

**Comment satisfaire les  
3 besoins  
psychologiques  
essentiels au bien-être  
des enfants**



## Besoin d'autonomie

Valoriser les réussites, offrir un modèle, proposer des choix, ... (au lieu de donner des ordres, presser, ...)



## **Besoin de compétence**

Lui confier des tâches,  
remarquer ses efforts et sa  
progression,...(au lieu de punir,  
menacer, critiquer, faire à la  
place,...) 

## Besoin de lien

Lui donner des preuves d'un amour inconditionnel, accueillir ses émotions, accorder une attention exclusive... (au lieu d'isoler, de punir, de signifier que l'amour est conditionnel, de ne passer de temps en tête à tête avec l'enfant sans distraction numérique par exemple)

**Rébecca Shankland**  
**Christophe André**  
**Ces liens qui**  
**nous font vivre**  
Éloge de l'interdépendance



**Odile  
Jacob**

POCHES

psychologie