

SAFE AND SOUND PROTOCOL

A portal to social engagement

Que faire pendant une séance de Safe and Sound Protocol ?

Pendant une séance, il est tout à fait possible de ne rien faire de particulier. Lorsque l'adulte ou l'enfant s'engage dans une activité, celle-ci doit être calme. Les contacts visuels, l'engagement relationnel soutiennent l'efficacité du SSP :

- Jouets tactiles
- Puzzles
- Des jeux calmes : Mikado, Dobble, jeux de cartes (Bataille..)
- Jeux de plateau qui ne nécessitent pas d'échange verbal
- Faire des bulles, « blow pen »
- Dessiner, peindre, colorier, « pixel art »
- Découper, coller, gommettes, bricolage
- Pâte à modeler, argile, Sable « magique »
- Jenga
- Puzzles
- Lego
- Remplir un bac de riz ou de lentilles et plonger les mains dedans / cacher des jouets à l'intérieur
- Mettre des jouets dans un bac rempli d'eau, le congeler et utiliser de l'eau chaude pour faire fondre la glace
- Paniers sensoriels
- Cuisiner

Sont à éviter pendant la séance :

- Les perturbations sonores extérieures
- La lecture et l'écriture (cela crée des mots et des sons en interne et interfère avec l'écoute)
- Chanter et parler (interfère avec l'écoute)
- Danser
- Utilisation du téléphone portable, regarder des films (la charge mentale est trop élevée)
- Dormir : si la séance fatigue beaucoup, il vaut mieux faire une pause.