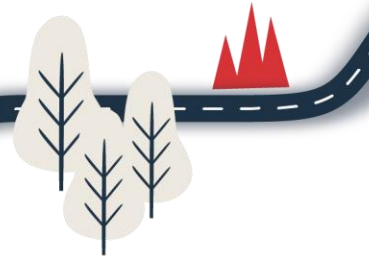


CIRCUIT POUR LES 5-11 ANS



Styles parentaux et coparentalités

- 1- De façon générale, quel style de parent êtes-vous? Pourquoi?
- 2- Que dirait votre conjointe ou conjoint? Pourquoi?
- 3- Identifier votre niveau de confort. Dans le tableau ci-dessous, fait un X sur la ligne qui représente votre niveau d'aisance pour chaque question :

Très à l'aise						
Pas à l'aise du tout						
	Être affectueux envers mon enfant (contact physique)	Valoriser mon enfant (le féliciter, reconnaître ses efforts)	Tolérer la détresse et les émotions de mon enfant (colère, tristesse)	Reconnaître et accepter mes erreurs devant mon enfant	Permettre à mon enfant de donner son opinion	Refuser la demande de mon enfant, appliquer une conséquence qui le fait réagir

- 4- Cibler un ou deux défis qui vous permettraient de tendre davantage vers un style parental démocratique :
- 5- Quels moyens vous aideraient-ils à réaliser ces défis?

**JE ME RÉSERVE DU TEMPS POUR MOI.
JE FIXE À MON AGENDA LA POURSUITE DU CIRCUIT PARENTS !**

Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de l'Estrie – Centre
hospitalier universitaire
de Sherbrooke

Québec

