



L'idéal en cas de conflit, c'est de chercher «**ensemble**» une solution qui **satisfasse tout le monde**, et ne donne à personne l'impression d'**avoir perdu**. Cela suppose que :

- ★ Personne ne se sente «**supérieur**» à l'autre. Pour les parents, cela implique une réflexion sur le sens qu'on donne à l'autorité : il faut apprendre à faire respecter ses besoins **sans faire intervenir la notion de pouvoir**.
- ★ Les parents sachent **affirmer leurs besoins** et considérer leurs demandes comme importantes et **légitimes**, surtout lorsqu'ils ont pris l'habitude de céder lors des conflits avec leur enfant.
- ★ Les parents sachent **écouter vraiment** leur enfant et s'exprimer avec des **messages « JE »** (qui expriment leur ressenti).

Pourquoi ça fonctionne avec les enfants ?

- ★ Comme l'enfant a participé à l'élaboration de la décision :
 - ➔ Il est **motivé** à appliquer la solution trouvée.
 - ➔ Elle ne lui est **pas imposée**, il l'accepte donc plus naturellement.
 - ➔ Il se sent **engagé, responsable** de la mettre en œuvre.
 - ➔ Il n'a pas l'impression d'avoir «**perdu**».
- ★ L'enfant sent que ses parents lui font **confiance**.
- ★ Chercher une solution ensemble permet de **comprendre les vrais besoins de chacun** et notamment ceux des enfants. En connaissant le vrai besoin et donc le vrai problème, on trouve une vraie solution, qui va régler le problème en profondeur, parfois définitivement.
- ★ Les solutions trouvées par les enfants sont souvent très bonnes : originales, créatrices et surtout efficaces, puisque **adaptées à leurs besoins**... Les parents ont généralement moins besoin de répéter !
- ★ Faire participer l'enfant à la recherche de solutions permet de développer sa **créativité**, sa **capacité de raisonnement** et de **déduction**. C'est également un bon moyen de lui apprendre à être **attentif aux sentiments et aux besoins des autres**.
- ★ Lorsque le conflit est résolu «ensemble», de façon acceptable pour tous, cela **rapproche les enfants et les parents** qui perçoivent la nécessité de «comprendre et respecter» les besoins de l'autre. La colère et l'hostilité laissent place à la **tendresse** et à la **complicité** !
- ★ Cette approche de la résolution de conflits **renforce l'estime de soi** de l'enfant : il comprend qu'il est aussi important qu'un autre (notamment qu'un adulte), qu'il a une vraie place dans la famille.

Comment faire ?

(Ces 6 étapes sont inspirées de la «**résolution de conflits sans perdant**» de **Thomas Gordon**)

1 - Identifier et définir le problème :

- ✓ **Décrire la situation** le plus précisément possible, sans jugements.
- ✓ **Identifier: Quel est le problème ?** (en relation avec le besoin sous-jacent.)
- ✓ **Expliquer la méthode** : «*Je souhaite que l'on trouve une solution qui soit acceptable pour nous deux, sans perdant et qui respecte les besoins de chacun.*»
- ✓ Vous pouvez expliquer à vos enfants vos motivations personnelles à voir les choses changer, pourquoi vous êtes investis. «*J'ai besoin de plus de calme pour réussir à me concentrer.*»

2 - Enumérer les solutions possibles :

- ✓ «*Que pourrions nous faire ?*», **laisser l'enfant énumérer ses idées**, puis proposer à votre tour au moins 3 solutions.
- ✓ **Noter toutes les solutions proposées** par chacun, jusqu'à ce que vous n'avez plus d'autres idées. Mais **ne surtout pas les évaluer ou les commenter** à ce stade.

Si les enfants sont jeunes, il se peut qu'au début, ils n'aient pas beaucoup d'idées de solutions. Encouragez-les à en trouver quelques-unes. Et si le conflit se passe avec plusieurs enfants, encouragez chaque enfant à émettre plusieurs solutions.

3 - Evaluer les solutions proposées :

- ✓ Faire le tri et **ne garder que les solutions justes pour tout le monde**.
- ✓ Il est important d'**être honnête avec soi-même**. Ne pas se forcer à garder une solution qui ne nous convient pas vraiment, et reconnaître les solutions qui nous conviennent... même si elles ne sont pas de nous !

4 - Choisir la ou les solutions les plus acceptables

- ✓ Avant de finaliser le choix de la solution retenue, **redemander à l'enfant si cette solution est bien acceptable pour lui** et s'assurer que chacun a bien compris ce qu'il s'engage à faire ou ne pas faire,
- ✓ On peut aussi décider de **tester la solution choisie pour une période donnée**.

5 - Définir comment appliquer la solution

- ✓ Certaines solutions choisies nécessiteront de discuter des **modalités d'applications** : «*Quand commençons nous, combien de fois par semaine, que devons nous prévoir pour appliquer la décision, etc. ?*»

6 - Après utilisation, évaluer la solution et en changer si besoin.

- ✓ «*Es-tu toujours satisfait de notre décision ?*», on peut se rendre compte, après avoir testé la solution choisie, que ce n'était pas la meilleure, qu'il est **difficile pour l'une des parties de respecter son engagement**. Dans ce cas, on tente une autre solution.

Ne pas prévoir de conséquences (encore moins de punitions) si la solution n'est pas appliquée. Sinon, ce serait faire preuve dès le début, d'un manque de confiance dans la démarche et dans la capacité des enfants à respecter leurs engagements. Si la solution choisie n'est pas respectée, **essayer de comprendre pourquoi et trouver ensemble une nouvelle solution** à expérimenter !