

Établir des liens étroits avec votre enfant

Lorsque le rythme de la vie s'accélère, il peut être difficile de trouver du temps à passer avec votre enfant. Pour élever des enfants confiants, heureux et qui réussissent dans la vie, il est important d'établir des liens étroits avec eux. N'essayez pas de compliquer les choses, profitez chaque jour de toutes les petites occasions de manifester votre intérêt, p. ex. :

- allez faire une promenade ensemble;
- profitez des déplacements à pied ou en voiture pour jaser avec votre enfant;
- posez-lui des questions au sujet de sa journée et écoutez-le avec intérêt;
- cuisinez ensemble;
- jouez à un jeu;
- prenez le temps de le féliciter de ses efforts;
- remerciez-le lorsqu'il vous donne un coup de main.

Lorsque nous manifestons de l'intérêt dans leurs idées et leurs activités, ils se sentent valorisés. Cela les aide à développer la confiance dont ils ont besoin pour essayer de nouvelles choses et la résilience qui leur permettra de rebondir après une épreuve difficile.

Pour obtenir d'autres conseils sur la façon d'élever des enfants confiants et heureux, visitez le site de la Société canadienne de pédiatrie au www.soinsdenosenfants.cps.ca.

Message de l'infirmière de la santé publique