



Certains enfants veulent aller trop vite ou encore partent dans la lune facilement au moment des devoirs. L'arrêt est un moyen pour apprendre à freiner et à mieux se concentrer. Il est normal de partir dans la lune lorsqu'on étudie, car étudier demande beaucoup d'efforts. Il faut montrer à l'enfant à dire dans sa tête «STOP, je me reconcentre». Montrer l'arrêt à l'enfant permet d'économiser nos énergies sans avoir à crier et aide l'enfant à associer la concentration au freinage.

Élaboré par Laurie-Ann Bédard, Marie-Pier Bérubé, Catherine Flamand & Valérie Flamand