

ENFANTS

Dois-je intervenir dans les disputes de mes enfants ?

Jade, 38 ans
(7 et 10 ans)



L'expert Thierry Joiris, neuropsychologue et coordinateur du Centre Interdisciplinaire DOME (centredome.be)

Oui. La plupart du temps, lorsqu'il y a une dispute, c'est qu'il y a des émotions trop fortes que l'enfant ne sait pas gérer. Selon son âge, son cerveau peut encore être trop immature pour gérer les ouragans émotionnels qui surgissent à la moindre contrariété. Enfin, une dispute qui persiste peut susciter du stress chez l'enfant. La dispute est une opportunité pour apprendre des compétences relationnelles nécessaires tout au long de la vie : la gestion des émotions, la résolution de conflits, la communication... L'enfant, dans un premier temps, ne peut pas faire cet apprentissage seul. Les neurosciences affectives ont souligné que pour se développer correctement le cerveau avait besoin de relations apaisées. L'empathie, la bienveillance aident à la maturation du cerveau de l'enfant. Ce qui n'est pas le cas des menaces, punitions et humiliations. Quelques conseils : n'intervenez pas tout de suite. Observez les stratégies qu'ils vont spontanément utiliser pour résoudre le conflit et n'intervenez que s'ils n'y parviennent pas. Gardez une attitude empathique et bienveillante. Ne comptez pas les points, mais rappelez la règle. On ne raisonne pas pendant la crise, mais on pose des mots sur les émotions après que la crise soit passée.

Envoyez-les à **Avis d'expert, Femmes d'Aujourd'hui**, rue de la Fusée 50, 1130 Bruxelles ou sur femmesdaujourd'hui.be/expert.

VOUS NE TROUVEZ PAS DE RÉPONSES À VOS QUESTIONS ?



SANTÉ
LES BAINS CHAUDS DIMINUENT-ILS LA FERTILITÉ MASCULINE? Caroline, 30 ans

L'experte Anne Van Langendonck, conseillère scientifique du laboratoire PMA du CHIREC

Plusieurs études montrent qu'une exposition prolongée et répétée des testicules à la chaleur a un impact sur la concentration des spermatozoïdes, leur mobilité et leur morphologie, ce qui pourrait avoir un effet défavorable sur la fertilité. La température optimale pour la spermatogenèse, c'est-à-dire la production de spermatozoïdes, est de 2 à 4°C inférieure à la température du corps. Quant à savoir dans quelle mesure la chaleur d'un bain affecte la fertilité, il y a peu de données scientifiques permettant d'apporter une réponse claire. Une étude américaine qui vient d'être publiée montre une association faible entre la fécondité des hommes et l'utilisation fréquente de bains chauds ou jacuzzis (plus de 3 fois par mois). Mais la bonne nouvelle c'est que, selon une étude brésilienne, les effets potentiels sont réversibles. Il vaut donc peut-être mieux éviter de prendre des bains chauds trop souvent si bébé tarde à venir, surtout si l'homme est exposé à d'autres facteurs défavorables (cigarette, agents toxiques, obésité, etc.), mais un petit bain chaud de temps en temps pourrait aussi avoir un effet bénéfique par son effet relaxant, surtout s'il est pris en couple...



DÉCORATION
COMMENT ENLEVER LES BULLES D'AIR D'UNE TOILE EN FIBRE DE VERRE? Élisabeth, 29 ans

L'expert Gregory Denidder, peintre en bâtiment indépendant

Si la fibre de verre comporte des motifs, le mieux est d'essayer d'injecter de la colle derrière à l'aide d'une grosse seringue, mais le résultat n'est pas garanti. Si la fibre de verre est lisse ou si vous êtes prête à sacrifier les motifs de votre fibre de verre, le plus efficace est de la couper avec un cutter là où se trouve une bulle, pour soulever la fibre et mettre de la colle derrière à l'aide d'un pinceau. Ensuite, recollez bien le tout. Pour terminer, enduisez complètement la fibre avant de la repeindre. Selon la profondeur des motifs, il faudra peut-être plusieurs couches d'enduit.

TEXTE JULIE BRAUN