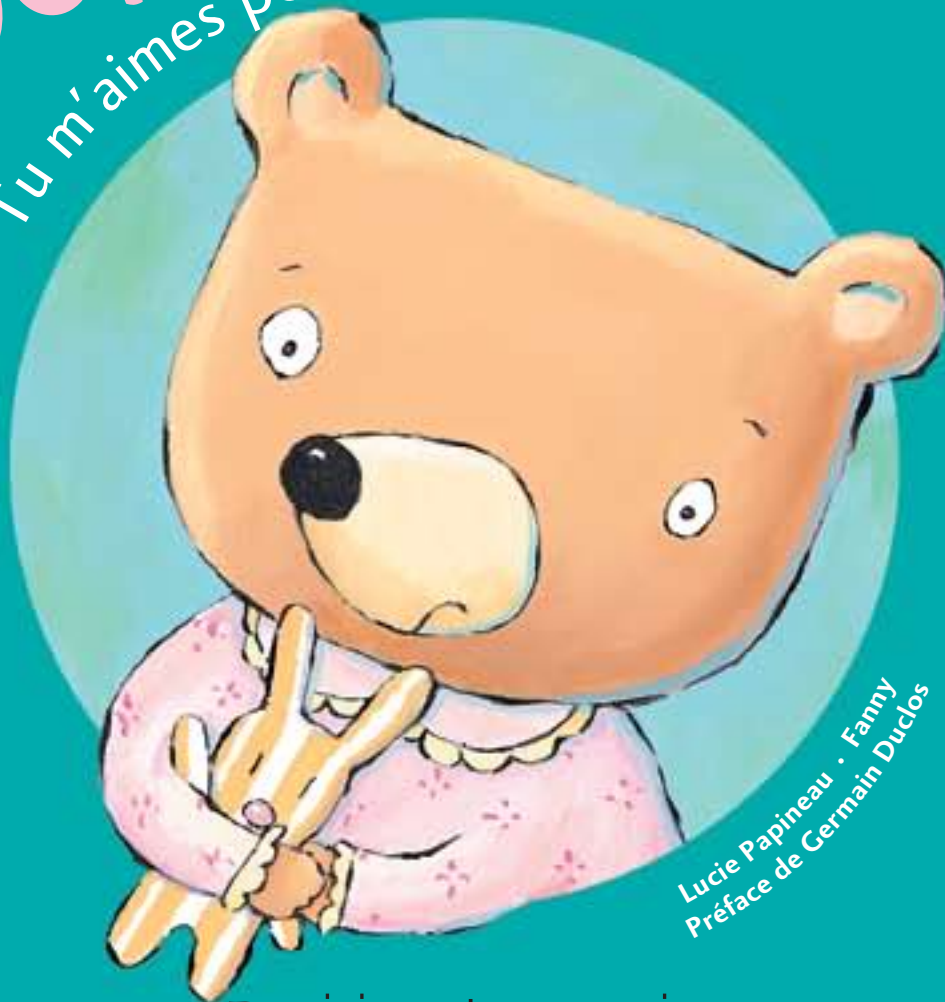


Estime  de soi

Petite Ourse

Tu m'aimes pour toujours?



Lucie Papineau · Fanny
Préface de Germain Duclos

Dominique et Compagnie

Petite Ourse

Tu m'aimes pour toujours?



Texte : Lucie Papineau • Illustrations : Fanny • Préface : Germain Duclos

Préface

de Germain Duclos

La collection

Chaque histoire de la collection Estime de soi est construite autour d'un personnage principal qui vit une aventure reliée à une composante de l'estime de soi. Les enfants sont très sensibles aux histoires qui lient leur imaginaire à leur vécu affectif. En s'identifiant aux différents personnages, ils découvrent peu à peu leur propre valeur.

L'estime de soi, un héritage précieux

L'estime de soi pourrait être définie comme la conscience de la valeur personnelle qu'on se reconnaît dans différents domaines. Mais, pour qu'un enfant prenne conscience qu'il a une valeur intérieure, il faut que les personnes qui sont significatives pour lui soulignent régulièrement ses succès, par des paroles et des gestes positifs, et lui disent ce qu'elles apprécient chez lui. Ce n'est pas le fait que l'enfant fasse un « bon coup » qui nourrit son estime de soi, mais le fait que ces personnes le remarquent et expriment leur fierté.

Grâce aux rétroactions positives à son égard, l'enfant prend conscience de ses qualités et parvient graduellement à juger de ses capacités. La sécurité et la confiance, la connaissance de soi, le sentiment d'appartenance et le sentiment de compétence sont les quatre grandes composantes de l'estime de soi.

Une bonne estime de soi est le principal atout pour prévenir les difficultés d'adaptation et d'apprentissage chez l'enfant. En ce sens, développer l'estime de soi chez son enfant est le plus bel héritage qu'on puisse lui donner.



Petite Ourse et l'attachement

Petite Ourse est la plus heureuse des ourses. Elle est aimée de son papa et de sa maman. Tous les soirs, ses parents viennent à tour de rôle l'embrasser et lui souhaiter bonne nuit. Mais, un jour, Petite Ourse apprend qu'il en sera désormais autrement... Est-ce l'arrivée de son petit frère qui en est la cause ? Petite Ourse a-t-elle perdu l'amour de ses parents ? Au fil de l'histoire, notre héroïne va prendre conscience de son sentiment d'attachement envers ses parents.

Le tout-petit a besoin d'être caressé et bercé. C'est par ces contacts chaleureux et répétés avec ses parents qu'il tisse ses premiers liens d'attachement et qu'il développe un sentiment de confiance envers eux.

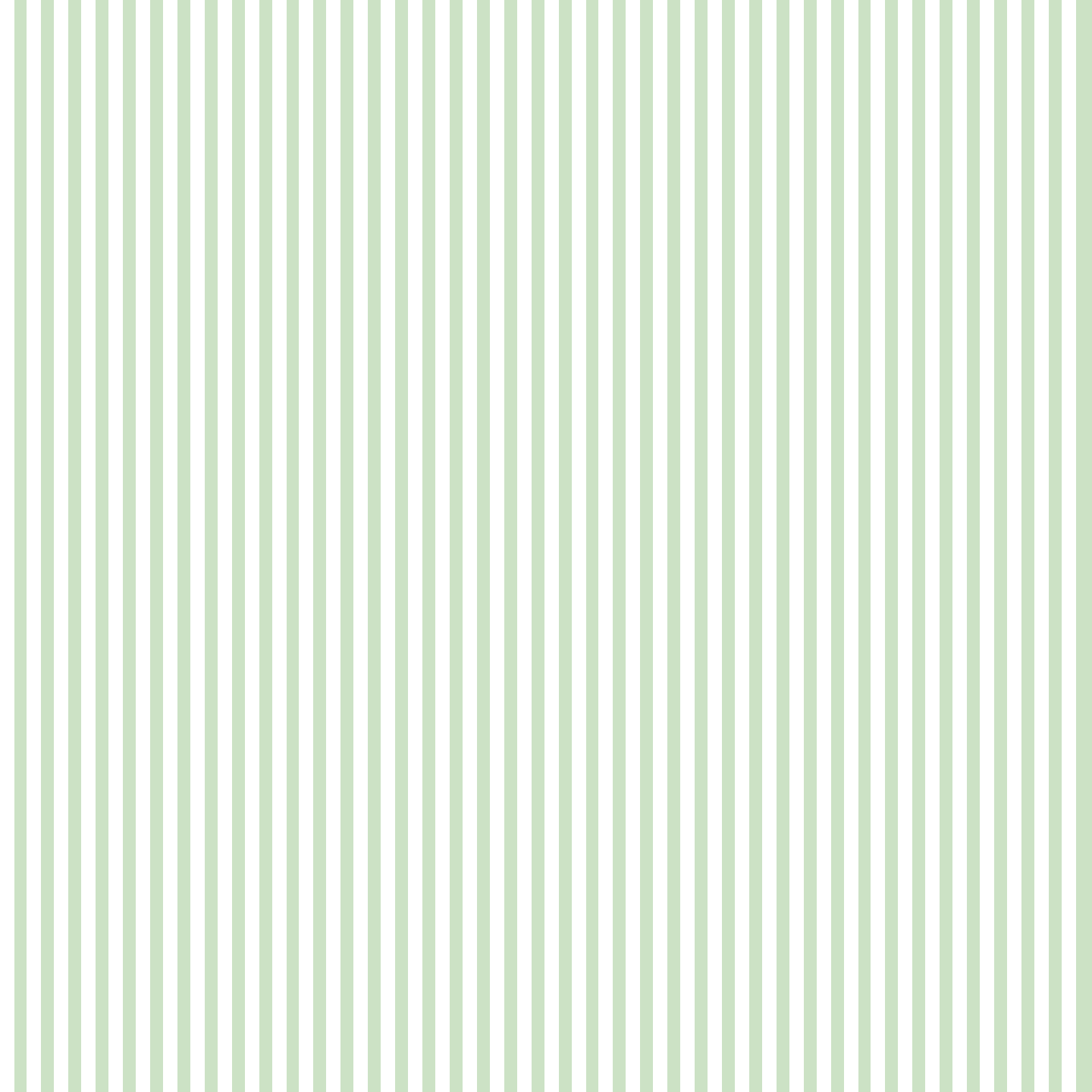
À l'instar de Petite Ourse, les tout-petits rêvent de vivre dans un monde où ils seraient uniques, seuls à être aimés. La peur de perdre l'affection de leurs parents est une angoisse très commune chez les jeunes enfants. Cette angoisse d'abandon disparaît progressivement quand l'enfant en vient à vivre un attachement inconditionnel et sécurisant avec les personnes qui lui sont significatives. L'enfant acquiert la certitude que ses parents l'aimeront toujours, indépendamment de son comportement et de sa performance. Par cet attachement inconditionnel et sécurisant, l'enfant est convaincu que ses parents ne le laisseront jamais tomber.

Il est donc important que les parents soient attentifs aux émotions de leur enfant. Tout jeune enfant qui s'est senti aimé et qui se sent encore aimé pourra, à son tour, aimer les autres. Le rôle des parents consiste à développer ce lien fondamental qui permettra à l'enfant de reconnaître, à ses propres yeux, qu'il a de la valeur, de façon à favoriser son estime de soi.

Attitudes qui favorisent l'attachement :

- donnez à l'enfant un cadre de vie stable ;
- établissez des routines ;
- répondez à ses besoins physiques ;
- offrez-lui une sécurité affective ;
- soyez disponible et prenez le temps de faire des activités avec lui.

Germain Duclos est psychoéducateur et orthopédagogue. Il est l'auteur de nombreux livres sur l'estime de soi et œuvre depuis plus de 30 ans auprès des enfants.



Petite Ourse

Tu m'aimes pour toujours?



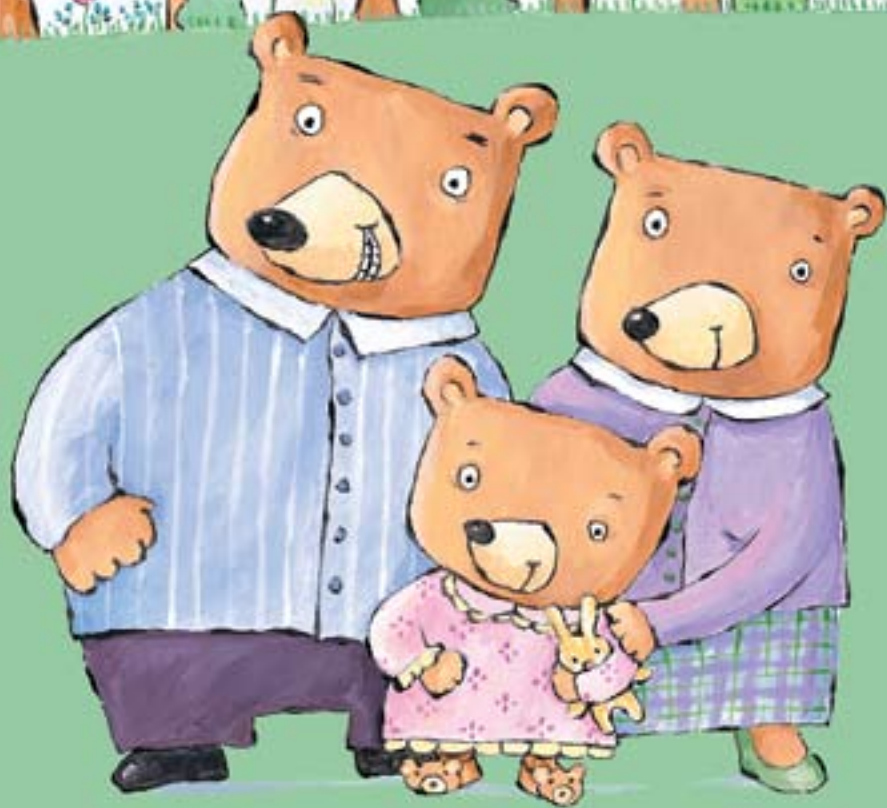
Lucie Papineau • Fanny
Préface de Germain Duclos

À Bébé Ours et à tous les enfants
qui rêvent d'entendre: je t'aime pour toujours...
Lucie Papineau

À mon fils Alexandre,
qui a dû un jour accepter la venue d'une petite sœur...
Fanny



Petite Ourse est la plus heureuse de toutes les petites ourses du monde. Elle aime à la folie sa maison jolie, son jardin fleuri et, surtout, son papa favori et sa maman chérie.





Tous les soirs, à l'heure du dodo, Papa Ours murmure :
– Bonne nuit, ma Petite Ourse d'amour que j'aime pour toujours.
La petite frotte alors son museau contre celui de son papa.
Elle se met aussitôt à rire parce qu'un bisou d'ours, ça chatouille !
Vu d'aussi près, le visage de Papa Ours devient flou.
On dirait même qu'il n'a qu'un œil !