

<p>Mots Clés</p> <p>Réparer: retourner au moment de rupture et réécrire l'histoire</p> <p>Mémoire: un événement et comment nous nous en souvenons</p>	<p>Notes</p> <ul style="list-style-type: none">- La réparation a le plus grand impact sur nos relations<ul style="list-style-type: none">- Pas la même chose que faire des excuses.- La blâme et honte de l'enfance nous suit comme adultes- Des endroits sûrs son clés pour la réparation- Les étapes<ol style="list-style-type: none">1. Réparation avec soi-même2. Réparation avec votre enfant<ol style="list-style-type: none">a. Nommer l'actionb. Prendre responsabilitéc. Étapes futurs- Remplacer la honte de l'enfance avec la confiance- Modeler la régulation émotionnelle et responsabilité- "Tu avais raison de te sentir comme ça"
<p>Résumé</p> <ul style="list-style-type: none">- Ce n'est jamais trop tard à réparer- Chaque histoire peut être réécrit	