

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

- Faites de la lecture à votre tout-petit et apprenez-lui des comptines et des jeux simples populaires (p. ex. « Tape, tape, tape », « Coucou » et « Tête, épaules »). Les tout-petits aiment la répétition (chanter encore et encore).
- Parlez de la famille et des amis pendant les activités quotidiennes (p. ex. souper, randonnées, promenades en auto).
- Soyez attentif quand votre tout-petit vous parle; évitez de le reprendre.
- Mettez-vous à son niveau et soyez attentif à ce qu'il dit.



Encadrement

- Sachez à quoi vous attendre à mesure que votre tout-petit grandit et comment vous y prendre pour favoriser son développement.
- Encouragez votre tout-petit à attendre son tour quand vous jouez avec lui ou que vous lui parlez.
- Donnez à votre tout-petit des possibilités de faire des choix (p. ex. bas rouges ou bas roses).
- Laissez votre tout-petit faire des choses lui-même, comme ouvrir les portes.
- Établissez clairement des limites en disant « oui » ou « non » et expliquez pourquoi. Réagissez de façon chaleureuse.
- Les tout-petits 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 tout-petit tous les jours.
- Soyez disponible sur le plan affectif et physique.
- Réconfortez votre tout-petit quand il est bouleversé, malade ou blessé.
- Adonnez-vous régulièrement à des activités amusantes en famille.

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