre enfant à comprendre comment agir dans des situations sociales.
- **Aidez votre enfant à reconnaître le langage corporel et les expressions sociales** : Regardez des photos de gens dans des livres et des magazines et enseigner à votre enfant ce que les gens pourraient penser ou ressentir.
- **Faites participer votre enfant à des activités de groupe** : Les équipes sportives, les clubs et les groupes sont un bon moyen d'exposer votre enfant à des contextes sociaux organisés, de développer des compétences sociales et de rencontrer des enfants ayant des points communs. Recherchez des activités qui offrent beaucoup de structure.
- **Développez un réseau de soutien** : Joignez-vous à un groupe de soutien pour les familles ayant des enfants atteints de TSAF (ou formez-en un). Encouragez les amitiés de votre enfant à ces réunions.

(Adapté du site de Lutherwood, *Making and Keeping Friends*)

ASTUCES RAPIDES

- AIDER VOTRE ENFANT À SE FAIRE ET À GARDER DES AMIS DEMANDERA LA PARTICIPATION DE BEAUCOUP DE PARENTS ET DE FOURNISSEURS DE SOINS.
- GRÂCE À UNE STRUCTURE ET À UNE SUPERVISION, VOTRE ENFANT POURRA PROFITER D'INTERACTIONS SOCIALES POSITIVES.

<https://www.fasdwaterlooregion.ca/strategies-tools/sub-page-test-2/making-and-keeping-friends>