

NE ME LAISSE PAS À L'ÉCART



AIDER LES ENFANTS À FAIRE FACE AU REJET ET À LA DÉCEPTION

RESTEZ OPTIMISTES

Réfléchissez à la façon dont vous présentez le monde à votre enfant, car il tiendra compte de votre point de vue.

AIDEZ L'ENFANT

Invitez-le à repenser à des moments difficiles, de déception, dont il a réussi à se sortir. Faites-lui comprendre qu'il peut utiliser les mêmes stratégies qu'alors.

DISCUTEZ

Dites à l'enfant comment vous réagissez quand vous êtes confronté au rejet et à la déception. Il sera rassuré de voir que ses parents comprennent ce qu'il ressent. En plus, il apprendra peut-être beaucoup sur la façon dont on peut gérer ce genre de situations.

RIEZ ENSEMBLE

Plaisantez avec votre enfant. L'humour est un moyen efficace de faire face aux problèmes. Il permet de relativiser la déception et il aide l'enfant à comprendre que tout ira bien.