ECOUTEZ LA SOLUTION

# Parentalité positive 10 choses à ne pas dire à ses enfants

Voir ou revoir la vidéo

## 1 Parce que je l'ai dit

- Justifier ses propos
- Eviter les luttes de pouvoir

## 2 C'est de ta faute

- Mauvais exemple/nuit à la confiance /relation
- Recherche de solutions

## 3 Dis pardon

- Ne pas forcer à dire un pardon "faux"
- Faire développer l'empathie
- Vrais sentiments

## 4 C'est rien, ça va aller

- Nier les sentiments les empêchent d'éprouver le sentiment de résilience
- Accompagner les sentiments / montrer de l'empathie
- Encourager vers la recherche de solutions

## 5 Tu as été insupportable

- Inverser sa perception
- Notre enfant se sent mal
- Comment puis-je t'aider ?

## 6 Arrete de pleurer

- Pleurer est sain comme rire
- Relâchement de pression
- Proposer son épaule
- Sauf si cest une façon d'obtenir ce qu'il veut
- Vidéo complémentaire sur comment gerer les crises

## 7 C'est facile

- C'est facile pour nous!
- Oui cest dur
- Tu as deja fait des choses difficiles
- Encouragement

## 8 On ne fait pas ça

- Dire plutôt ce qu'il faut faire

## 9 Va dans ta chambre

- Proposer plutôt une pause/faire le point

## C'est moi le chef

- Eviter d'installer une dictature / preferer une démocratie, un ensemble qui implique chacun
- Même si adulte garde la responsabilité des décisions