

# Etre Parent... C'est pas un jeu d'enfant!

La conférence **INEDITE** d'Isabelle Filliozat



## **- Eduquer nos enfants... c'est pas un jeu d'enfant ! (02.06)**

Eduquer nos enfants ce n'est pas simple. Avant d'avoir des enfants, nous sommes tous d'excellents parents... puis, quand ils viennent au monde les difficultés apparaissent, nos certitudes s'effondrent, nous sommes désemparés face à certains de leurs comportements. Nous nous sentons rapidement seul et coupable.

**Il est important de comprendre ce qui se passe à l'intérieur de nous et de nos enfants.**

Isabelle Filliozat commence par expliquer le déroulement de cette conférence qu'elle souhaite interactive. Pour répondre au mieux à nos attentes, elle va construire sa conférence autour des questions élaborées par le public. Elle demande à chaque groupe formé d'écrire sur un papier, une difficulté auquel ils font face dans leur quotidien de parent.

## **- La parentalité positive, qu'est-ce que c'est ? (07.31)**

La conférence débute par une définition de la « **parentalité positive** », une parentalité qui regarde l'enfant dans **une perspective de construction**, une parentalité centrée sur **les besoins de l'enfant**. Le comportement de l'enfant est **un message** qu'il veut nous transmettre et qu'il nous faut **décrypter et interpréter, et non contrôler**.

## **- Le cerveau de l'enfant (08.38)**

Pour pouvoir être à l'écoute de leurs besoins, **il est indispensable de comprendre le fonctionnement de leur cerveau, et connaître les étapes du développement de l'enfant**. Ils n'ont pas les mêmes capacités et compétences que nous, adultes.

A 8 ans par exemple, le cerveau d'un enfant commence tout juste à pouvoir tenir 5 consignes à la fois, et il n'a pas la capacité de les organiser les unes avec les autres.

## **- L'intérêt des consignes, des routines (09.31)**

Si vous avez inscrit les choses dans **une routine** à la maison, il pourra **s'y référer**. Mais sinon, un enfant de 8 ans n'a pas la capacité de s'organiser dans le temps. Alors, quand vous lui donnez plusieurs consignes à la fois et sous la forme d'**ordre**... cela ne peut pas fonctionner. Les enfants sont autant réfractaires aux ordres que nous !

## **- Comment le cerveau de l'enfant traite les ordres (11.09)**

Pour qu'une consigne soit appliquée, **il ne faut pas seulement solliciter la zone verbale du cerveau (c'est le cas quand on donne un ordre) mais aussi la zone préfrontale du cerveau, qui amène à la réflexion**.

Isabelle Filliozat donne un exemple « *Va chercher ton cartable !* »... l'enfant monte les marches pour aller dans sa chambre et, arrivé là-haut, il a oublié ce qu'il venait chercher... « *Qu'est ce que tu fais ce matin ?* » « *Je vais l'école.* » « *Tu as besoin de quoi ?* » « *Mon cartable !* »... et l'enfant monte le chercher.

**S'adapter aux compétences** de l'enfant permet d'éviter les heurts, les incompréhensions. Et il est important de **comprendre les causes d'un comportement**

**excessif.** Cela peut être l'expression d'un besoin, d'une émotion refoulée ou d'une charge de stress.

### **- La théorie de l'attachement (14.52)**

Isabelle Filliozat énonce la première question « **Ma fille de 20 mois s'endort sans problèmes mais dès que je suis là c'est impossible, que faire?** »

**Avant de faire et vouloir faire, il faut comprendre ce qui se passe.** Pourquoi s'endort t-elle plus facilement avec d'autres personnes? Pourquoi l'enfant n'arrive pas à s'endormir quand ses parents ne sont pas là ?

Parce que ces personnes sont la figure d'attachement de l'enfant.

### **- Extrait de « l'enfance pas à pas » (Arte 2006) (15.09)**

Isabelle Filliozat commence par nous présenter une expérience sur **la figure d'attachement : L'attachement selon Jon Bowlby (l'empreinte selon Conrad Lorenz)**. En étant le premier visage vu par les petits canetons, Jon Bowlby est devenu leur figure d'attachement, la personne avec qui il se sente en sécurité ...

L'attachement c'est l'équivalent de l'empreinte chez l'animal pour les humains. Sauf que contrairement à l'empreinte qui est immédiate chez l'animal, le lien d'attachement à la figure d'attachement principale met 9 mois à se construire.

### **- La figure d'attachement principale (18.11)**

**La figure d'attachement principale** est la personne qui va nourrir l'attachement de l'enfant, la personne qui va s'occuper de l'enfant en priorité et de façon privilégiée, **qui va lui permettre de grandir et de construire son intelligence en toute sécurité...** le plus souvent la maman.

Et plus la figure d'attachement nourrit ce lien plus on remplit le réservoir de l'enfant et plus on développe ses compétences émotionnelles, sociales et intellectuelles.

### **- Le comportement de l'enfant avec la figure d'attachement (23.56)**

Alors comment comprendre que cette petite fille n'arrive pas à s'endormir avec sa figure d'attachement ?

L'enfant se nourrit de sa figure d'attachement, et profite au maximum de sa présence pour remplir son réservoir affectif. **Ce n'est jamais une intention de l'enfant de nous embêter.** Alors parfois, il peut être très dur pour l'enfant de s'endormir sans cette figure d'attachement, car **le besoin de l'enfant est de se ressourcer, de se rassasier en confiance, en amour inconditionnel,** avant de lâcher prise sur cette séparation qu'est le sommeil.

**Et parfois, c'est l'inverse ! L'enfant va avoir des comportements excessifs avec sa figure d'attachement avant de s'endormir** (ou autre moment), parce qu'elle est justement la personne en qui il a le plus confiance et avec qui il se sent parfaitement en sécurité, la ressource en laquelle il peut **décharger ses émotions, ses surcharges émotionnelles.**

Isabelle Filliozat donne deux exemples pour illustrer ce rapport à la figure d'attachement.

- Alors qu'ils ont passé une très bonne journée à la crèche, et que jusqu'ici tout se passait bien, maman rentre du travail. Les enfants se métamorphosent et deviennent des terreurs. L'enfant qui a accumulé des tensions toute la journée, qui est plein émotions refoulées, explose alors avec la figure d'attachement. Il va décharger son stress sur la personne en qui il a le plus confiance...

### **- Les jeux de « bagarre avec papa »... créent de l'attachement (29.15)**

- « Quand le papa rentre du travail le soir, il commence à jouer à la bagarre avec l'enfant et évidemment au bout de quelques minutes l'enfant s'énerve, pleure... et ils arrêtent le jeu. »

C'est pourtant une bonne chose. **En jouant avec l'enfant, le papa remplit le réservoir affectif de l'enfant**, qui se sent alors en confiance. C'est pour cette raison qu'il **peut se décharger de ce qu'il a de trop plein à l'intérieur**, qu'il peut se livrer en toute sécurité. Alors, continuons le jeu en étant attentifs au sentiment de l'enfant, à l'écoute de ses besoins.

### **- Comment débloquer une situation sans en arriver à la punition ? (31.06)**

Isabelle Filliozat en arrive à la deuxième question : **Face à une situation de blocage, comment la débloquer sans arriver à une punition ? Ou doit-on laisser faire ?**

Laxiste ou autoritaire ? N'a-t-on pas d'autres choix ? Isabelle Filliozat précise avec humour : Et finalement qui bloque dans une situation de blocage ? Si ça bloque, c'est que nous sommes deux à bloquer !

### **- Comment débloquer certaines situations, en décodant les émotions ? (32.41)**

Comment faire face à ces situations de blocages ? Déjà, en les évitant ! Pour ne pas bloquer une situation, il faut **écouter les besoins de l'enfant** sans chercher à interpréter tout ce qu'ils disent au pied de la lettre. Ils n'ont pas la capacité à formuler les choses de la même façon que nous.

### **- L'impact du stress et des émotions réprimées sur le comportement des enfants (36.30)**

Mettre des limites ? Dans quel but ? **Ce n'est pas une intention perverse et négative de l'enfant de s'opposer à nous**. Un enfant qui bloque... est un enfant qui est plein de stress, de tensions... mais **qui n'est pas capable de vous l'exprimer** avec des mots. A nous de l'aider à décoder son comportement, son blocage en l'accompagnant dans sa recherche de solutions.

### **- L'amygdale et les émotions (40.00)**

**Le stress, les émotions réprimées c'est physiologique, et non psychologique. Nos émotions sont à la racine de notre sentiment d'être, à condition d'être entendu, écouté.**

Dans le cerveau, l'**amygdale**, qui est **le récepteur et le gestionnaire de ces états de stress**, va déclencher une décharge d'hormones qui va mobiliser le corps vers l'action. **Les zones néo-corticales** viendront par la suite **tempérer** nos réactions.

### **- Le stress (41.01)**

**Le stress c'est la réaction non spécifique de l'organisme** qui va permettre à l'être humain de réagir à un message de « danger ».

Quand notre enfant est particulièrement énervé, **regardons quelle est la charge de stress dans son organisme** : déménagement, deuil, dispute des parents, avec un copain, naissance d'un petit frère...

### **- La réaction au stress : Attaque, fuite ou figement (42.00)**

Isabelle Filliozat prend l'exemple de l'homme préhistorique qui se retrouve face à un mammoth. Dès que l'amygdale percevait le danger, elle déclenchait la charge d'adrénaline (pour répondre au besoin d'énergie) et de cortisol (il joue un rôle d'anti-inflammatoire) nécessaire au corps pour réagir soit :

- **par l'attaque (fight)** : Je fonce sur le mammoth pour le tuer.
- **par la fuite (flight)**: Je fuis le mammoth à toutes jambes !
- **par le figement (freeze)**: J'adopte la stratégie de la souris morte face au chat en espérant que le mammoth ne me voit pas. Je me pétrifie sur place pour ne pas qu'il m'attaque.

### **- L'Impact de nos réactions sur notre organisme (43.58)**

**L'attaque, la fuite, et le figement**, sont les trois réactions que notre corps a développé, pour pouvoir faire face aux sollicitations de l'environnement, aux dangers. Ces réactions vont avoir un impact plus ou moins négatif sur notre organisme.

C'est **l'attaque** qui va le moins nous abîmer corporellement, car tout **l'énergie présente dans l'organisme va être déchargée**.

Dans **la fuite**, j'utilise les tensions distribuées à l'intérieur de moi **mais sans la sensation de puissance, donc je vais avoir plus tendance aux maladies**.

Ceux qui **se figent** sont ceux qui s'abîment le plus. **Le stress reste à l'intérieur de leurs corps, crée des blocages, et continue d'abîmer les artères, le cœur...**

Isabelle Filliozat explique que quand un enfant se défige, **il reporte son stress**, ses émotions réprimées **en agressant quelqu'un d'autre...** souvent la maman, **sa figure d'attachement** qui l'aime inconditionnellement. Encore une fois, il ne faut pas mal l'interpréter, ce n'est pas un rejet, c'est **un message que votre enfant cherche à vous transmettre**, il vous demande de l'aide. **Il faut accueillir ses émotions et tenter si possible de corriger, changer ce qui influe négativement sur le comportement de l'enfant. Il faut comprendre le « soucis qu'il a dans son cœur »**. Le plus souvent c'est la charge de stress qui va nous donner la réponse.

### **- L'ocytocine : l'hormone de l'amour (48.21)**

Isabelle Filliozat revient sur « Comment calmer les stress ? ». En plus de résoudre le problème de l'enfant, **ce qui calme l'amygdale** qui sonne l'alarme dans le corps, **c'est l'ocytocine**. Une hormone qui nous permet de nous sentir rassuré, qui nous calme, qui nous rend empathique envers autrui, qui nous permet de nous sentir aimé. **C'est l'hormone de l'amour, l'hormone du bonheur**.

Donc concrètement, quand mon enfant, quel que soit son âge, a un comportement inadapté, la première chose à faire, c'est un câlin... Scandaleux ?!?

### **- L'amour ce n'est pas une récompense, c'est un carburant (49.02)**

Difficile pour nous adultes de donner un câlin à un enfant qui vient de faire une bêtise... Et pourtant **l'amour ce n'est pas une récompense, c'est un carburant.**

Isabelle Filliozat ironise à travers un exemple : « *Vous imaginez dire à votre voiture... on est à Talence, tu m'emmènes à Bordeaux et... une fois à Bordeaux si tu m'as conduit correctement, je te mets de l'essence. Nous ne faisons pas ça! Nous mettons de l'essence et après nous espérons bien qu'elle va nous y conduire.* »

### **- Le réservoir affectif (50.13)**

Et bien pour nos enfants c'est la même chose : **on donne l'amour, on remplit le réservoir de manière inconditionnelle, même (et surtout !) dans les situations conflictuelles!**

Pressés par le temps, nous laissons trop souvent les enfants partir à vide à l'école, avec un réservoir niveau 0. Cela explique que certains enfants vont chercher à remplir leur réservoir auprès des copains... en déconnant, se faisant punir... Alors il vaut mieux remplir ce réservoir avant qu'il ne soit vide !

Car oui, il a besoin d'attention. On le dit d'ailleurs très bien : « *Tu fais l'intéressant ! Elle attire l'attention sur elle !* » **Si votre enfant montre un besoin d'attention, vous devez l'interpréter comme un vrai besoin auquel il faut répondre, que son réservoir émotionnel se vide et qu'il a besoin de se recharger en amour inconditionnel.**

### **- L'attachement : un besoin fondamental (53.45)**

Isabelle Filliozat nous rappelle que **le besoin d'attachement est un des besoins vitaux** de l'être humain, qu'il prime sur le besoin de nourriture. **Le besoin d'attachement vient juste après le besoin de respirer.** Un petit singe ou un humain, préférera se laisser mourir de faim plutôt que de renoncer à recevoir de la tendresse. **L'attachement est primordial**, et si l'enfant cherche de l'attention il est important de la lui donner. Ce n'est pas conscient de la part de l'enfant, c'est **le niveau de stress** (et le cortège d'hormones) de l'enfant **qui va déclencher hyperactivité, défiance, arguties...**

### **- Comment remplir le réservoir affectif au quotidien (57.00)**

L'idée, c'est de prévenir et remplir le réservoir de notre enfant dès le matin! Le but est de prendre son temps, prendre plaisir à vivre ensemble, de se nourrir du quotidien... On peut jouer à s'habiller.. **Chaque moment où nous n'éprouvons pas de plaisir avec notre enfant est un moment perdu, inutile.**

### **- Comprendre nos réactions face à un comportement d'opposition (58.10)**

Et il n'y a pas que nos enfants qui ont besoin d'ocytocine! Nous aussi nous avons besoin de calmer notre stress, pour ne pas envenimer une situation difficile.

Isabelle en arrive à la troisième question : « **Comment être le parent qu'on voudrait être ?** »

### **- D'où viennent nos explosions, nos réactions excessives ? (1.00.00)**

Comment notre cerveau peut assimiler notre enfant, que nous aimons profondément, à un ennemi ? à un mammoth ?

Les scientifiques ont pu grâce à un IRM fonctionnelle observer ce qui se déroule dans le cerveau d'un parent. Quand on montre à un parent une image de son enfant en train de pleurer, son cerveau se remplit d'ocytocine et les zones du *care taking*, liée à l'empathie naturelle, s'allument.

La réaction spontanée du parent qui aura lui aussi reçu l'attachement dont il avait besoin petit, sera d'aller prendre soin de l'enfant. Mais ce n'est pas le cas chez tous les parents.

Lorsque le parent n'a pas reçu l'attachement dont il avait besoin enfant, les récepteurs d'ocytocines diminuent dans son cerveau. Quand un enfant a été maltraité dans son enfance, cela altère ses gènes, et ce pour trois générations.

Un parent qui n'a pas reçu l'attachement nécessaire, qui a été rejeté par ses parents, qui n'a pas eu son réservoir suffisamment rempli, qui a une amygdale hyper-réactive, va réagir comme s'il était dans une situation de stress, et l'enfant devient alors un danger potentiel.

**Un parent qui hyper réagit, crie... n'est pas un mauvais parent.** C'est un parent sous stress, qui a besoin de prendre soin de son amygdale et de restaurer ses capteurs à ocytocine : câlins, contacts, guérison de son passé...

**C'est la peur du rejet qui nous fait crier sur nos enfants.** Nous ne crions pas sur nos enfants parce qu'ils font des bêtises ou ont un mauvais comportement. Nous crions sur nos enfants parce que **nous ne savons pas gérer notre cerveau**, parce que nous **avons peur d'être mis l'écart** comme nous l'avons vécu petit.

### **- Vidéo « L'expérience du visage impassible » (1.07.07)**

(A voir aussi sur : <https://www.youtube.com/watch?v=OgzWqcsA21I>)

Isabelle Filliozat nous présente une vidéo qui illustre la peur du rejet « **Still face experience** » : « **L'expérience du visage impassible** »... Un nourrisson dont la maman cesserait d'interagir avec lui, se sent instantanément nié, ignoré, il se désorganise, pleure. Cette réaction est **physiologique**. Plus grand, quand l'enfant ne reçoit pas l'attachement dont il a besoin, il va également se désorganiser. **Ce sont des tentatives de réponses face à ce qui se passe à l'intérieur de lui.**

### **- Que faire face aux décharges émotionnelles de nos enfants ? (1.12.05)**

La réponse est dans la vidéo. Nous devons réussir à **calmer ce qui se passe dans le cerveau de l'enfant. Une émotion, le stress c'est trois phases :**

**Le moment de charge, le montant de tension et le moment de décharge.** Nous confondons la décharge d'une trop grande charge de stress avec de la colère.

Une colère est dirigé frontalement contre vous : il vous dit fermement « *Non je ne veux pas* ». Mais si il se désorganise complètement, qu'il se transforme en « pantin hystérique », il a une décharge de stress. **L'urgence est de rétablir l'attachement, de lui donner du carburant pour qu'il puisse gérer ce qui se passe à l'intérieur de lui.**

Il faut l'aider à **apaiser son cerveau**, en le faisant crier, courir, boire de l'eau, faire un jeu de bagarre...

**Les enfants d'aujourd'hui ne sont pas plus difficiles qu'hier, c'est la société dans laquelle nous vivons qui a changé.**

**- Les effets de l'alimentation, du sucre, des bonbons et des additifs alimentaires (1.17.30)**

Isabelle Filliozat tend une sucette à une personne du public et lui demande lire ce qui est inscrit sur l'emballage : « **Peut avoir des effets indésirables sur l'attention et l'activité des enfants** ». Traduction : cela les rend hyperactifs, incapables de gérer leurs émotions et de se concentrer !

Isabelle Filliozat dénonce également la nocivité de certaines denrées de notre **alimentation occidentale moderne, et leurs impacts négatifs sur le comportement de nos enfants**:

- Les additifs alimentaires comme l'**E211**, va asphyxier les cellules, donc rendre hyperactif.
- **la viande de bœuf nourrie au maïs**, va faire baisser le niveau d'oméga 3 (indispensable pour nourrir notre cerveau) et multiplier par 10 à 20 les oméga 6 (qui sont inflammatoires).
- **le sucre raffiné, la farine raffinée**, majore la violence, perturbe les capacités de gestion émotionnelle de l'enfant et va provoquer des pics d'hypoglycémie et de glycémie.

Des expériences ont été faites aux Etats Unis dans des prisons et des établissements scolaires : quand les sucres et les farines raffinés ont été supprimés, la violence et les incivilités diminuent de 47 à 51 %.

Isabelle Filliozat reproche à la France d'être le pays **le plus autoritaire d'Europe et le plus réfractaire à une loi bannissant les châtiments corporels**. L'autorité va à l'encontre des comportements physiologiques de l'enfant.

Pour comprendre les crises de rage de nos enfants, leurs comportements excessifs, nous devons tenir compte de **ce qui se passe dans leur corps**: Est-il stressé parce qu'il a un problème dans son cœur ou est-il stressé par l'impact de son alimentation sur son organisme ?

**Il est indispensable de l'aider à évacuer ce stress afin qu'il décharge ses tensions en toute sécurité, qu'il puisse se construire et identifier ce qui se passe à l'intérieur de lui.**

**- Comment faire en sorte que l'enfant reste lui-même face aux émotions de leurs parents ? (1.26.58)**

Isabelle Filliozat répond à la question : **Comment faire en sorte que l'enfant reste lui-même face aux émotions de leurs parents ?**

En les maîtrisant! Si nos émotions sont de véritables émotions, l'enfant va développer de l'empathie naturelle. Si nos émotions sont les mêmes que celles ressenties face à un danger (le mammoth !), cela les perturbe énormément.

### **- Comment aider les enfants à nous exprimer leurs émotions ? (1.28.04)**

Sans chercher à vous excuser de vos réactions excessives (nous sommes tous humains !), vous pouvez demander à votre enfant : « *Qu'est ce que tu as ressenti dans ton cœur quand tu m'as vu crier? Qu'est ce que ça t'as fait à l'intérieur de toi ? Qu'est ce que tu as pensé dans ta tête ?* ». **Accepter, reconnaître, accompagner ses émotions... Enseignez à vos enfants ce qui va les aider à se construire...** N'oublions pas que les enfants nous imitent et apprennent de ce que nous leur enseignons.

### **- Comment faire quand, au sein d'un couple, les parents ne sont pas sur la longueur d'onde ? (1.30.52)**

Isabelle Filliozat choisit une nouvelle question: **Comment faire quand, au sein d'un couple, les parents ne sont pas sur la longueur d'onde en ce qui concerne l'éducation bienveillante ? Comment l'enfant peut-il le gérer ?**

Que faire quand l'autre parent n'est pas dans la direction du paradigme de l'attachement et va privilégier les limites, les punitions?

Avec ce que nous venons de voir, nous savons qu'un parent autoritaire est un parent qui vit également une détresse intense avec une amygdale hyperactive. Le parent voit l'enfant comme un animal qu'il faut dresser. C'est un parent qui a besoin d'être entendu, compris et qui a besoin de calmer son amygdale...

### **- L'empathie (1.35.00)**

Même si dans un premier temps il va vous rejeter, être déstabilisé par cet attachement qui est nouveau pour lui, regardez le tendrement, soyez empathique et faites lui un câlin !

**L'objectif est de calmer le cerveau pour que le cœur puisse s'ouvrir, et que nous puissions vivre de meilleurs moments en famille.**

Le temps passe trop vite avec un enfant, **alors transformons ce quotidien en moments de qualité.** Nous avons besoin de **vivre les choses autrement...** respirer, nourrir notre propre cerveau, calmer notre stress, accompagner et calmer le stress de nos enfants, écouter leurs émotions, comprendre leurs réactions...

Isabelle Filliozat redistribue alors les questions auxquelles elle n'a pas répondu, et demande aux groupes formés en début de conférence d'y répondre, grâce à tous les éléments donnés au cours de la conférence.

### **- Le besoin d'autonomie et le libre arbitre (1.38.25)**

Isabelle Filliozat revient sur le **besoin d'autonomie** de l'enfant. **Notre cerveau pré-frontal sert à réguler nos émotions**, à anticiper, et il **sert notre libre arbitre**. Quand l'enfant n'a pas d'espace de liberté dans ses choix, qu'il n'est pas amené à réfléchir par lui-même, **frustré** de ne pas pouvoir utiliser son cerveau pré frontal, il va s'opposer. **Tous les humains ont besoin d'utiliser leur libre arbitre.**

Pour activer le cerveau pré frontal, il faut limiter le verbal. Au lieu de faire des grandes phrases, limitez vous au « *douche* », « *lumière* », « *pyjama* »...

**En résumé, face à une situation conflictuelle avec votre enfant, identifiez les raisons. Est-ce :**



- une trop grosse charge de stress
- des émotions bloquées
- les effets de la nourriture sur son organisme
- un besoin d'attachement pas suffisamment nourri
- un besoin de libre arbitre pas suffisamment nourri

### ***- Informations supplémentaires (1.42.07)***

Avant de clôturer la conférence, Isabelle Filliozat nous donne **quelques informations supplémentaires**.

- Le cerveau d'un enfant de trois ans ne peut pas tenir plus de deux consignes à la fois.

- Un enfant va systématiquement aller dans la direction de l'image que le parent aura projeté dans sa tête : Si je dis, « ne va pas toucher ce pupitre », l'enfant voit le pupitre dans sa tête et va aller le toucher... j'ai mis une image dans sa tête, c'est comme si je lui en avait donné l'ordre! Alors on transforme nos consignes. Au lieu de donner l'ordre, « Ne montes pas sur la table », on explique « les pieds restent sur le sol ».

### ***- Clôture de la conférence (1.43.17)***

Isabelle clôture la conférence en remerciant le public de ces émotions partagées, en évoquant différents ouvrages sur la relation avec nos enfants, en présentant le programme d'accompagnement à la parentalité consciente et respectueuse en cours de création avec Camille et Olivier du blog [www.les-supers-parents.com](http://www.les-supers-parents.com), et en invitant le public à un stage sur «la grammaire des émotions».

## **Un mot pour celles et ceux qui veulent aller plus loin !**

« **Le Programme d'accompagnement à la Parentalité Consciente et Respectueuse** »

En cliquant sur le lien ci-dessous, vous découvrirez la fameuse **opportunité exceptionnelle** dont nous vous avons parlé : la possibilité d'embarquer, avec Isabelle Filliozat et nous-même, dans une aventure unique.

Nous sommes actuellement en phase de création d'un programme d'aide et d'accompagnement à la parentalité, en ligne. Ou plutôt en phase de **co-crédation** ! Le contenu du programme est en effet créé **en collaboration avec une équipe de «parents partenaires»**... dont vous pouvez faire partie à des **conditions très avantageuses** !

C'est le Bonus 3 qui va avec votre pack «La conférence inédite d'Isabelle Filliozat» !

Cliquez ici : <http://www.parentalite-bienveillante.com/une-opportunite-exceptionnelle/>