

Les clés d'une relation épanouie avec ses enfants



*Moi
Mon stress, mes
pensées*

*Mon enfant
Comprendre son
comportement*

*Mon passé
mes croyances, mon
enfance*



*Notre relation
Le lien
d'attachement, mes
attentes de parent*



Prendre soin de la relation



Moi
M'accorder du temps et
de l'attention

Mon enfant
Aller au delà du
comportement



Mon passé
soigner ses blessures



Notre relation
Passer du temps de
qualité ensemble,
communiquer,
s'aimer

