



Module 4 Résumé

La première relation d'un enfant avec les adultes importants dans sa vie servira de modèle pour ses relations avec les autres tout au long de sa vie.

Pour tisser une relation positive et saine, il faut du temps, de la confiance et de la pratique.



« Lorsque je me sens lié aux adultes importants dans ma vie, je peux résoudre des problèmes, comprendre comment les autres se sentent et m'entendre avec ma famille et mes amis. »

Prenez quelques instants aujourd'hui pour réfléchir au type de relation que vous voudriez avoir avec les enfants dans votre vie. Choisissez une qualité que vous aimeriez acquérir et prenez une mesure pour y parvenir. Par exemple, vous pourriez vous dire :

« Aujourd'hui, je serai plus patient, je vais prendre trois grandes respirations pour me calmer avant de réagir à une situation. »