L'estime de soi de nos petits

Qu'est-ce que l'estime de soi et les bienfaits

L'estime de soi est la valeur que chaque individu s'accorde. Elle se développe dès la naissance. Son impact sur l'enfance est important et aura une influence dans le processus d'apprentissage de l'enfant.

Les bienfaits.

- Développer une bonne confiance en eux
- Entretenir des relations sociales positives et saines
- Relever des défis
- Capacité de faire des choix et de prendre des risques.

Dans la pratique quotidienne

Afin de permettre aux enfants de bâtir leur estime de soi, quelques pratiques quotidiennes sont à privilégier. Alors, comment peut-on aider nos petits à développer ce sentiment dans nos milieux?

- Respecter l'unicité de chaque enfant
- Créer un lien significatif
- Utiliser des stratégies d'encouragements.



Respecter l'unicité

Chaque enfant est différent. Reconnaître son unicité lui démontre qu'il est respecté dans ses choix, intérêts et opinions ce qui lui donnera le courage et la motivation de s'engager dans toutes les sphères de son développement global.

Indirectement: À travers les activités et l'aménagement des lieux

- Planifier des activités qui permettent aux enfants de pouvoir faire des choix.
- Planifier selon les goûts et intérêts des enfants.
- Créer un environnement offrant des défis adaptés.
- Offrir un aménagement qui permet aux petits et aux plus vieux de se déplacer et d'explorer à leur guise.
- Choisir du matériel diversifié qui leur permet d'apprendre à leur rythme.
- Donner aux enfants l'occasion et la possibilité de participer à la routine quotidienne à travers différentes tâches pour susciter leur sentiment d'accomplissement.

Directement: À travers les échanges et dialogues.

- En l'aidant à nommer ses émotions et établir ses limites.
- En participant aux jeux des enfants.
- En répondant aux pistes de conversation offertes par l'enfant.

Lieu des petits
Bureau coordonnateur

Créer un lien significatif

L'environnement dans lequel évolue l'enfant aura un lien direct sur sa capacité de construire son estime de soi. Bâtir un lien significatif lui permettra de se sentir en confiance et en sécurité.

- Milieu accueillant, chaleureux et attentionné.
- Valoriser des stratégies d'interactions basées sur le partage et l'écoute.
- Utiliser une approche d'intervention démocratique.
- Établir des règles constantes et adaptées afin d'instaurer des limites claires, précises et sécurisantes.
- Encouragez les à oser prendre de petits risques et se donner le droit à l'erreur afin de développer leur confiance.



Les 4 piliers de l'estime de soi

- Le sentiment de confiance
- La connaissance de soi
- Le sentiment d'appartenance à un groupe
- Le sentiment de compétence.

STRATÉGIES D'ENCOURAGEMENTS

L'encouragement est important chez les enfants. Il est toutefois bien différent du compliment. Il a pour but de valoriser les actions posées et de motiver l'effort observé. Contrairement aux compliments qui découlent de l'évaluation de l'autre sur soi, l'encouragement amène l'enfant à prendre conscience de ses gestes et à en faire son propre jugement. Voici quelques stratégies d'encouragements à favoriser.

- Encouragez les enfants à décrire leurs efforts, idées et réalisations.
  ex: Comment as-tu construit ta maison?
- Valorisez les gestes et efforts.
  ex: Tu as essayé de mettre tes souliers et tu as réussi.
- Dire "Merci" au lieu de "Bravo"
  ex: Merci d'avoir rangé ton jouet.
- Favorisez leur motivation intrinsèque en mettant l'accent sur leur sentiment de fierté personnelle.
  ex: Tu as l'air fier d'avoir construit une tour de plusieurs blocs.

petite enfance

Lieu des petits
Bureau coordonnateur