

10 idées directrices qui nous aideront à ne pas céder à l'agacement ou à la répression émotionnelle face aux pleurs des enfants

10 choses à nous dire quand les pleurs d'un enfant nous déroutent, nous agacent et nous mettent sous tension.

Mon enfant a le droit de pleurer : c'est sa manière de retrouver son équilibre émotionnel et il en a besoin.

Pleurer est un processus sain et normal de guérison émotionnelle.



Mon enfant vit un moment difficile et a besoin de mon soutien.



Je suis capable d'être là, juste là pour mon enfant en souffrance.

Je n'ai pas besoin de réparer quoi que ce soit, juste à laisser être ce qui est dans la chaleur de mon amour pour lui.

Mon enfant pleure parce que c'est ce dont il a besoin pour aller mieux après.

Mon enfant sait quand ce sera à nouveau OK pour lui; on a le temps pour les larmes, autant de temps que nécessaire.

Être un enfant est parfois difficile, être un adulte est parfois difficile aussi.



Prendre soin des souffrances mon enfant, c'est aussi apprendre des choses sur moi et prendre soin de mes propres souffrances.

Mon enfant doit pouvoir se sentir en totale sécurité avec moi et je suis capable de la lui offrir.