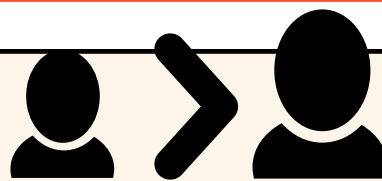


PRENDRE L'ENFANT AU SÉRIEUX : UNE ÉGALE DIGNITÉ



Entrer en relation avec les enfants sans tomber dans l'autoritarisme ("j'ai raison, tu obéis") ou la négligence ("fais ce que tu veux") passe par la conviction que les enfants ont autant le **droit au respect que les adultes**.

Selon notre niveau de disponibilité (en lien avec notre fatigue, notre stress, notre forme physique etc), nous n'aurons pas les mêmes réactions. Plus nous avons de **ressources internes et externes**, plus nous pouvons faire preuve **d'empathie** et nous exprimer de manière authentique (nos émotions, nos besoins, nos **limites personnelles**). Cela explique l'importance de penser à nourrir fréquemment nos propres besoins.

FAIRE PREUVE D'EMPATHIE

Se mettre à la **place** de l'enfant pour creuser derrière ce qu'il donne à voir et à entendre : *Quand il se dit qu'il ne veut pas s'habiller, qu'est-ce qui se passe pour lui ? Ça a l'air de ressembler à de l'irritation parce qu'il a besoin d'autonomie, de décider par lui-même, de maîtriser son temps. Il n'a pas envie d'aller à l'école, il avait encore envie de jouer.*

Refléter ses motivations à l'enfant :

Quand tu ne t'habilles pas, tu te sens triste parce que tu voudrais faire tout seul que tu voudrais continuer à jouer/ voudrais choisir toi-même quoi porter ? C'est ça ?

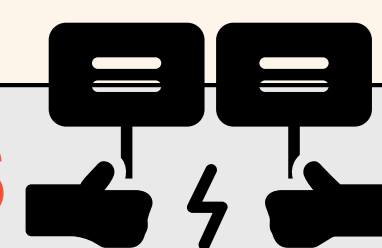
L'enfant va peut-être **valider** : Oui, c'est toujours toi qui décides ! Je suis fatigué, je ne veux pas aller à l'école !

Maintenir le lien : *Tu es fâché contre moi parce que tu aimerais être traité comme les grands ? Tu aurais aimé rester à la maison, je comprends.*

DES IDÉES POUR FAIRE FACE



EXPRIMER NOS BESOINS



S'il y a **conflit**, c'est forcément que les **besoins de l'enfant sont différents de ceux des adultes** et qu'ils apparaissent (à première vue) irréconciliable.

Faire le point sur nos **propres motivations** : *Je suis découragée quand mon enfant n'obéit pas. Je suis exaspéré parce que mon emploi du temps est serré, et j'ai besoin de faire bon usage de mon temps. Et, j'ai peur d'être laxiste. Mes pensées et ma peur, dissimulée par ma colère, me montrent que j'ai à cœur que mon enfant trouve sa place dans la société en respectant les horaires.*

Eprouver le **soulagement de s'accorder le droit à la colère, à la peur et à la tristesse**. Partager nos émotions et besoins dans un **langage personnel que l'enfant peut comprendre**.

Formuler ce dont nous avons **besoin (sans accusation ni menace)**.



PARFOIS, L'EMPATHIE ET L'EXPRESSION AUTHENTIQUE NE DÉBLOQUENT RIEN.

L'éducation non violente n'est pas une baguette magique pour faire faire aux enfants des choses qu'ils n'ont pas envie de faire. **La colère de l'enfant est normale pour défendre sa dignité personnelle** et réparer face à l'impuissance.

- Demander du **soutien**, passer le **relais** à un autre adulte
- Passer par le **jeu** ou l'**humour**
- Utiliser un tableau des **routines** (ou donner des repères temporels et spatiaux clairs)
- Solliciter l'intelligence des enfants (*Quelles chaussures mettre pour garder tes pieds au sec ?*)