



PARENTS-LEADERS

10 jours pour passer de parents RÉACTIFS à parents LEADERS!



La technique du

3 - 3 - 3

PRENDRE UN PEU PLUS DE TEMPS POUR

« SE DÉPOSER »

LORS DE NOS INTERVENTIONS AFIN DE MULTIPLIER L'IMPACT!



savez-vous quelle est l'erreur la plus courante dans les interventions avec les enfants?

**Faire des interventions de façon précipité.
ça mine totalement l'impact qu'on peut avoir.**

En effet, lorsque vous devez intervenir de façon régulière avec vos enfants, il se peut que vous interveniez rapidement avec des phrases précipitées, sans mettre l'accent sur votre intervention.

À vrai dire, nous sommes tellement pris dans notre routine quotidienne, que nous passons le plus clair de notre temps dans notre tête. L'impact du temps est pourtant majeur lorsque nous devons intervenir sur nos cocos. Si nous n'intervenons pas de façon adéquate, nos informations seront perdues avant même d'atterrir dans l'oreille de notre enfant.

POUR VOUS AIDER À AMÉLIORER VOTRE
LEADERSHIP ÉDUCATIF ET VOTRE PARENTALITÉ,
E VOUS CONSEILLE D'UTILISER :

♥ MA TECHNIQUE DU 3-3-3! ♥





La technique du **3 - 3 - 3**

La technique du 3 - 3 - 3

Lorsque Je veux donner de L'IMPACT à une intervention,
SOIT parce que ça FAIT quelques fois que Je répète,
SOIT parce que Je JUGE que c'est important,

JE PEUX M'APPROCHER DE L'ENFANT ET ATTIRER SON ATTENTION

3
secondes

AVANT
pour me déposer



prendre 3 secondes en silence pour me déposer,
aller chercher son regard
et lui faire comprendre le sérieux
de mon intervention.

3
secondes

PENDANT
pour intervenir



renommer clairement ma consigne,
mon interdit ou mon attente
en prenant maximum 3 secondes.

3
secondes

APRÈS
pour marquer le sérieux



rester sur place pendant 3 secondes
et laisser transparaître ma détermination
mais aussi mon appel à la collaboration.

ce n'est pas infailable,

mais à la longue, l'enfant comprendra que lorsque vous faites cela,
vous êtes sérieux.





5 minutes de **coeur à coeur!**

CHACQUE JOUR, sans exception, à un moment DIFFÉRENT DE LA JOURNÉE,
METTEZ VOS TÂCHES ET OCCUPATIONS DE CÔTÉ POUR ALLER VOIR VOTRE ENFANT

ET PASSER 5 MINUTES COMPLÈTEMENT GRATUITES AVEC LUI.

FAITES-LE AVEC CHACUN DE VOS ENFANTS, TOUT-PETITS COMME ADOLESCENTS,
ET SELON LES MODALITÉS SUIVANTES:

- ces 5 minutes ne doivent pas être déjà prévues à l'agenda de la journée. (ni l'aide aux devoirs et leçons ni l'histoire du soir ne doit compter dans ces 5 minutes).
 - pendant cette période, mettez votre chapeau éducatif de côté et branchez-vous sur votre cœur. inspirez profondément afin de mettre votre tête en veilleuse et vous brancher sur vos émotions.
 - pendant ces 5 minutes, tentez de ne faire aucune intervention sur votre enfant, de ne donner aucune consigne et de ne faire aucun reproche. si vous devez intervenir, faites-le en souriant, de façon chaleureuse et bienveillante, avec un mot d'amour : « ATTENTION MON CŒUR À NE PAS BRISER TON AVION D'ACCORD? »
 - tentez d'ignorer les petits comportements indésirables et de reporter certaines interventions à plus tard. si l'enfant est franchement désagréable ou manque de respect, mettez fin à la période et éloignez-vous sans dire un mot, puis revenez plus tard.
 - n'enseignez rien et ne tentez pas de diriger l'activité. soyez simples et authentique et suivez ce que votre enfant désire. observez ce qu'il fait ou demandez-lui ce qu'il voudrait que vous fassiez. « HUM... TU FAIS UNE MAISON EN BLOCS? C'EST TRÈS RÉUSSI! EST-CE JE PEUX T'AJDER? » AVEC L'ADO : « OUF! PARTICULIER COMME MUSIQUE! PAS CERTAINE QUE J'AIME ÇA... TOI? QU'EST-CE QUE TU AIMES LÀ-DEDANS? »
 - pendant ces 5 minutes, focalisez votre attention à remarquer ce que vous aimez de votre enfant, ce qui vous rend fier de lui, combien vous êtes chanceux d'être son parent. intéressez-vous à ce qui retient son attention, écoutez et accueillez ce qu'il vous raconte sans faire la morale, souriez, soyez chaleureux et ouvert.
 - concentrez-vous à faire sentir à votre jeune que vous êtes heureux d'être son parent et vous sentez privilégié de passer ce temps avec lui.
- TERMINEZ CETTE PÉRIODE PAR UN COMPLIMENT OU UNE MARQUE D'AFFECTION.**

POUR NOS FORMATIONS EN LIGNE :
INSTITUTCOACHINGFAMILIAL.COM

BESOIN D'UN COACH FAMILIAL?
SOSNANCY.COM

POUR REJOINDRE NOTRE GROUPE PRIVÉ DÉFI 2023
(NOUS Y SOMMES EN DIRECT À TOUTS LES JOURS) :
GROUPE FB DÉFI PARENTS-LEADERS 2023

on se retrouve demain
pour le DÉFI #8!!

NANCY ET MARTIN! XXX

