

BESOINS DE L'ENFANT POUR UNE BONNE ESTIME DE LUI-MÊME

Entre 0 et 6 mois

Je suis heureux/heureuse que tu sois là
Tu as ta place ici
Tes besoins sont importants pour moi
Je suis heureux/heureuse que tu sois qui tu es
Tu peux grandir à ton rythme
Tu peux ressentir tout ce que tu ressens
Je t'aime et j'aime prendre soin de toi

Entre 6 et 18 mois

Tu peux explorer et expérimenter et je te protégerai
Tu peux utiliser tous tes sens
Tu as le droit de savoir ce que tu veux savoir
Tu peux t'intéresser à tout
J'aime te voir croître et apprendre
Je t'aime quand tu es actif/ve et je t'aime quand tu es tranquille

Entre 18 mois et 3 ans

Je suis heureux/heureuse que tu réfléchisses
J'accepte que tu exprimes ta colère et je ne te laisserai pas te faire du mal, ni les autres
Tu as le droit de dire non et de tester les limites autant que tu veux
Tu as le droit de penser et de sentir en même temps
Tu as le droit de savoir ce que tu veux et de demander de l'aide
Tu as le droit de te séparer de moi et je continuerai à t'aimer

Entre 3 et 6 ans

Tu as le droit d'explorer qui tu es et d'apprendre qui sont les autres
Tu as le droit de prendre ton pouvoir et, en même temps, de demander de l'aide
Tu as le droit d'essayer différentes manières pour découvrir ta puissance
Tu as le droit d'apprendre les conséquences de ton comportement
J'accepte tous tes sentiments
Tu as le droit de penser avant de dire oui ou non et d'apprendre de tes erreurs
Tu as le droit de faire appel à ton intuition pour décider
Tu as le droit de chercher et découvrir un moyen de faire les choses qui fonctionnent pour toi
Tu as le droit d'apprendre les règles qui t'aideront à vivre avec les autres
Tu as le droit d'apprendre à voir ce qui est réel et ce qui ne l'est pas
J'aime la personne que tu es



Entre 6 et 12 ans

Tu as le droit d'apprendre quand et comment tu es en désaccord

Tu as le droit de demander de l'aide

Je t'aime même quand tu n'es pas d'accord avec moi

J'aime grandir avec toi

Entre 12 et 19 ans

Tu as le droit de savoir qui tu es et de devenir indépendant.e

Tu as le droit de développer tes propres centres d'intérêts et tes propres relations

Tu as le droit d'apprendre d'anciennes manières de faire et de les adapter

Tu as le droit de devenir femme ou homme indépendant.e et, cependant, d'être encore dépendant.e à certains moments

Je me réjouis de te connaître en tant qu'adulte

Mon amour t'accompagne, je te fais confiance et tu peux demander mon soutien si tu en as besoin

A tout âge

Tu as le droit de vivre et d'exister, d'être toi-même, de grandir, de réussir, de faire, d'être important.e, de ressentir, de penser pour toi, de t'exprimer, d'être un enfant, de te tromper et de faire des erreurs.