

"PBA" spéciale tristesse

1



2



3



4



5



A répéter 3 fois...

Méthode Gordon : éviter la punition

3 types de conflit → 3 réponses différentes

1

Mon enfant se sent mal

→ je me demande dans quel état émotionnel il est (écoute empathique)

→ je recherche une solution avec lui et le laisse réaliser sa solution

2

Parent, je me sens mal (colère, impuissance,...)

→ je prends conscience de mon état émotionnel et du comportement de mon enfant

→ j'applique une discipline positive

3

Parent, enfant, nous ne sommes pas d'accord

→ je n'impose pas mon point de vue

→ je recherche un consensus afin que personne ne soit lésé