

STÉPHANIE
DAMOU-SABRY

Coach parentale
Médiatrice
Enseignante

L'obéissance sans cris ni punitions

10 clés pour fixer
des règles respectueuses
et constructives



Hatier
parents

STÉPHANIE DAMOU-SABRY

L'obéissance

sans cris
ni punitions

Hatier
parents

Pour plus de conseils et d'astuces, rendez-vous sur :



La boîte à outils des familles uni(qu)es

Développement de l'enfant, scolarité, vie quotidienne ou activités,
retrouvez de nombreux contenus d'experts pour les enfants de 0 à 14 ans.

www.parentips.fr

0 - 3 ans



Les 4 piliers
pour une éducation
respectueuse

3 - 6 ans



7 conseils d'expert
pour créer un climat
de bienveillance

3 - 6 ans



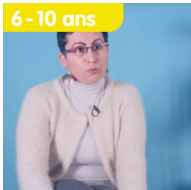
Colères ou bêtise :
faut-il punir ?

3 - 6 ans



10 règles d'or
pour mieux dialoguer
avec votre enfant

6 - 10 ans



[VIDÉO] Se faire obéir
sans cris ni punitions

10 - 14 ans



L'éducation positive
est-elle vraiment
efficace ?

De la même autrice





@coach_stephaniedamou



cmfo.fr

Stéphanie Damou-Sabry est coach professionnelle depuis 15 ans, consultante, médiatrice, enseignante dans le supérieur et maman.

En formation continue et renouvelée, Stéphanie accompagne également des enseignants et autres acteurs de l'Éducation nationale depuis 9 ans, sur des sujets variés.

Diplômée en Coaching Université de Paris 2, certifiée Praticienne en PNL et Médiatrice Humaniste, elle propose régulièrement des ateliers riches en échanges, apports théoriques et pratiques, mises en situation, jeux... pour avancer ensemble sur le chemin de la parentalité.



Introduction	8
PARTIE I : Les enjeux de l'obéissance	12
PARTIE II : Les 10 clés	26
CLÉ N° 1 : Interrogez-vous sur vos attentes ...	28
CLÉ N° 2 : Débarrassez-vous de certaines idées reçues	40
CLÉ N° 3 : Soyez à l'écoute de ses besoins ...	50
CLÉ N° 4 : Définissez ensemble un cadre clair	60

CLÉ N° 5 :	Restez ouvert(e) au dialogue	72
CLÉ N° 6 :	Responsabilisez votre enfant	80
CLÉ N° 7 :	Ajustez votre voix et votre posture. . .	88
CLÉ N° 8 :	Créez des routines.	96
CLÉ N° 9 :	Bannissez toute forme de chantage (et de menace).	102
CLÉ N° 10 :	Sanctionnez sans punir	116
Conclusion		122
Ressources utiles		124



Cela fait maintenant 15 ans que j'interviens dans la sphère de l'éducation en général, auprès de publics variés tels que familles, couples, parents, enseignants, équipes pédagogiques, personnel de direction, infirmières, assistantes sociales, personnel de la petite enfance, et également jeunes adultes, adolescents et parfois enfants. Au fil de ces années, j'ai eu à accompagner des personnes, toutes singulières, mais souvent avec des problématiques et des besoins proches, que je pourrais décrire par les questionnements suivants : Comment faire pour que mon enfant soit heureux ? Comment donner confiance à mon enfant ? Comment mieux communiquer entre nous ? Comment aider mon enfant à se motiver pour faire ses devoirs ? Comment l'aider à être autonome ? Comment faire pour qu'il m'écoute ? Comment dire à mes parents qu'ils me laissent tranquille ?

Bien souvent, les meilleures intentions du monde sont là, pour aider l'autre, ses enfants, sa famille.