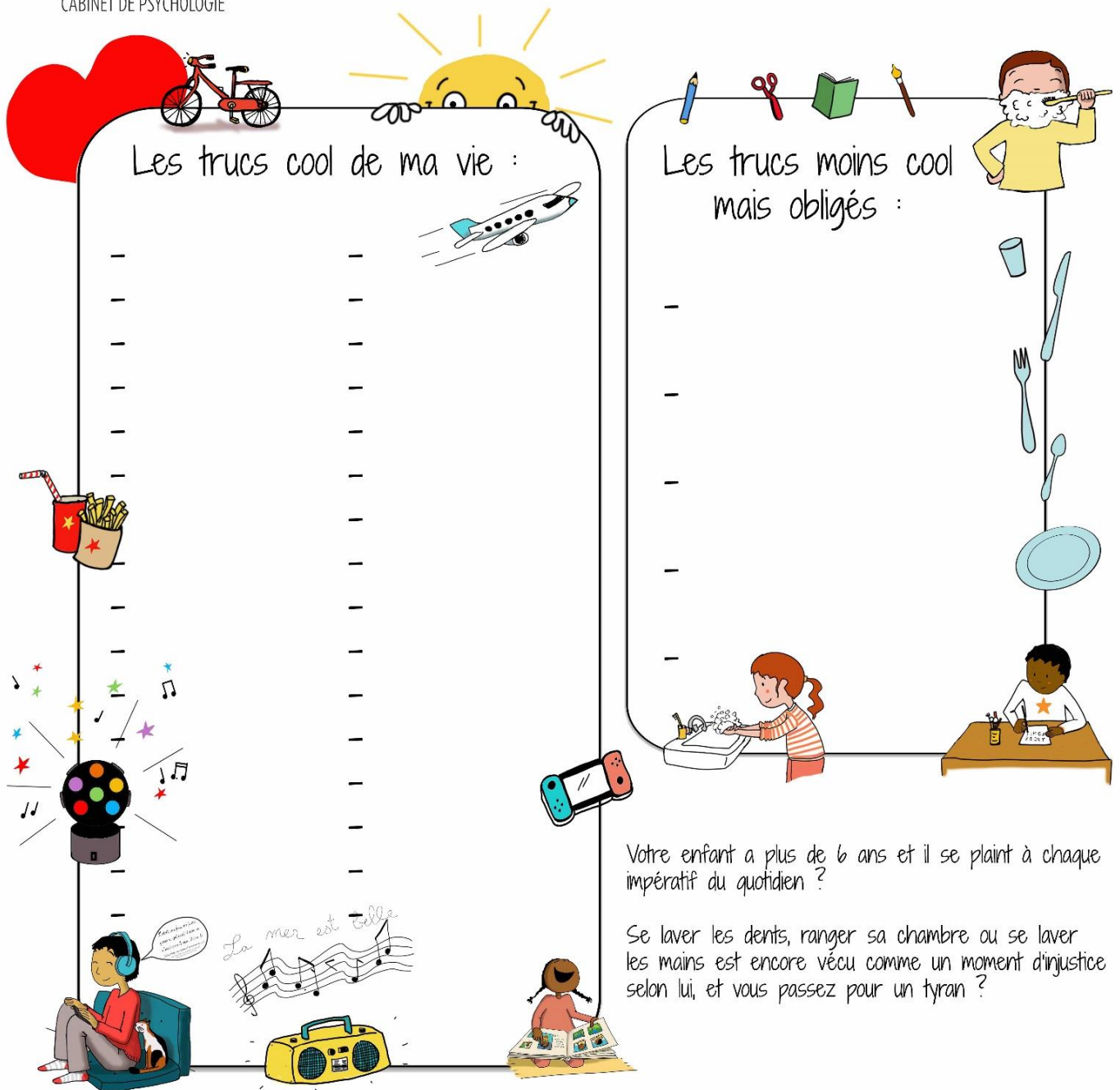


## Regarde la vie est belle !



Les trucs cool de ma vie :

Les trucs moins cool mais obligés :

Votre enfant a plus de 6 ans et il se plaint à chaque impératif du quotidien ?

Se laver les dents, ranger sa chambre ou se laver les mains est encore vécu comme un moment d'injustice selon lui, et vous passez pour un tyran ?

Prenez le temps de remplir cette liste avec lui, avec tendresse et à distance des disputes. Demandez-lui ce qu'il aime le plus dans la vie, dressez toutes les choses que vous faites pour le rendre heureux (inviter des amis à dormir, partir en vacances, prendre l'avion, s'acheter des nouvelles chaussures, perdre une dent, jouer au tennis avec papa, etc...).

Etablissez ensuite la liste des choses moins rigolotes mais obligatoires (n'hésitez pas à découper l'école en différents moments afin d'en trouver des positifs, comme la récré, le sport, les exposés, les fetes de fin de d'année, avoir une bonne note, etc...). La liste "plaisir" doit être écrasante !

Insistez sur le fait que les obligations doivent être expédiées pour gagner du temps de plaisir, et rendre la vie encore plus belle !