

*Ce n'est pas de ta faute si tu mouilles ton lit. Personne ne te blâme. Tu dors simplement trop dur. Chaque soir tu dormiras un peu plus légèrement. Tu ne dors plus aussi profondément. Tu deviens de plus en plus fier de toi, car tu sais que tu es en train de contrôler ce problème.*

*Chaque soir que tu dors plus légèrement, chaque fois que tu te réveilles et vas à la toilette, tu es fier, car tu sais que tu es en train de réussir. Tu es très fier de toi, tu es en train de réussir... Tu es fier parce que tu sais qu'il n'y a rien d'anormal dans ta santé, même si tu mouillais ton lit. Tu dormais simplement trop dur. Maintenant, tu sens aussi que ta famille te comprend. »*

Chaque nuit sèche renforce ce programme.