

Éducation : Il est temps d'être positifs et bienveillants avec nos enfants !

En 2013, l'Unicef classait la France au 13e rang des 29 pays riches pour le bien-être des enfants.

Bien que le Conseil de l'Europe ait invité ses états membres à mettre en pratique l'éducation positive et bienveillante dès 2008, le courant éducatif commence à peine à s'installer en France.

Maman bienveillante de deux enfants, Charlotte Ducharme est convaincue des bienfaits de l'éducation positive et de la nécessité d'être des parents épanouis pour rendre ses enfants heureux. Désireuse de faire connaître ce courant éducatif et d'aider les parents à le mettre en pratique au quotidien, elle a créé le blog [Cool Parents Make Happy Kids](#).



COOL PARENTS MAKE HAPPY KIDS

Cool Parents Make Happy Kids : le blog 0% complexe, 100% bonne humeur pour démocratiser l'éducation bienveillante !

Ce jour-là j'étais de très mauvaise humeur. Aucune patience. Minimôme était tranquillement en train de se brosser les dents, quand soudain elle sortit de la salle de bain, la brosse à la main et du dentifrice jusqu'aux oreilles. Selon je ne sais quel principe, ce jour-là je voulais qu'elle reste dans la salle de bain. Et pour je ne sais quelle raison, elle, voulait absolument se promener dans sa chambre.

Je ne voulais pas discuter ; je voulais qu'elle m'obéisse.

« Tu te brosses les dents dans la salle de bain, s'il te plaît » « non » « TU VAS DANS LA SALLE DE BAIN ! » « NON ! ». Elle me rétorquait des « NON », tout aussi secs et déterminés que mes ordres. Et plus elle me tenait tête, plus je devenais

autoritaire, et plus je devenais autoritaire, plus elle me tenait tête. Elle finit par craquer. Elle fondit en larmes et alla se brosser les dents dans la salle de bain.

J'avais gagné. Quoi ? Une belle bataille d'ego.

(...)

« Vouloir que notre enfant obéisse parce qu'il est important de savoir obéir », n'est-ce pas là une fausse raison éducative que l'on se donne pour justifier nos batailles d'ego ? Ce n'est pas obéir qui est important ; c'est que notre enfant intègre la valeur éducative qu'il y a derrière.

Le ton est donné.

Sur son blog *Cool Parents Make Happy Kids*, Charlotte Ducharme confie sans complexe mais toujours avec bonne humeur et tendresse ses expériences de maman, craquages, joies, ratages ou victoires. Chaque billet transpire de vérité pour aborder simplement, de manière ludique et très concrète l'éducation positive et bienveillante.



Pourquoi adopter l'éducation bienveillante ?

Si l'éducation positive et bienveillante a pu à ses débuts paraître un effet de mode, un « simple » courant de psychologie positive, les dernières recherches en neurosciences ne laissent plus aucun doute quant à son bienfondé. Les études scientifiques démontrent en effet qu'une relation bienveillante et empathique est essentielle au développement cognitif et affectif du cerveau.

Les liens affectifs influencent à la fois les capacités de mémoire, d'apprentissage, de réflexion, mais aussi la gestion de nos émotions et la façon dont on communique avec les autres. Ainsi, la répétition de paroles humiliantes peut même détruire des neurones !

Pour le Docteur Allan Schore, pionnier en neuropsychologie (psychologue clinicien et professeur au Département de psychiatrie de l'École de médecine David Geffen et au Center for Culture, Brain and Development, à UCLA, en Californie), les parents jouent donc un rôle primordial dans le développement du cerveau très fragile durant l'enfance et très malléable jusqu'à l'adolescence.



30 minutes suffisent
pour offrir à nos
enfants de la
joie de vivre
jusqu'à 90 ans

De la théorie à la pratique, pour le bien-être des enfants... et des parents !

Malgré l'intérêt des pédiatres et autres médecins, la parution de livres dédiés au sujet ou le relais médiatique lors des débats sur l'interdiction de la fessée; les sources d'information sur l'éducation bienveillante restent peu nombreuses et sont le plus souvent théoriques.

Charlotte Ducharme souligne,

Les parents sont très peu sensibilisés à cette nouvelle éducation et il n'est pas simple d'appliquer les informations disponibles aux difficultés du quotidien. Avec Cool Parents Make Happy Kids, j'ai décidé d'immerger l'éducation bienveillante dans le quotidien, tel que le vivent tous les parents, mères et pères !

En abordant simplement, sans tabou et sans embellissement, les problèmes que tous les parents rencontrent au quotidien pour se faire « obéir », moins lutter, éviter les colères, gérer une fratrie, etc., Charlotte Ducharme apporte un nouveau

regard sur l'éducation. Sur Cool Parents Make Happy Kids, le bien-être se conjugue tant au parent qu'à l'enfant.

Charlotte Ducharme confie,

Ma conviction et la philosophie de mon blog, c'est que le bonheur de nos enfants naît aussi de notre épanouissement, à nous, en tant que parent mais aussi en tant que personne. Prendre soin de nous est pour moi une condition sine-qua-non pour pouvoir s'occuper de ses enfants, les écouter et les accompagner avec patience et bienveillance.

OUI, IL EST POSSIBLE DE MOINS LUTTER CONTRE NOS ENFANTS TOUT EN LES ÉDUQUANT !



QUAND NOS ENFANTS NOUS FONT PERDRE PATIENCE



JALOUSIE DE L'ÂÎNÉ À L'ARRIVÉE DU BÉBÉ : UNE FATALITÉ ?



Un blog fait par un parent pour tous les parents

Au fil des articles de Cool Parents Make Happy Kids, les parents et futurs parents s'identifient aux scènes de vie vécues par Charlotte Ducharme et peuvent découvrir à travers ses réflexions, des façons différentes d'agir et d'éduquer.

Charlotte Ducharme poursuit,

Mon souhait est de désacraliser l'éducation, d'aider les parents à prendre confiance en eux, de leur permettre de s'interroger, de se faire une idée et de leur donner envie d'expérimenter de nouvelles pistes pour éduquer leurs enfants autrement !

Avec une charte graphique à la fois sobre et attrayante, une tonalité empreinte d'humour et de tendresse qui s'adresse autant aux pères qu'aux mères, et un système de commentaires qui permet d'interagir avec l'auteur et les autres lecteurs, le blog Cool Parents Make Happy Kids est un véritable espace bien-être, accessible à tous les parents !

Do it ! : Inscrivez-vous à la newsletter hebdomadaire Cool Parent Make Happy pour ne rater aucun article et rester dans le cercle vertueux des parents et des enfants heureux !

A propos de Charlotte Ducharme



Diplômée de l'université Paris Dauphine et de l'Em Lyon, Charlotte Ducharme, travaille depuis 10 ans pour des clients RH et n'hésite pas à s'inspirer parfois des nouveaux modes de management pour appliquer de nouveaux principes dans l'éducation de ses deux enfants !

Installée à Paris, cette maman de 32 ans est en effet une passionnée d'éducation, sensible aux émotions des enfants qu'elle croise dans son entourage, mais aussi au coin d'une rue ou dans les allées d'un parc. Si elle dévore avec plaisir les livres consacrés à la psychologie et à

l'éducation des enfants, la jeune femme connaît aussi leurs limites et sait que le quotidien ne se passe pas toujours comme dans les livres...

Alors, Charlotte Ducharme a eu envie de partager avec le grand public ses expériences et ses idées pour contribuer à rendre l'éducation positive accessible à tous. Son rêve ? ***« Que l'éducation positive et bienveillante devienne à la mode et que les hommes et les femmes s'y intéressent autant qu'à la cuisine aujourd'hui... Car finalement pour le bonheur de tous, c'est peut-être plus utile ! »***

Pour en savoir plus

<http://www.coolparentsmakehappykids.com/>

<https://www.facebook.com/coolparentsmakehappykids>

Contact presse

Charlotte Ducharme

Mail : charlotte.ducharme@gmail.com

Tél. 06 74 48 14 39