Même si tout n'est pas parfait, l'amour, l'affection et le temps sont tout ce dont vos enfants ont besoin… pas une maison impeccable ni un parent parfait —*Annie*

ATTACHMENT NETWORK OF MANITOBA

attachmentnetwork.ca
attachmentnetwork@shaw.ca

POUR PLUS D'INFORMATION SUR L'ATTACHEMENT CONSULTER :
circleofsecurity.net

ZONE PARENT MANITOBA
manitobaparentzone.ca/baby

HEALTHY BABY HEALTHY BRAIN:
healthybabyhealthybrain.ca

10 choses que ton BAMBIN/ JEUNE ENFANT veut que tu saches

1 **Crois-en moi.** J'apprends tant de nouvelles choses chaque jour! Vois-moi et remarque mes efforts. Même si je ne réussis pas, tu me donnes espoir qu'un jour j'y arriverai.

2 **J'ai besoin de savoir que tu es là quand il me faut un câlin.** Les câlins et me faire tenir me rassurent. J'adore pouvoir compter sur toi.

3 **Donne-moi toute ton attention au moins une partie du temps.** Afin de me sentir sain et sauf, j'ai besoin de savoir que je compte plus pour toi que le téléphone ou l'ordinateur.

4 **Savoir que je suis aimé ne me gâtera jamais.** Je peux être gâté si tu ne prends pas les choses en main quand j'ai besoin que tu le fasses, et si tu m'accordes tout ce que je demande, mais je serai très bien si tu demeures judicieux et fort et que tu t'occupes de mes besoins.

5 **Suis-moi lorsqu'on joue ensemble.** J'ai besoin de créer et de jouer et j'adore t'avoir avec moi! Je sais que tu es enchanté de m'apprendre des choses mais, lorsque je joue, j'apprends plus en explorant. Tu peux t'assurer que je suis en sécurité en me surveillant et en me remarquant au fur et à mesure que j'apprends.

6 **Je suis en train d'apprendre à me calmer mais j'ai besoin que tu m'aides.** Lorsque tu restes avec moi lorsque je suis contrarié ou que je n'agis pas bien (temps ensemble au lieu de temps seul) ça m'aide à apprendre à me calmer. Une fois que je suis calme, on peut parler de ce qui s'est passé. Les crises, c'est lorsque je me sens dépassé et si tu restes avec moi et que tu m'expliques ce que je devrais faire, avec le temps je saurai gérer mes contrariétés et à mieux me comporter.

7 **Aide-moi à gérer mes sentiments.** J'adore lorsque tu remarques comment je me sens et que tu utilises des mots comme fâché, triste, heureux, timide ou surpris. Ça fait tellement de bien de savoir que tu comprends. Apprendre les mots des sentiments m'aide à gérer mes émotions et à commencer à comprendre comment les autres se sentent.

8 **Rappelle-toi que ni l'un ni l'autre sommes parfaits.** Je vais commettre plein d'erreurs en grandissant, et toi aussi, et c'est comme ça. Il n'existe pas d'enfants parfaits ni de parents parfaits.

9 **Aide-moi à comprendre les limites.** Une partie de mon apprentissage est d'essayer de te repousser. Ce n'est pas contre toi! Si tu demeures le plus grand, le plus fort, le plus judicieux et aimable, je peux commencer à comprendre les limites et connaitre des petits moments de stress afin que je devienne plus fort.

10 **Sois bon envers toi-même aussi!** Je sais que tu m'aimes, mais c'est une bonne idée de t'occuper de tes propres besoins de temps en temps. Grâce à ton exemple, j'apprendrai à m'occuper de moi lorsque je serai grand.