

Encourager

Pour que votre enfant développe une vision positive de lui-même

Vous êtes son modèle



Croyez en lui et prenez le temps d'être à ses côtés. Lorsque vous dites à votre enfant que vous êtes fier de ses efforts et de ses réussites, vous l'aidez à construire sa confiance en lui.

Je suis son modèle quand...

- Je reconnais mes propres forces et mes qualités
- J'entretiens des relations saines avec mon entourage
- J'adopte une attitude calme et confiante face aux tracas du quotidien

Idées de récompenses

- Jouer à son jeu préféré avec lui
- Lire une histoire
- Faire un pique-nique dans le salon
- Séance de câlins
- Danser!

Elles permettent de souligner les efforts et les succès. Elles sont encore plus bénéfiques lorsqu'elles sont non matérielles!

Je te regarde. Je sais que tu es capable!



Autres ressources

- Pierre-De Saurel en santé - Autonomie à l'habillage
- Naître et grandir - Estime de soi - « Je suis capable »

Pierre-De Saurel en **santé**



Autonomie

Votre enfant aura besoin de plusieurs essais avant d'arriver à faire seul. Notre rôle de parent est de lui donner le plus d'opportunités possibles afin qu'il fasse ses tentatives. Quand je prends et je prévois du temps sans faire à sa place, je favorise son développement. Il gagne de la confiance en lui.

Exemples d'encouragements

- Afficher ses dessins et ses bricolages
- Souligner ses succès
- L'inviter à exprimer ses émotions
- L'écouter attentivement
- Le féliciter lorsqu'il démontre de l'entraide

Prendre du temps de qualité avec son enfant

Comme par exemple

- Lui demander ce qu'il a fait aujourd'hui à la garderie
- L'intégrer à une tâche d'adulte (laver les vitres, faire un lunch, passer l'aspirateur, etc.)
- S'asseoir et jouer à son jeu préféré

Les encouragements lors des repas en famille

- L'encourager à goûter sans forcer et le féliciter lorsqu'il goûte
- Un enfant peut goûter 10-15-20 fois avant d'aimer
- Soyez son modèle en mangeant varié devant lui

