



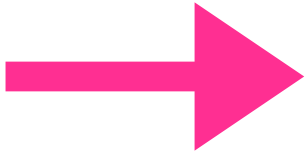
LES BESOINS DE NOS ENFANTS

Souvent lorsque nos enfants ne se comportent pas “comme on le souhaiterait” et qu’ils ne nous écoutent pas, font des crises, sont opposants ou insolents, on se dit qu’il faudrait augmenter **les punitions** et se montrer plus **autoritaire**.

Plutôt que de commencer par vous demander ce que vous pourriez faire ou donner comme conséquences, je vais vous proposer, en premier lieu, de vous poser la question suivante:

**Pourquoi mon enfant se
comporte-t-il ainsi?**

Que se passe-t-il?



Est-ce que mon enfant est assez nourri dans ses besoins?

Rappelons-nous que nos enfants sont des êtres vivants et comme tous les êtres vivants ils ont besoin d'un certain nombre de choses pour bien se développer et grandir.

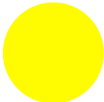
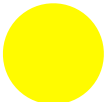
Plus les réservoirs des besoins de nos enfants sont vides, plus ils risquent de s'agiter, de s'opposer, de faire des crises, de ne pas se concentrer, etc.

Bien connaître les besoins de nos enfants, les respecter et y répondre est un des aspects les plus importants de la parentalité. Plus on comprend ce qui se passe, plus on peut y répondre avec efficacité.

Un enfant rempli dans ses besoins est un enfant qui se sent bien, qui peut mieux écouter, se concentrer, se réguler, apprendre, jouer, etc.

Pour vous aider, voici une petite liste des besoins de nos enfants. Rappelons-nous que cette liste n'est pas exhaustive et que chaque enfant est différent. Par exemple, pour certains le fait de bien se dépenser physiquement sera très important alors que pour d'autres il le sera moins. Observez votre enfant afin de mieux le comprendre et de mieux identifier ses besoins principaux.

Les besoins de nos enfants

-  Sommeil
-  Faim
-  Sécurité du lien
-  Besoin d'attention, charger les batteries affectives
-  Décharger les tensions
-  Autonomisation
-  Se dépenser physiquement
-  Calme



Respect



Apprendre, découvrir, manipuler des objets, satisfaire curiosité



Rire



Stabilité et régularité

Un exemple: vos enfants sont agités, courent et bougent partout ou bien se disputent et chouinent beaucoup? Parfois cela est un signe qu'ils ont besoin de sortir et de se dépenser.

Pensez donc le plus souvent possible à essayer de comprendre quel besoin se cache derrière le comportement de vos enfants.

Est-ce que les réservoirs des besoins de vos enfants sont suffisamment remplis?

