

CE QUE J'AI APPRIS DE MES PARENTS AU SUJET DE MON RÔLE PARENTAL



pour les
femmes

On ne naît pas avec les connaissances nécessaires pour être un bon parent. Nous devons apprendre à être parents. On apprend des bonnes choses et d'autres qui ne sont pas aussi bonnes.

Quelles sont vos sources d'informations pour vous guider en tant que mère ?

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> livres, revues ou Internet | <input type="checkbox"/> émissions de télévision (par ex. Oprah, Dr. Phil) |
| <input type="checkbox"/> cours spécialisé ou thérapie familiale | <input type="checkbox"/> conseils d'amies, de soeurs, de frères, de collègues |
| <input type="checkbox"/> une travailleuse de la Société d'aide à l'enfance | <input type="checkbox"/> ma mère ou mon père quand j'étais jeune, à la maison |
| <input type="checkbox"/> conseils reçus présentement de ma mère ou de mon père | <input type="checkbox"/> autre : |

Qu'est-ce que votre mère a bien fait alors que vous grandissiez ?

- elle m'a prodigué encouragement et compliments bien passablement mal
- elle s'est intéressée à mes études bien passablement mal
- elle m'a fourni un foyer confortable bien passablement mal
- elle m'a protégée contre l'exploitation sexuelle bien passablement mal
- elle m'a protégée contre la violence physique bien passablement mal
- elle m'a enseigné à respecter les autres bien passablement mal
- elle m'a enseigné à me respecter moi-même bien passablement mal
- elle m'a bien nourrie et bien vêtue bien passablement mal
- elle m'a permis de jouir d'une enfance tranquille bien passablement mal
- elle a passé du bon temps avec moi bien passablement mal
- elle m'a punie de façon équitable bien passablement mal
- elle m'a protégée contre les mauvaises personnes bien passablement mal
- elle m'a bien comprise en tant que personne bien passablement mal
- elle m'a laissé le sentiment d'être aimée et désirée bien passablement mal
- je savais que je pouvais tout lui dire bien passablement mal
- elle m'a aidée à réaliser que les filles étaient aussi bonnes que les garçons bien passablement mal

Quoi d'autre a-t-elle bien réussi ?

Relisez les phrases pour lesquelles vous avez coché la case « mal » .

Servez-vous de trois adjectifs pour décrire, à leur sujet, comment vous vous sentiez à cette époque-là (par ex. gênée, effrayée, peu aimable, stupide, irritée, triste).



pour les
femmes

De quelles façons désirez-vous imiter votre mère dans votre rôle de parent ?

Comment essayez-vous d'être différente ?

Qu'est-ce que votre père a bien fait alors que vous grandissiez ?

- il m'a prodigué encouragement et compliments bien passablement mal
- il s'est intéressé à mes études bien passablement mal
- il m'a fourni un foyer confortable bien passablement mal
- il m'a protégée contre l'exploitation sexuelle bien passablement mal
- il m'a protégée contre la violence physique bien passablement mal
- il m'a enseigné à respecter les autres bien passablement mal
- il m'a enseigné à me respecter moi-même bien passablement mal
- il m'a bien nourrie et bien vêtue..... bien passablement mal
- il m'a permis de jouir d'une enfance tranquille bien passablement mal
- il a passé du bon temps avec moi bien passablement mal
- il m'a punie de façon équitable bien passablement mal
- il m'a protégée contre les mauvaises personnes bien passablement mal
- il m'a bien comprise en tant que personne bien passablement mal
- il m'a laissé le sentiment d'être aimée et désirée bien passablement mal
- je savais que je pouvais tout lui dire bien passablement mal
- il m'a aidée à réaliser que les filles étaient aussi
bonnes que les garçons bien passablement mal

Quoi d'autre a-t-il bien réussi ?

Relisez les phrases pour lesquelles vous avez coché la case « mal » . Servez-vous de trois adjectifs pour décrire, à leur sujet, comment vous vous sentiez à cette époque-là (par ex. gênée, effrayée, peu aimable, stupide, irritée, triste).

De quelles façons désirez-vous imiter votre père dans votre rôle de parent ?

Comment essayez-vous d'être différente ?