



... pour les parents

## 1.5 UN POUR TOUS ET TOUS POUR UN Je connais l'importance de l'amitié

Votre enfant a participé à un atelier HORS-PISTE sur l'amitié. Il a appris l'importance des **liens d'amitié** et la force de la **coopération**.

### SAVIEZ-VOUS QUE?

Les liens d'amitié ont une importance capitale dans le quotidien. Au moment d'accomplir des tâches ou d'affronter des difficultés, par exemple, les amis et amies de votre enfant occupent une place de choix pour qu'il se sente accepté. Les relations avec les pairs lui permettent de développer des habiletés sociales, de comprendre que chacun est unique et de prendre le temps de mieux connaître les gens.

### À VOUS DE JOUER!

Vous pouvez contribuer au développement des habiletés sociales de votre enfant en utilisant ces stratégies :

- Écoutez activement votre enfant et invitez-le à en faire autant;
- Jouez à des jeux en équipe qui demandent de la coopération;
- Discutez avec lui autour de divers sujets et de ses émotions;
- Créez des occasions pour qu'il puisse côtoyer ses pairs.

Pour en connaître davantage sur le programme HORS-PISTE :

<https://sante-mentale-jeunesse.usherbrooke.ca/je-suis-un-parent/hors-piste/>



Centre RBC  
d'expertise universitaire  
en santé mentale

Centre intégré  
de santé et de  
services sociaux de  
la Montérégie-Centre  
Québec

 Public Health  
Agency of Canada  
Agence de la santé  
publique du Canada

 U.S. Université de  
Sherbrooke