

Le développement

Y'a personne de parfait

L'attachement et les sentiments de votre enfant

- **Nouez des liens solides avec votre enfant.** La capacité d'un enfant à aimer, à faire confiance, à éprouver des sentiments et à apprendre débute avec le lien affectif profond qui l'unit à ceux qui prennent soin de lui. On l'appelle « l'attachement ». L'attachement commence même avant la naissance.
- **Accordez une grande attention à votre bébé.** Essayez de comprendre ce qu'il essaie de vous dire. Remarquez ce qu'il aime et ce qu'il n'aime pas. Suivez ce qu'il fait. Souriez-lui quand il vous sourit. Parlez-lui quand il émet des sons.
- **Les liens solides entre vous et votre enfant ont une grande portée.** L'attachement d'un bébé envers ses parents influence le développement de son cerveau. Quand il se sent en sécurité, il est prêt à apprendre.
- **Répondez aux besoins de votre enfant.** L'attachement se renforce à mesure que vous répondez aux besoins de votre enfant. Il a besoin de votre amour et doit pouvoir compter sur votre présence chaleureuse et attentive. Réconfortez votre bébé quand il est mécontent, malade, effrayé ou blessé. Bercez votre bébé et donnez-lui beaucoup de câlins. Parlez-lui et chantez-lui d'une voix douce.
- **Parlez des sentiments avec votre enfant.** Votre bébé pleure pour vous dire qu'il a besoin de quelque chose. Il vaut mieux aller le voir quand il pleure. Lorsqu'il est plus âgé, parlez-lui de ses sentiments. Utilisez des mots qui identifient les sentiments, tels que « joyeux », « triste », « fâché » ou « nerveux ».

i **Le solide lien d'attachement que vous nouez avec votre enfant lorsqu'il est jeune durera toute sa vie.**

Les renseignements donnés dans ce feuillet s'appliquent autant aux garçons qu'aux filles et peuvent être utilisés autant par les hommes que par les femmes. L'emploi de la forme masculine a pour seul but d'en faciliter la lecture.



Pour plus d'information sur *Y'a personne de parfait*, ou pour télécharger ce document, veuillez lancer une recherche utilisant « Y'a personne de parfait - Fiches de renseignements » sur Canada.ca.



Agence de la santé
publique du Canada

Public Health
Agency of Canada

Canada

Activités faciles et amusantes

Jouer à « coucou » et à « cache-cache »

- Les bébés et les jeunes enfants ont parfois peur lorsque leurs parents s'en vont. Vous pouvez jouer à des jeux qui enseignent à votre enfant que même si vous partez, vous revenez toujours.
- Vous pouvez commencer dès l'âge de 4 ou 5 mois. Assoyez votre bébé dans un siège pour bébé et assoyez-vous face à lui et assez près de son visage. Lorsque'il vous regarde, cachez votre visage derrière un morceau de tissu et dites : « Où suis-je? ». Quand il commence à agiter ses pieds et ses mains, enlevez le tissu et dites doucement : « Coucou! ». Souriez-lui. Attendez de le voir sourire et ensuite cachez-vous de nouveau. Allez-y lentement. Arrêtez si votre enfant semble perdre intérêt pour le jeu.
- Quand il sera plus âgé, votre enfant pourra jouer au jeu en tenant lui-même le tissu devant son propre visage.
- Quand vous jouez à « cache-cache » avec votre enfant plus âgé, cachez-vous à tour de rôle. Parfois, il se cachera dans un endroit où vous le voyez bien. Faites semblant de ne pas le voir et dites : « Où es-tu? ». Il sera tout excité. Cherchez à plusieurs endroits avant de dire : « Je t'ai trouvé! ». Ensuite, vous vous cachez et vous attendez qu'il vous trouve.

Les sentiments en images

- Vous pouvez fabriquer un livre de sentiments « fait maison ». Découpez des images d'enfants dans des revues et des journaux. Cherchez des images où les visages des enfants expriment différentes émotions. Collez les images sur des morceaux de carton. Faites deux trous sur le bord de chaque page. Enfilez de la ficelle dans les trous et rassemblez les morceaux de carton de manière à en faire un livre.
- Si vous avez un appareil photo, vous pouvez faire votre livre en utilisant des photos de votre enfant. Photographiez-le avec une expression triste, heureuse, fâchée, ennuyée, et cetera. Votre enfant se fera un plaisir de se regarder en photo. Laissez-le tourner les pages et vous nommer ses sentiments.

