

Comment soutenir l'autonomie d'un adulte émergent?



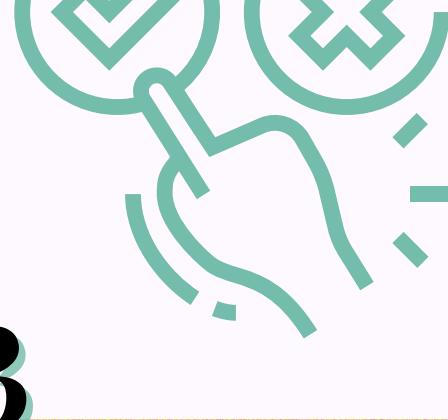
Pourquoi la relation parent-enfant reste importante?

Même s'ils gagnent en indépendance, **les adultes émergents restent profondément influencés par leur relation avec leurs parents...** pour le meilleur ou pour le pire!

01

CONTÔLANT OU NON? DEMANDEZ À VOTRE ENFANT!

Il est crucial de vérifier si votre enfant se sent contrôlé·e, même si vous pensez ne pas l'être, car ses perceptions forment sa réalité. Un conseil? Osez lui demander s'il·elle ressent parfois que vous enfreignez son autonomie!



02

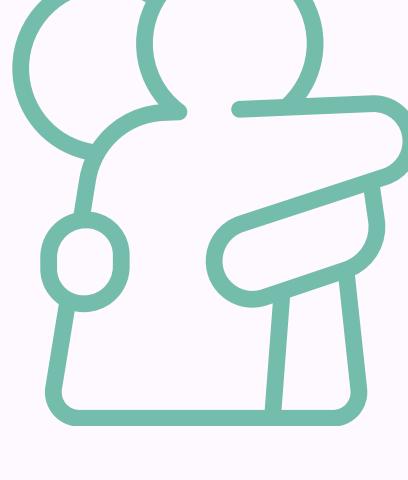
“C’EST À TOI DE DÉCIDER!”

Laissez votre enfant prendre ses propres décisions, même si ce ne sont pas celles que vous auriez prises. Soutenez ses choix sans décider à sa place!

03

VALORISEZ L’EFFORT, PAS JUSTE LE RÉSULTAT!

Encouragez les efforts de votre enfant, pas seulement les succès! Voici un conseil: félicitez les efforts déployés pour réussir, pas seulement les résultats obtenus.



04

QUAND ÇA NE VA PAS : SOYEZ COMPRÉHENSIF!

Soyez compréhensif·ve et soutenant·e quand votre enfant traverse des moments difficiles ou n'atteint pas ses objectifs. Le·la critiquer pourrait aggraver son malaise. Dites-lui que vous êtes fier·e de ses efforts, peu importe le résultat!

