

## 7 QUESTIONS À SE POSER POUR RÉPONDRE À PRESQUE TOUTES LES SITUATIONS (SELON ISABELLE FILLIOZAT)

**N°1**

**Quel est le vécu de l'enfant ?**

Le petit enfant est prisonnier de l'immédiateté de sa réponse émotionnelle. Il n'a pas la capacité de penser pour relativiser ou hiérarchiser.

Notre réponse :

- on accueille son émotions (pleurer, crier, trembler s'il en a besoin pour se libérer de ses tensions)
- on le prend au sérieux

**N°2**

**Que dit-il ?**

Derrière l'émotion, il y a un besoin. L'enfant dit quelque chose. Ce qu'il ne sait pas dire par des mots, il le dit par des cris, de la rage, des pleurs, de la fuite, etc.

Notre réponse :

décoder ce langage émotionnel pour trouver le besoin qui se cache derrière.

**N°3**

**Quel message ai-je envie de transmettre ?**

Notre réaction face aux comportements de nos enfants vont conditionner ses croyances sur lui-même.

**N°4**

**Pourquoi je dis cela ?**

Qu'est-ce qui me pousse à dire oui ou non aux demandes de mon enfant ? Qu'est-ce qui dicte mon attitude ?

**N°5**

**Mes besoins sont-ils en compétition avec ceux de mon enfant ?**

C'est notre devoir parental d'écouter nos propres besoins et de les reconnaître. On pose certaines limites à l'enfant en fonction de nos besoins.

**N°6**

**Qu'est-ce qui est le plus précieux pour moi ?**

Pour notre enfant, nos réactions ont beaucoup plus de signification que nos mots.

**N°7**

**Quel est mon objectif ?**

Dans l'absolu il n'y a pas de bon ou de mauvais chemin. Il n'y a pas de réponse universelle, mais une réponse pour cet enfant là avec ses parents, à cet instant là de leur histoire commune.

