

En tant que parent, c'est vous la personne la plus importante dans la vie de votre enfant. Les recherches révèlent que les styles parentaux efficaces font une différence. Bien comprendre comment communiquer avec ses enfants, les guider et entretenir des rapports avec eux sont les outils de base dont tous les parents ont besoin pour élever des enfants autonomes, sûrs d'eux-mêmes, heureux et en bonne santé. L'art parental, c'est pouvoir faire les meilleurs choix possible. Personne n'a jamais dit que ça allait être facile.

Voici quelques simples conseils pour vous mettre dans la bonne voie dans votre rôle parental.



Communication

- Les nourrissons utilisent le langage corporel et les pleurs pour faire connaître leurs besoins.
- Parlez à votre nourrisson quand vous le nourrissez, lui donnez son bain et changez sa couche.
- Faites de la lecture et chantez à votre nourrisson tous les jours.
- Dites souvent le nom de votre nourrisson.
- Imitiez des grimaces et des sons que fait votre nourrisson.
- Souriez et gardez un contact visuel.
- Prêtez attention à ce que votre nourrisson dit, non à la façon dont il le dit.



Encadrement

- Sachez à quoi vous attendre à mesure que votre tout-petit grandit et comment vous y prendre pour favoriser son développement.
- Établissez des habitudes à l'heure du bain et à l'heure du coucher pour aider votre nourrisson à prédire ce qui va se passer et à se sentir en sécurité.
- Encouragez votre nourrisson à jouer en toute sécurité et à explorer.
- Les nourrissons sont tous différents. C'est à vous de les accepter tels qu'ils sont et de les guider pour qu'ils développent leur propre personnalité.



Relations

- Donnez de l'amour et de l'attention à votre nourrisson tous les jours.
- Tenez, réconfortez et protégez votre nourrisson.
- Soyez disponible sur le plan affectif et physique. On ne peut pas gâter un bébé!
- Réconfortez votre nourrisson quand il est bouleversé, malade ou blessé.
- Laissez d'autres membres de la famille vous aider et jouer avec votre nourrisson.

Il est important de croire que vous pouvez être un excellent parent!