

## **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.