

## LE SENTIMENT DE SÉCURITÉ CHEZ L'ENFANT : BAROMÈTRE

Voici plusieurs signes observables<sup>1</sup> indiquant le niveau de sentiment de sécurité d'un enfant. D'entrée de jeu, il faut savoir que le sentiment de sécurité absolu n'existe pas. Il peut être influencé par une foule de facteurs tels un déménagement, un changement de garderie, une séparation, l'arrivée d'un autre enfant dans la famille, la maladie, l'intimidation à l'école ou autres.

Les réponses aux questions nous donnent donc une première idée de l'état de ce sentiment et peuvent nous aider à agir sur l'atmosphère ambiante lorsque cela est nécessaire. Il existe mille et une façons d'aider un enfant à développer son sentiment de sécurité, mille et une stratégies. À vous de trouver celles qui seront adaptées aux besoins de votre enfant. Vous pouvez ajouter des commentaires et trouver des astuces auxquelles recourir en temps et lieu.

	PAS DU TOUT	UN PEU	BEAUCOUP
→ Il est confiant avec les adultes qu'il connaît. Commentaires :			
→ Il est capable de se détendre physiquement. Commentaires :			
→ Il est capable d'accepter les contacts physiques. Commentaires :			
→ Il est capable de s'adapter au stress. Commentaires :			
→ Il est capable de demeurer calme devant une blessure physique. Commentaires :			
→ Il est capable de tolérer des délais. Commentaires :			
→ Il est capable de se réjouir à l'avance d'un événement. Commentaires :			
→ Il est capable de réagir positivement à une nouveauté. Commentaires :			
→ Il est capable de prendre des risques calculés. Commentaires :			
→ Il est optimiste quant à l'avenir. Commentaires :			
→ Il est capable de comprendre et d'accepter le sens des règles. Commentaires :			

<sup>1/</sup> Exercice inspiré de Duclos, Germain (2004). *L'estime de soi, un passeport pour la vie*, Collection du CHU Sainte-Justine pour les parents, p. 92.

