

Introduction	11
Comment lire ce livre	15
Quelques idées clés	17

Confiance et partenariat

La tension, les peurs

La mère idéale, le père parfait	20
Pas de zéro faute !	20
Un exemple d'idée reçue : partager le jeu	21
La peur des parents pour leurs enfants	23
La peur pour l'école	24
La peur est contagieuse	25
Avouez bravement vos peurs	26
<i>Aparté : L'inutile culpabilité</i>	27

Modèles et piliers

Le modèle des parents	29
<i>Aparté : Aimant(e)s et flegmatiques, les grands-parents</i>	30
Vous êtes un pilier, une base arrière	30
<i>Aparté : les familles pas trop classiques</i>	32
<i>Aparté : Ancrage</i>	32
Avouez toutes vos émotions	33
Vous n'êtes ni leur enseignant(e), ni leur éducateur/trice et surtout pas leur psy	34
<i>Aparté : Les parents réellement enseignant(e)s ou psy pour de bon !</i>	35
Visa de confiance	36

Erreurs

L'erreur est bienvenue	38
Il y a bêtise et bêtise : jugez de l'intention	39
Une enfance calamiteuse	40
<i>Aparté : La haine qui tient debout</i>	41
<i>Aparté : L'impossible pardon</i>	41
Les errements de nos gamin(e)s	43
Les régressions	44

L'autorité

Le marchand de fessées	46
Des problèmes d'autorité ?	47
L'autorité naturelle	49
Les ordres introjectés	50

La peur de l'enfant

La peur d'être débordé(e)	52
<i>Aparté : Les cadres</i>	53
Le pouvoir de l'enfant	54
<i>Aparté : La reproduction</i>	56
<i>Aparté : Pour tordre le coup à "On ne s'en sort pas si mal !"</i>	57
Les enfants sont naturellement gentil(le)s	57
Les enfants déboussolé(e)s	58
<i>Aparté : Les parents immatures</i>	59
L'effet Pygmalion	60
<i>Aparté : Les caractères</i>	61

Réprimer l'enfant/la vie

Les forces vives	63
Le bruit des enfants, le cri des oiseaux	64
La vie en nous, adultes	65

La vie ! la joie !	66
<i>Aparté : Fille / garçon</i>	66
Le regard des autres	67

Coopération

Le Pow Wow	71
Vous plaire, vous faire plaisir	73

L'école

L'échec scolaire	75
L'école buissonnière	76
Les devoirs : enjeu parfois disproportionné	77
Le choix d'orientation	80
Ne leur coupez pas les ailes	81

A la découverte de cette personne

L'enfant est une personne

Quand l'enfant paraît	84
Le Baby blues	85
L'amour maternel/paternel	86
Votre arrivée à vous !	88
Un(e) enfant est une personne	89
L'enfant idéalisé(e)	91
L'éducation au goût	92
Tout dire : vieillesse, maladie, mort	94
<i>Aparté : Les secrets de famille</i>	96
La finesse de leurs ressentis	96
"Ce n'est rien"	97
Les désaccords avec un(e) enseignant(e), un(e) autre adulte.	99
Apprenez-leur à dire NON !	100

Respect de l'enfant

Leur corps leur appartient	103
Respect de leur rythme : le retard du matin	104
Respect de leur rythme : le jeu	105
Leurs activités : laissez-les vivre !	106
Territoire sacré : leur chambre	108
Le respect de leur vie privée	109
Tenir un secret	110
<i>Aparté : Vengeance</i>	111

Le langage

Laissez-les s'exprimer	112
Ne bêtifiez pas	113
Comme à une personne	113
Les gros mots	114
Les niveaux de langue	115

La sensibilité de l'enfant

La perméabilité des enfants aux émotions	116
Tout dire oui, mais pas confident(e)s	117
La sensibilité des enfants	119
L'injustice, la cruauté	120
Laissez-les rêver !	120
Les cauchemars	121
Les idées noires	122
Les chagrins d'amitié	124
Les phobies	125

L'enfant responsable

Vos enfants ne sont pas responsables de vos émotions	127
Les enfants se sentent responsables de tout	127

Tant d'amour	129
Le devoir d'aimer ses parents	130
<i>Aparté : Mythification de son enfance</i>	133
<i>Aparté : Amnésies émotionnelles</i>	135

L'enfant différent

Ne les enfermez pas dans des boîtes	136
Les enfants très intelligent(e)s : les déceler	136
Les enfants très intelligent(e)s : leur dire	138
Discours pour les enfants surdoué(e)s	139
Conseils aux parents d'enfants doué(e)s	141
L'enfant différent(e)	143

Et si nous avions à apprendre de nos enfants ?

Les enfants sont des modèles

Ne les considérez pas comme des/vos enfants	146
Accueillir leurs enseignements	148
<i>Aparté : L'amour inconditionnel</i>	149
<i>Aparté : Recevoir l'amour</i>	150
La leçon de nos ados	151
<i>Aparté : Les colères d'amour</i>	152
Un(e) adulte bien planté(e)	153
Les adultes n'ont pas fini de grandir	153

L'enfant miroir

Enfants miroirs	155
Les signaux des enfants miroirs	155
Consultez avant votre enfant, votre jeune	156
<i>Aparté : Les rebonds d'une vie à l'autre !</i>	158
<i>Aparté : Se sacrifier pour ses enfants</i>	158

Un exemple : La timidité de l'enfant	159
Réveil nocturne	159

Crises et conflits

Les désaccords	161
<i>Aparté : Les nerfs en famille</i>	161
En cas de crise	162
L'enfant, otage d'un divorce	163
Les caprices	165
La paresse	165
Les enfants trop sages	166
<i>Aparté : Gentil(le) et sage</i>	166
Les rivalités entre frère(s) et sœur(s)	167
Les sourdes jalousies d'un(e) adulte pour son enfant	168
Discussion en cas de crise	169
Les conflits avec les adolescent(e)s	169
<i>Aparté : Le juste milieu</i>	171

La mauvaise pente

Un(e) jeune en rupture	173
Les comportements autodestructeurs	173
Le mensonge, la sincérité	175
<i>Aparté : trois étapes charnières</i>	175
Réaffirmez votre confiance	176
Surprotection ou souffrance	177
Les entêtements	179
Les mauvaises fréquentations	179
Le mauvais genre	181

Rien n'est jamais perdu

Le déroulement d'une vie	184
Les âges de la vie	185
Retour vers votre/vos enfant(s)	187
<i>Aparté : Les relations humaines : une question de tempo</i>	187
<i>Aparté : Ecrivez - brûlez</i>	188
Le retour vers vos propres parents	188

Conclusion	193
-------------------	-----