

Mon enfant ne veut pas se laver !

Emma



Maman



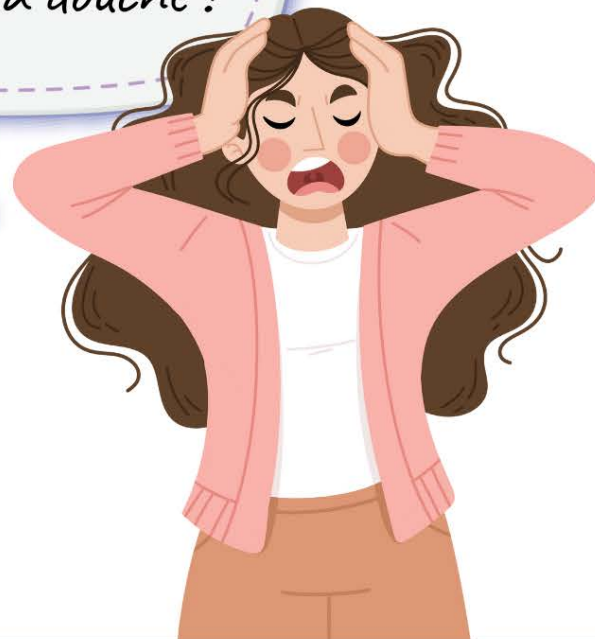
Chloé, la meilleure amie de Maman



Je ne veux pas
me laver !!!



Oh non, c'est pas vrai !
Elle va me refaire une
crise pour la douche !



Ça suffit Emma maintenant.
C'est l'heure de la douche. Je t'ai
prévenue. Je t'ai laissé jouer. On
s'était mises d'accord. Tu avais dit
que quand le sablier serait fini, tu
irais à la douche sans crier.

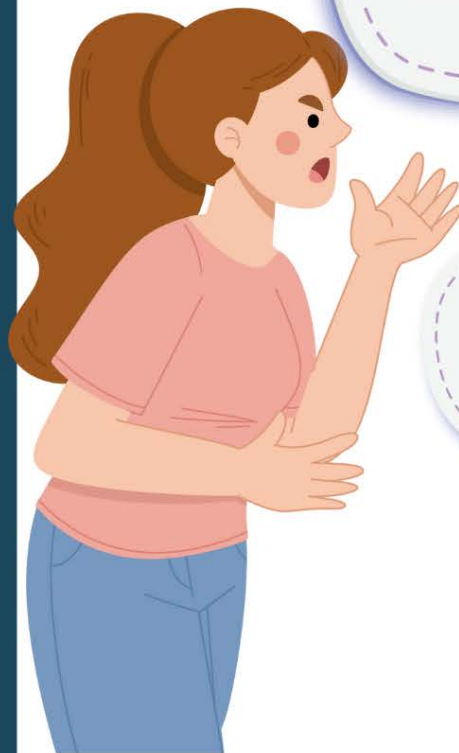
NOON,
je veux pas aller à
la douche !!!



Que tu le veuilles ou non tu
iras te laver. C'est pas toi
qui fais la loi ici !

Si tu arrêtes de pleurer,
cela ne durera que quelques
minutes et tu pourras
retourner jouer.

Je m'en fiche, je
veux pas me laver
quand même !!!!!



Il faut se laver si on veut être en bonne santé. C'est pour ton bien que je t'oblige à te laver !

Tu ne tiens pas ta parole. Ce n'est pas gentil.

*OUIIINNN
T'es méchante !*



Oh et puis j'en ai marre ! Tu n'as qu'à être une petite fille puante. Tant pis pour toi !

*OUIIINNN
Je te déteste !*



Je n'en peux plus de me fâcher contre Emma. Je l'aime plus que tout mais elle me rend complètement hystérique en ce moment !



Je me sens tellement démunie, je ne sais plus quoi faire. J'ai l'impression d'avoir tout essayé et rien ne marche. Tous ces trucs d'éducation positive c'est que du blabla !



Tu sembles préoccupée aujourd'hui. Galère avec Emma ?

Oh, oui, c'est très dur en ce moment. Elle fait crise sur crise. Quand c'est pas la douche, c'est le repas, l'habillage et j'en passe. Elle crie, elle tape. Je suis épuisée !



As-tu essayé ce qu'on a appris ensemble à l'atelier Gordon ? Tu te souviens de ce que disait notre formatrice ?



Oui. Ça me fait du bien d'y repenser, cela me donne plus de courage. Je crois que je vais relire mon carnet et réessayer !



"Essaie et essaie encore. Chaque problème est l'occasion de s'entraîner. Chaque échec est le meilleur moyen pour apprendre et progresser. Vous avez tout en vous pour être le parent que vous souhaitez être."



L'Écoute Active

*Je me centre sur ce que ressent Emma, je l'écoute sans jugement en m'assurant que je comprends ce qu'elle vit, et après seulement, je n'oublie pas de réaffirmer ma demande ...
Allez, je respire un grand coup et j'essaie !*



Je veux pas me laver !!!!!

Oh la la tu es très en colère, tu n'as pas du tout envie d'aller à la douche !

Non, jamais !

Tu ne voudras plus jamais te laver.

Non, pas jamais mais pas aujourd'hui.

Ah, tu n'as pas envie d'aller prendre une douche aujourd'hui spécialement.



L'Écoute Active

C'est surtout les cheveux que je n'aime pas me mouiller.



Tu penses que tu vas devoir te mouiller les cheveux et c'est pour ça que tu cries quand je te dis d'aller te laver.

Oui, hier j'ai eu plein d'eau dans les yeux.

Ah ! C'est l'eau dans les yeux que tu n'aimes pas.



Oui et aussi que après la douche, l'eau a coulé sur mon doudou et il était tout mouillé.



Tu n'as vraiment pas aimé que ton doudou soit mouillé.

Oui parce qu'après je ne peux plus lui faire des câlins.

Tu aimes vraiment faire des câlins à ton doudou et quand hier tu ne pouvais plus parce qu'il était mouillé à cause de tes cheveux, cela t'a rendu triste.

OUI !



L'Affirmation de soi

Tu vois, le problème que j'ai moi, c'est que quand je te dis que tu dois aller à la douche - surtout si nous nous sommes bien mises d'accord toutes les deux avant - et que tu dis non, que tu cries et que tu ne respectes pas notre accord, je perds du temps à te le redire et je perds aussi beaucoup d'énergie.

Je suis contrariée de me disputer avec toi, j'aimerais qu'on trouve une solution ensemble à ce problème.



La Résolution de conflits sans perdant

On pourrait accrocher Doudou en hauteur ?

Tu pourrais le laisser dans ta chambre ?

Je pourrais me sécher les cheveux avant de le reprendre ?

Bonne idée !
Et je pourrai t'aider à te les sécher !



Je t'aime Maman !

Moi aussi je t'aime ma chérie.





*pour une communication efficace et bienveillante
au coeur de la relation*

