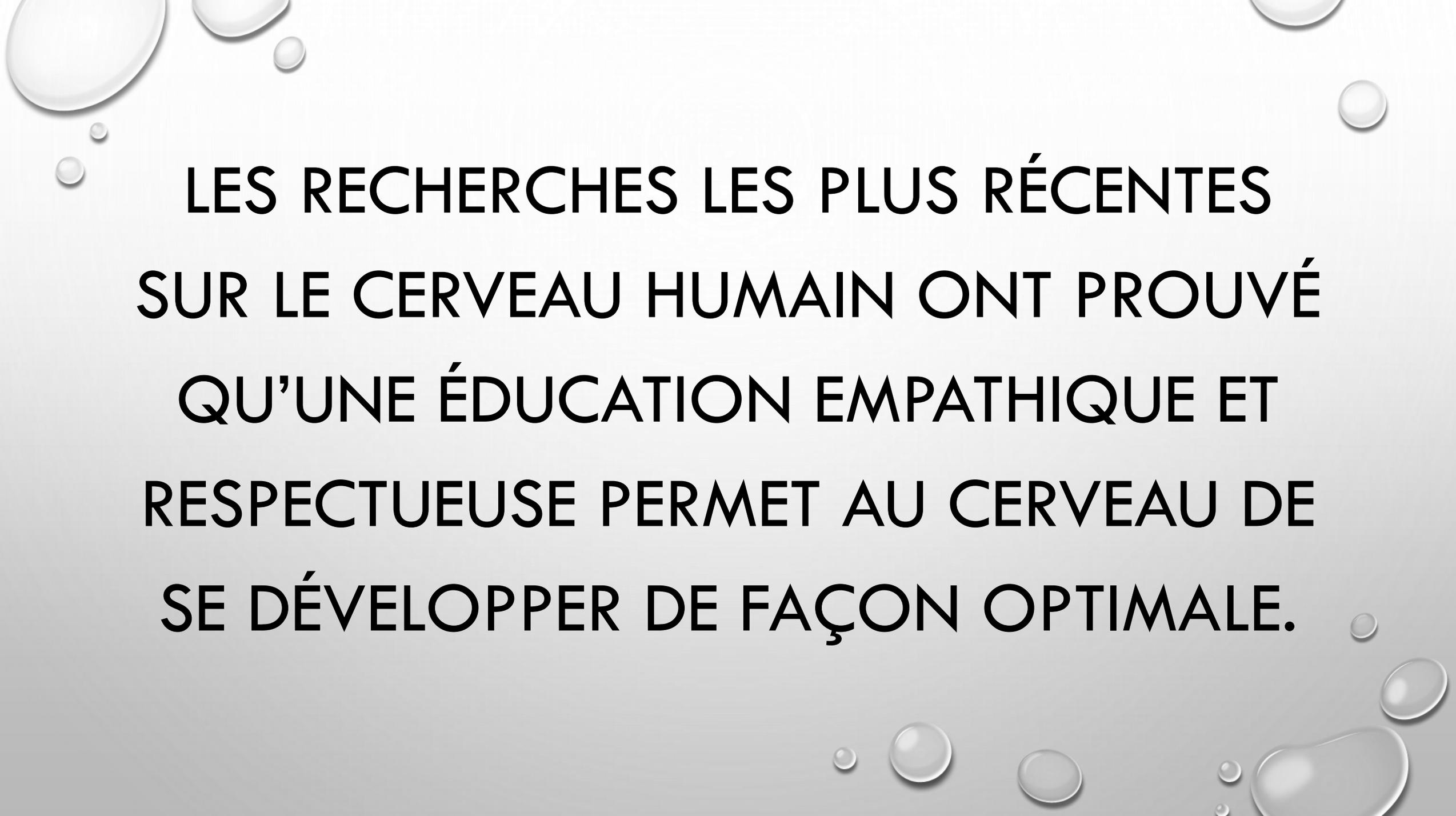


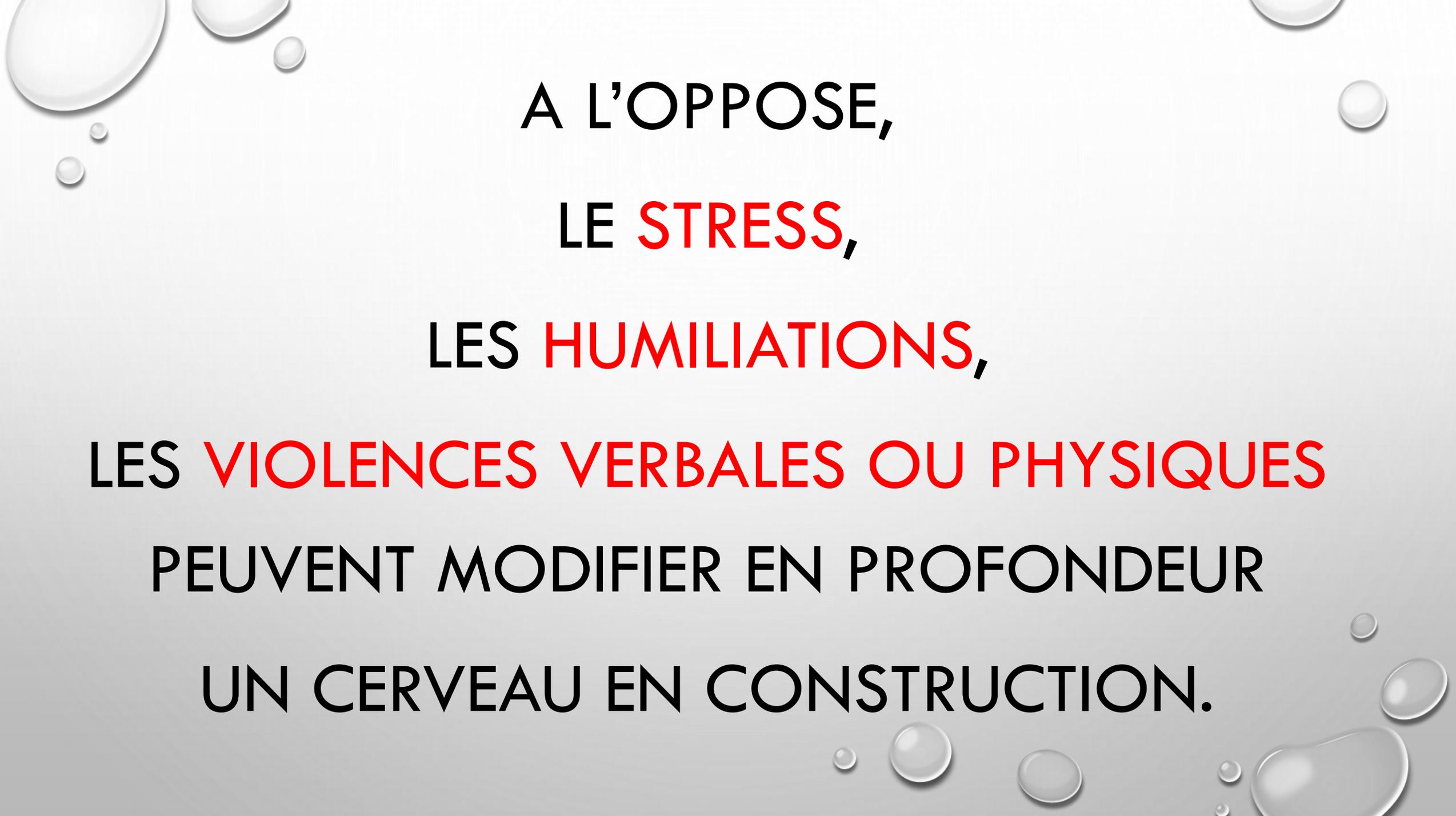
The background features a light gray gradient with several realistic water droplets of various sizes scattered across the surface. In the center, there are faint, concentric ripples, suggesting a stone dropped into water. The overall aesthetic is clean and modern.

# EDUCATION BIENVEILLANTE

ANA AUROUZE • WE MAE PARIS • 7-9 AVRIL 2017



LES RECHERCHES LES PLUS RÉCENTES  
SUR LE CERVEAU HUMAIN ONT PROUVÉ  
QU'UNE ÉDUCATION EMPATHIQUE ET  
RESPECTUEUSE PERMET AU CERVEAU DE  
SE DÉVELOPPER DE FAÇON OPTIMALE.



A L'OPPOSE,  
LE **STRESS**,  
LES **HUMILIATIONS**,  
LES **VIOLENCES VERBALES OU PHYSIQUES**  
PEUVENT MODIFIER EN PROFONDEUR  
UN CERVEAU EN CONSTRUCTION.

# 9 POINTS ESSENTIELS

## 1. LA THEORIE DE L'ATTACHEMENT



Vie émotionnelle  
et relationnelle  
plus épanouie

# 9 POINTS ESSENTIELS

## 2. LES BESOINS DE L'ENFANT

- BESOIN DE SURVIE

= BESOINS VITAUX PRIMAIRES

- BESOIN DE SÉCURITÉ

= L'ENFANT EST PROTÉGÉ, AIMÉ, ENTENDU ET CONSULTÉ, QUAND IL PEUT SE DIRE ET ÊTRE REÇU.



- **BESOIN DE SOCIALISATION**

**OU D'APPARTENANCE**

**= TROUVER SA PLACE DANS LA FAMILLE,  
L'ÉGLISE, L'ÉCOLE, LA SOCIÉTÉ**

- **BESOIN DE RECONNAISSANCE**

**= SE SENTIR UTILE, À LA HAUTEUR**

**FAIRE AVEC, MAIS AUSSI FAIRE SEUL**

**= SON ACTION A DE L'IMPORTANCE**





- **BESOIN DE DIFFÉRENCIATION**

= JE SUIS UNIQUE

RECONNAÎTRE SES PENSÉES, SES ÉMOTIONS,

SES GOÛTS, ETC

MÊME SI DIFFÉRENTS DE CEUX DE SES PARENTS

- **BESOIN D'ÉVOLUTION**

= RECONNAÎTRE QUE SES BESOINS CHANGENT





- **BESOIN D'INDIVIDUATION**

= RELATIONS DANS LE MOMENT PRÉSENT  
ET PERSONNALISÉES

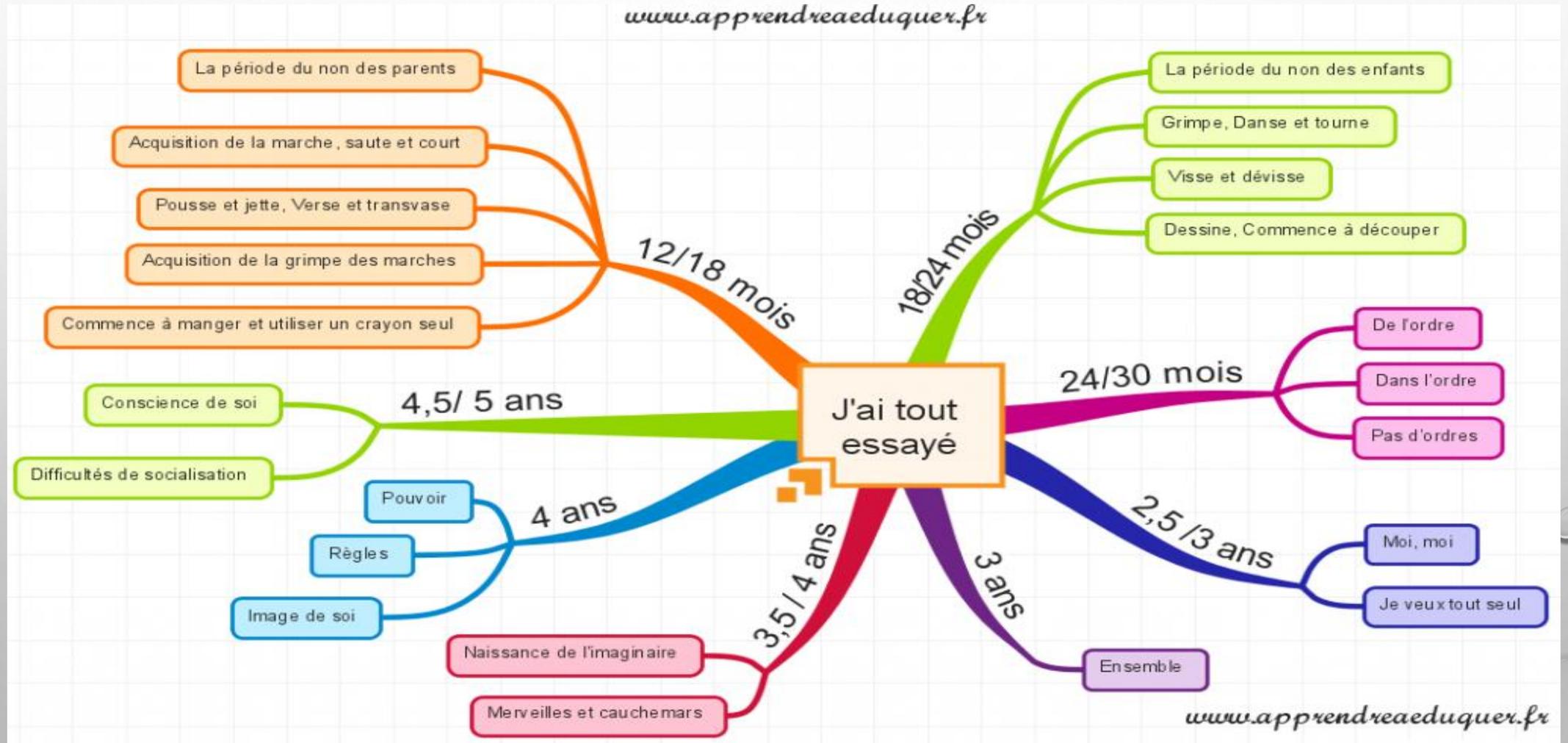
- **BESOIN DE RÉUNIFICATION**

= SENTIR QU'IL EST UN TOUT - INTEGRITE  
ÊTRE RASSURÉ SUR SES SENTIMENTS CONFLICTUELS



# 9 POINTS ESSENTIELS

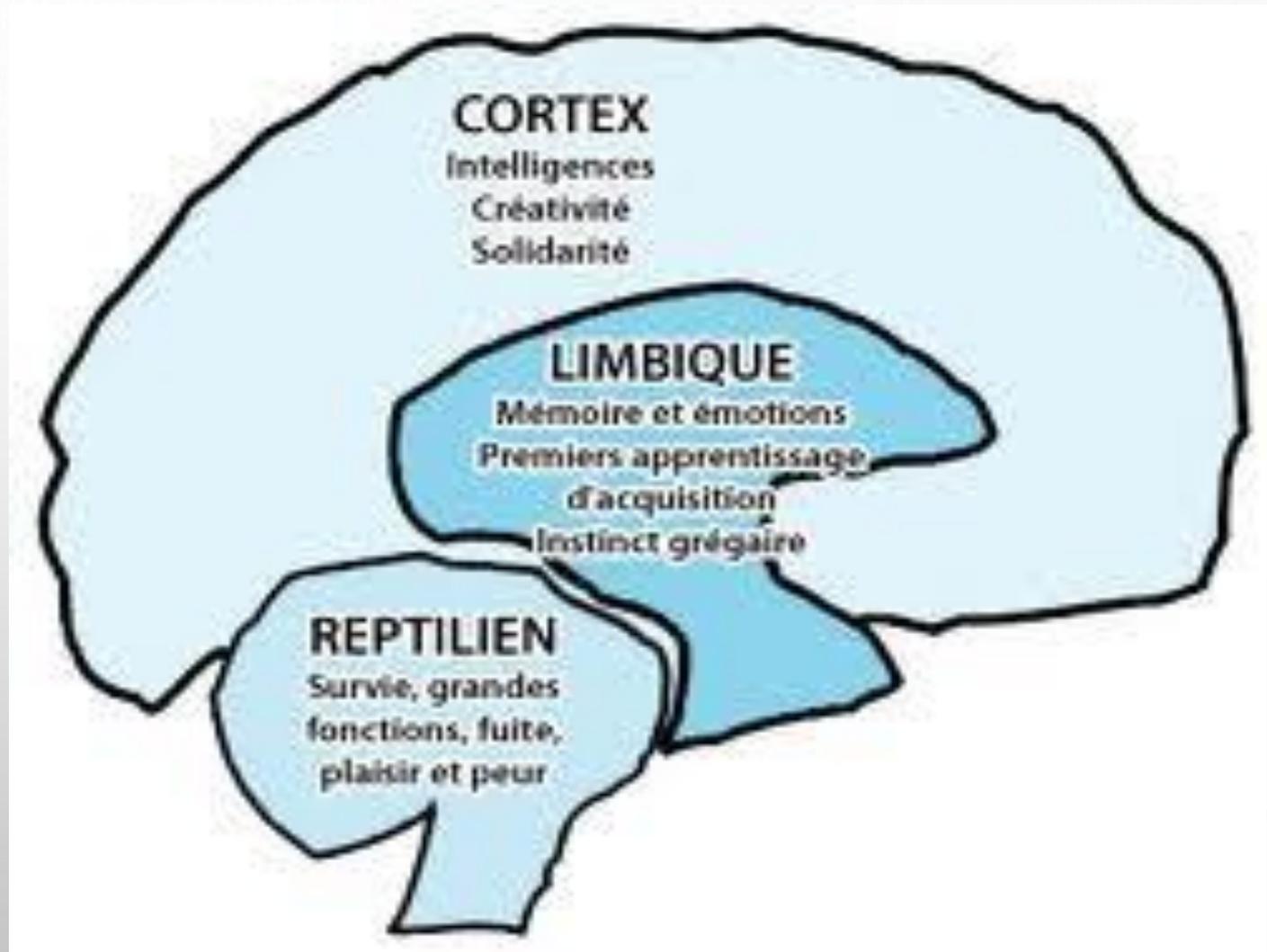
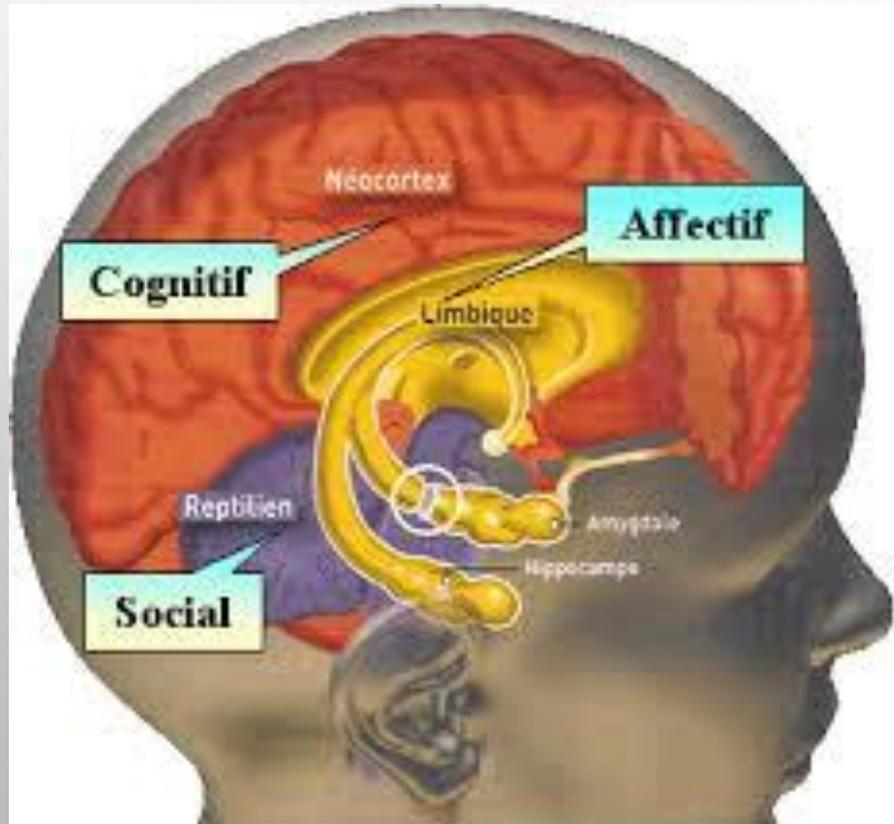
## 3. LES STADES DE DÉVELOPPEMENT





# 9 POINTS ESSENTIELS

## 4. LA MATURATION DU CERVEAU



# 9 POINTS ESSENTIELS

## 5. LES EMOTIONS CACHEES

- une émotion peut en cacher une autre !
- Le parent a tendance à sur-réagir (énervement, exaspération, etc)
- Jeux de pouvoir avec l'enfant
- Explications et justifications sans fin

# 9 POINTS ESSENTIELS

## 6. NOUVELLES MANIÈRES DE COMMUNIQUER

- **La Communication bienveillante**
- **L'écoute active**
- **Le message « JE »**
- **L'évitement des négations**

# MANIÈRES DE COMMUNIQUER

- LES 4 PRINCIPES DE LA CNV

QUAND TU FAIS ÇA...

*OBSERVATION*

JE ME SENS AINSI...

*RESSENTI*

CAR J'AI BESOIN DE...

*BESOIN*

J'AIMERAIS QUE TU FASSES TELLE ACTION

*DEMANDE*

# MANIÈRES DE COMMUNIQUER

- TECHNIQUE DES SENTIMENTS REFLECHIS  
OU ECOUTE ACTIVE

MONTREZ A L'ENFANT QUE NOUS COMPRENONS CE  
QU'IL RESSENT EN TRADUISANT SES SENTIMENTS PAR  
NOS PROPRES MOTS ET EN LES LUI REFLECHISSANT  
COMME UN MIROIR

# MANIÈRES DE COMMUNIQUER

- LE MESSAGE « JE »

DIRE SIMPLEMENT A L'ENFANT LE SENTIMENT  
QUE PROVOQUE EN NOUS  
SON COMPORTEMENT INACCEPTABLE.

# MANIÈRES DE COMMUNIQUER

- L'ÉVITEMENT DE LA NÉGATION

LE CERVEAU DE L'ENFANT NE TRAITE PAS BIEN  
LA NÉGATION : IL NE PEUT PAS À LA FOIS  
TRAITER L'IMAGE MENTALE ET LA NIER.

# MANIÈRES DE COMMUNIQUER

- L'ÉVITEMENT DES « DÉPÊCHE-TOI ! » OU « MOI JE M'EN VAIS ! »

→ CHANTER

→ FAIRE LA COURSE

→ DEMANDER : « DE QUOI AS-TU BESOIN ? »

→ FIXER LE TEMPS POUR UNE ACTIVITÉ

# MANIÈRES DE COMMUNIQUER

- **ATTENTION AUX PHRASES**

→ ON EST EN RETARD A CAUSE DE TOI ! TU M'ENERVES

→ TU ES CI, TU ES ÇA

→ ARRÊTE DE PLEURER, DE BOUGER, CALME TOI !

→ JE VAIS TE DONNER UNE RAISON DE PLEURER. J'APPELLE TON PÈRE ?!

→ SOIS SAGE !

→ JE TE L'AVAIS BIEN DIT

→ IL FAUT QUE, TU DEVRAIS...

# 9 POINTS ESSENTIELS

## 7. COMPORTEMENTS INAPPROPRIÉS DES ENFANTS

- L'immaturation neurologique
- Le stress quotidien
- La non-satisfaction des besoins
- Le manque d'information fournie par le parent à l'enfant
- Ambiance/cadre/environnement inadapté
- Inadéquation entre demande et maturité de l'enfant

SI UN COMPORTEMENT PERSISTE MALGRÉ VOS  
HURLEMENTS, PUNITIONS ET EXPLICATIONS,  
C'EST QUE VOUS N'AVEZ PAS TROUVE CE QUE LE  
JEUNE CHERCHE À OBTENIR ET DONT LE BENEFICE  
EST PLUS FORT À SES YEUX QUE TOUTES VOS  
REPRIMANDES.

GISÈLE GEORGE, *J'EN AI MARRE DE CRIER*

*SI LA CONSIGNE N'EST PAS RESPECTÉE C'EST QUE :*

*ELLE N'EST PAS APPROPRIÉE À L'ÂGE DE L'ENFANT.*

*UN BESOIN N'EST PAS SATISFAIT ET L'ENFANT N'A PAS  
ÉTÉ GUIDÉ VERS D'AUTRES MOYENS DE LE SATISFAIRE*

*L'ENFANT CHERCHE PAR CE BIAIS À ATTIRER  
L'ATTENTION DE L'ADULTE.*

*IL A ÉTÉ ENTRAINÉ PAR UN AUTRE ENFANT*

# 9 POINTS ESSENTIELS

## 8. NECESSAIRE TRAVAIL SUR SOI - ADULTE

- Travail sur les émotions
- Tuer les croyances négatives – notamment les enfants sont des tyrans et des manipulateurs
- Lâcher prise
- Être positif soi-même
- Prendre confiance en soi
- Être bienveillant envers soi-même
- Accepter sa vulnérabilité

# L'AUTO-PARENTAGE

1. LES ÉMOTIONS ONT UN LIEN AVEC NOTRE HISTOIRE

→ FAIRE LE LIEN ÉMOTIONNEL POUR IDENTIFIER

2. SE LAISSER ALLER A PLEURER – CATHARSIS

3. RE-ATTRIBUER LES RESPONSABILITES

4. APPRENDRE A SE FAIRE DES PROMESSES ET À SE  
RASSURER

5. REVENIR DANS LE PRESENT.

# 9 POINTS ESSENTIELS

## 9. PREPARER L'ENVIRONNEMENT FAMILIAL

- Aménagement
- Respect de l'enfant – âge et personnalité
- Participation de l'enfant ds les sorties
- Ecoute des émotions de l'enfant et l'inviter à les exprimer
- Exprimer les siennes
- Voir l'enfant en « évolution » - étiquettes
- Alternner fermeté et bonne humeur

The background of the entire page is a light gray gradient. It is decorated with numerous water droplets of various sizes, some large and some small, scattered across the top and bottom edges. The droplets have a realistic, glossy appearance with highlights and shadows.

# EDUCATION EMOTIONNELLE

ANA AUROUZE • WE COMMUNICATION BIENVEILLANTE • 26-27

NOVEMBRE 2016

# Le pouvoir des câlins

(plus il y en a, mieux c'est)

Ils augmentent l'ocytocine qui nous remplit d'énergie.

Ils nous permettent d'être plus patients.

C'est un grand remède contre le stress et l'anxiété.

Ils renforcent l'estime de soi (surtout chez les enfants).

Ils font produire de la dopamine pour être motivé et de bonne humeur.



Ils nous aident à lutter contre la douleur et les mauvais moments.

Ils permettent de communiquer sans dire un mot.

Ils renforcent le système immunitaire.

Ils régulent notre système nerveux

Ils permettent de montrer notre amour et notre soutien.

Il n'y a  
**jamais d'échec,**  
il n'y a que des  
**expériences.**

Michel Claeys Bouuaert -  
L'éducation émotionnelle  
de la maternelle au lycée

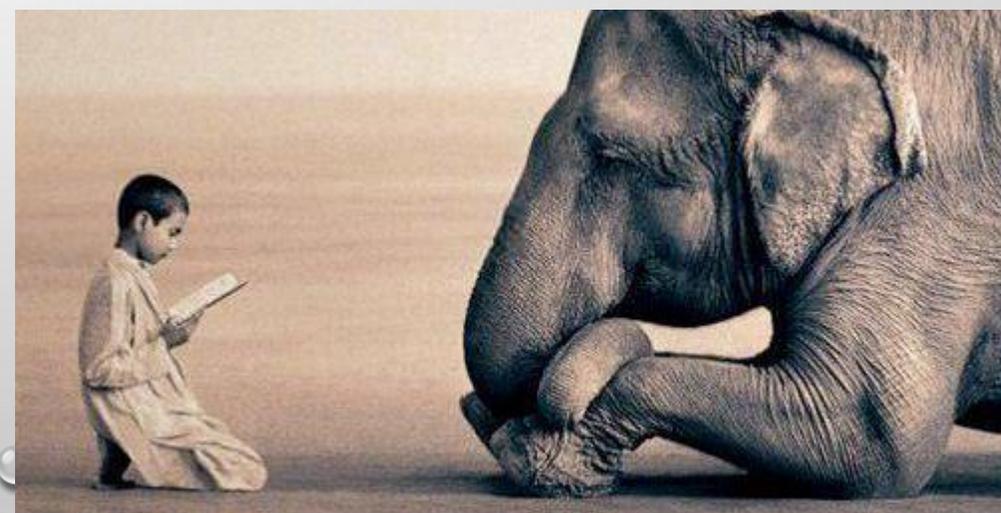


[www.apprendreaeducuer.fr](http://www.apprendreaeducuer.fr)

Quand ses parents écoutent leur enfant, l'autorisent à exprimer ses émotions, ses besoins, l'enfant sera « plus difficile » les premiers temps car il manifestera ses émotions : ses peurs, ses tristesses, ses angoisses, ses colères. Il ne les refoulera pas. Mais il saura affirmer aussi son bonheur de vivre, son émerveillement, sa gaieté, sa curiosité. Il sera plein de vie et emplira la maison de sa présence joyeuse. Au fil des années, les parents auront beaucoup plus de facilité et de bonheur à élever cet enfant épanoui, confiant, qui exprime ce qu'il est, ses besoins, ses souhaits et avec qui un dialogue pourra s'établir quand il rencontrera des questionnements ou des difficultés.

Catherine Gueguen

[anti-deprime.com](http://anti-deprime.com)



TU VAS  
LE CASSER!



Je ne suis  
pas capable...

Je t'avais prévenue!



Je suis nulle...

J'ai peur que tu laisses  
tomber le verre, fais très  
attention!



