



## ESTIME DE SOI

### **SOULIGNER SES PROGRÈS**

Chaque jour, notre enfant fait quelque chose de bien qui mérite d'être souligné. Les enfants apprennent par l'exemple et répètent ce que nous leur disons. Si nous les encourageons à poursuivre leurs efforts, ils seront imprégnés par cette confiance que nous leur portons.

#### **Faire l'effort**

« C'est pas juste » s'exclame Geneviève assise à son bureau depuis plus d'une heure. Pour elle, étudier est un travail ardu qui mobilise une bonne partie de la soirée alors que sa soeur joue dehors avec ses amies. Geneviève fournit beaucoup d'énergie bien qu'elle ne peut s'attendre à des résultats aussi élevés que ceux de sa soeur. Mais elle fournit un effort extraordinaire qui doit être souligné.

Nous savons qu'il ne faut pas comparer les enfants mais, sans nous en rendre compte, nous le faisons quand même. Chaque personne est différente et ce n'est pas tant le résultat qui importe que le courage et l'effort donné à se réaliser. Votre enfant apprend à être fier de ses efforts et prend confiance en la vie.

Il suffit de quelques minutes par jour pour lui dire combien vous êtes fier de lui. Choisissez un moment calme et détendu tel que l'heure du coucher pour souligner ses progrès et ses efforts. Plus votre enfant est jeune, plus l'encouragement doit être souligné et répété souvent. Votre enfant peut être encouragé pour :

- ses **progrès** dans son comportement à la maison avec ses frères et soeurs, ses amis, à la table, dans ses tâches, dans le respect des règles, dans l'aide apporté, etc...
- ses **efforts** à l'école : ne rien oublier à l'école, bien faire ses devoirs, bien écouter son professeur, ne pas oublier les feuilles à faire signer, etc...
- ses **intérêts** : les collections qu'il fait ( roches, papillons, timbres, collants, etc... ), les sports qu'il pratique, les activités culturelles qu'il partage;
- ses **talents** : chaque enfant a des forces et des talents. C'est sur ses talents et sa persévérance qu'il découvrira le plaisir d'être quelqu'un d'unique.

#### **La générosité :**

Une personne qui reçoit est capable de donner. Un enfant encouragé et confiant en lui est capable de générosité à son tour. Notre engagement profond envers notre enfant et les gens qui nous entourent est signe d'amour et d'intérêt envers les autres.

Nos enfants ne sont pas naturellement généreux : c'est une valeur qui s'apprend. Nos enfants sont égocentriques; ils sont centrés sur leurs propres besoins, voient le monde à travers leurs idées et perceptions. En vieillissant, ils comprennent que les autres peuvent être différents et qu'ils ont leurs besoins propres à eux.

C'est par notre exemple de générosité qu'ils découvriront le plaisir d'offrir leur aide. Aider les autres procure une grande joie. Voici des petits et grands exemples de gentillesse et de générosité :

- Ouvrir la porte à une personne âgée, handicapée ou chargée de paquets.
- Participer à rendre service à la famille, voisins et amis.
- Aider papa ou maman une journée où il ou elle est malade.
- Écrire un petit mot gentil à un parent ou ami qui ne se sent pas bien.
- Prêter un jouet ou un jeu.
- Être bénévole dans une organisation communautaire ( ex : les scouts rendent des services à la communauté).
- Autres.

Un petit geste généreux en attire un autre.