

PETITS INSTANTS PARENTS-ENFANTS

Une BD pour aider les parents
à mieux comprendre
le développement de l'enfant.

**FONDATION
POUR
L'ENFANCE**
reconnue d'utilité publique





FONDATION
POUR
L'ENFANCE
reconnue d'utilité publique

Réalisation en partenariat avec l'association
STOPVEO ENFANCE SANS VIOLENCES

Stop
Enfance
sans violences **VEO**

FONDATION POUR L'ENFANCE

23 place Victor Hugo 94270 Le Kremlin-Bicêtre

Direction de la publication : VINCENT DENNERY

Rédaction en chef : MYRIAM BENDRISS

Illustrations : LA GRANDE ALICE - LAGRANDEALICE.COM

Conception et création : MORGANE LEMAIRE

Rédaction : MYRIAM BENDRISS, KARIN FLORMAN, SYBILLE BEAUVOIS, SÉVERINE VARIN, VALÉRIE MORENNE.

Remerciements : CÉLINE QUELEN, ASSOCIATION COPARENF DE LA COURNEUVE,
CENTRE SOCIAL DES HAUTS DE GAGNY, CENTRE DE SANTÉ DE ROMAINVILLE.

Impression : POINT COPIE, PARIS 15^e

Parution : NOVEMBRE 2019

© 2019, FONDATION POUR L'ENFANCE

TOUS DROITS DE REPRODUCTION ET D'ADAPTATION STRICTEMENT RÉSERVÉS POUR TOUS PAYS.

DÉPÔT LÉGAL : NOVEMBRE 2019

PRÉFACE

Tous les spécialistes de l'Enfance s'accordent sur une chose : écouter attentivement et dialoguer avec l'enfant est essentiel pour son développement et pour construire une relation parent-enfant saine, stable, sécurisante et rassurante dès son plus jeune âge.

Etre parent, c'est aussi comprendre ses propres émotions en tant qu'adulte, car les émotions nous guident, forment une boussole dans notre vie de tous les jours. Nos émotions sont ressenties et parfois même imitées par les enfants.

Ils expriment leurs émotions mais ne sont pas capables de les gérer avant l'âge de 6 ou 7 ans. L'adulte peut, à l'inverse, tenter de gérer l'expression de ses propres émotions lorsqu'il s'adresse à son enfant dans certaines situations.

L'enfance de chaque parent peut influencer ses pratiques éducatives. C'est un travail sur le long terme qui nécessite de la patience. Aucun parent n'est parfait.

Ce livret raconte des situations quotidiennes du point de vue de l'enfant pour montrer comment se déroule la découverte de son environnement, son goût pour l'exploration, ou encore comment parfois son cerveau est sur-stimulé par des bruits, couleurs, odeurs, ou mouvements.

Les saynètes de cette bande dessinée mettent en avant des pratiques qui répondent aux besoins de l'enfant et des réactions à adopter dans certaines situations du quotidien.

Ce livret ne donne pas de recette miracle ou de méthode d'éducation toute faite car il n'en existe pas ; chaque parent et chaque enfant sont différents.

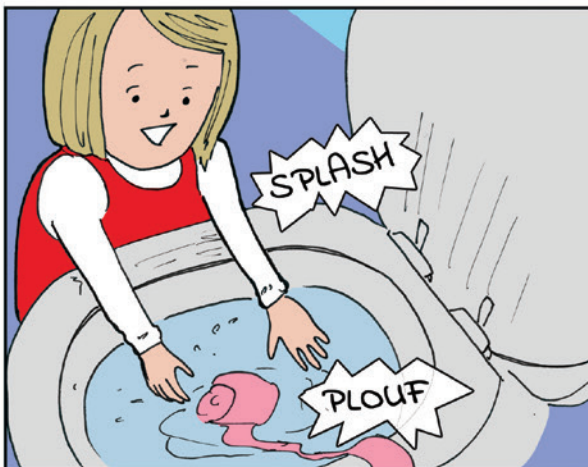
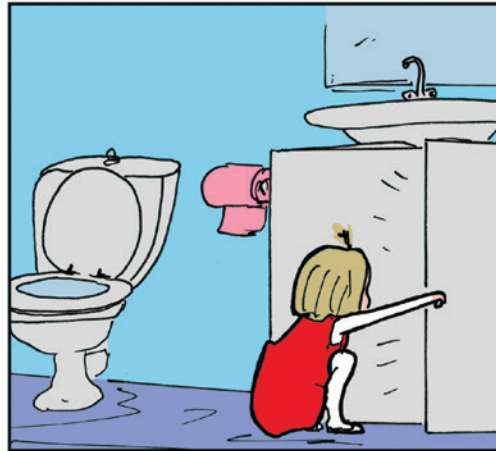
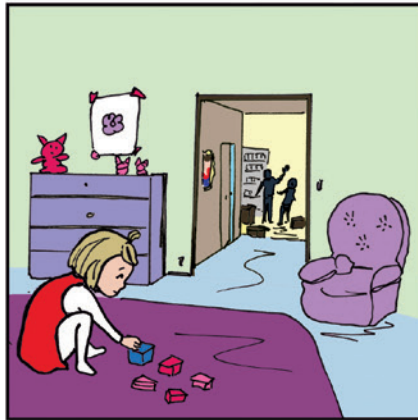
Bonne lecture !

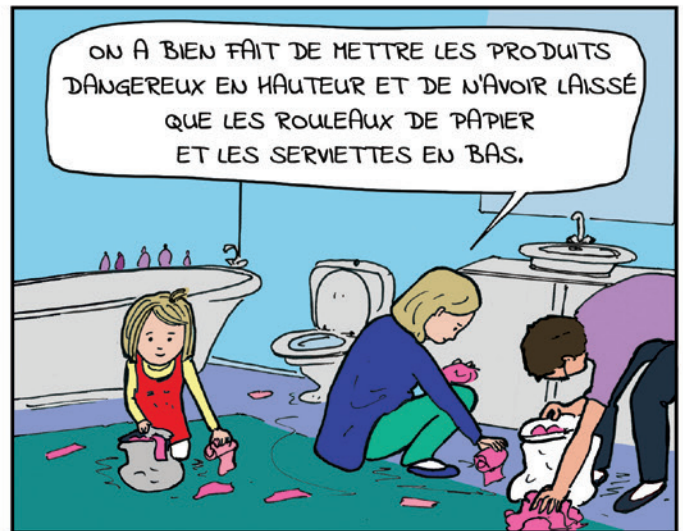
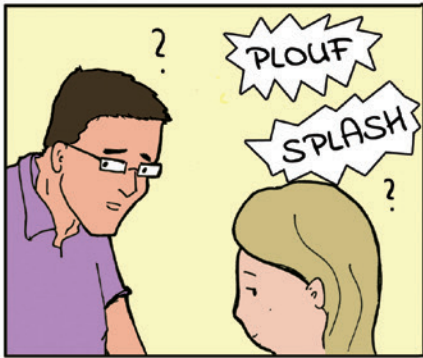


SOMMAIRE

3	PRÉFACE
6	DÉCOUVERTE DE L'ENVIRONNEMENT À LA MAISON
8	ÉCRANS, PARENTS ET ENFANTS
10	LES PLEURS DE L'ENFANT
12	MOMENT DU REPAS AVEC UN TOUT-PETIT
14	AU BAC À SABLE
17	BÉBÉ APPREND
20	GROSSE FRAYEUR
22	DESSINER SUR LES MURS
24	BESOIN DE BOUGER
26	LA DISPUTE ENTRE FRÈRE ET SŒUR
28	L'HEURE DE DORMIR
30	AU SUPERMARCHÉ
31	POUR NOUS JOINDRE

DÉCOUVERTE DE L'ENVIRONNEMENT À LA MAISON

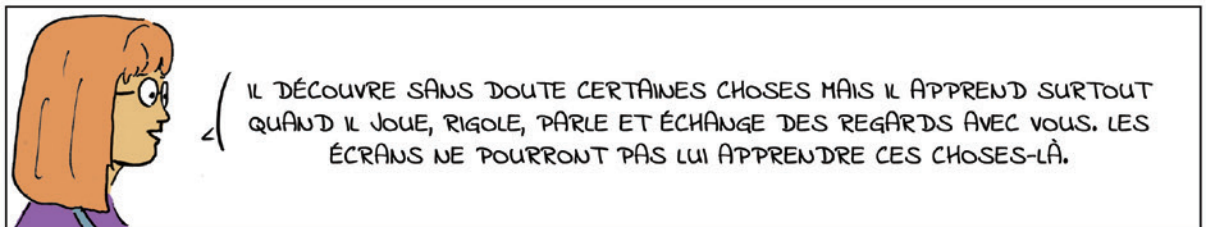


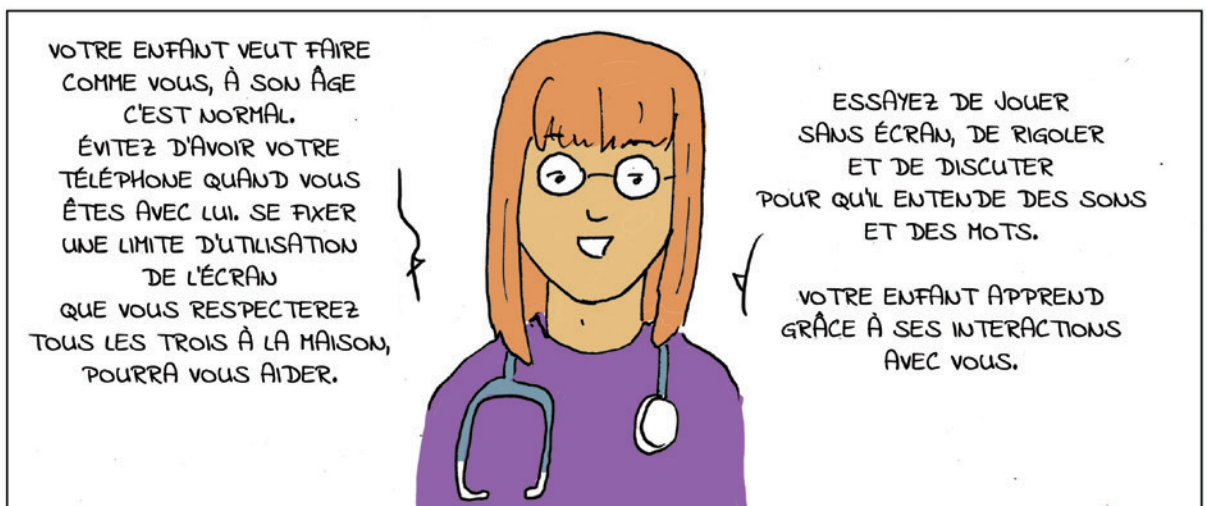


A PARTIR DE DEUX ANS, L'ENFANT DEVIENT PLUS AUTONOME, PEUT COURIR, S'ACCROUPIR, SAUTER SANS TOMBER, TOUCHER LES OBJETS. L'ENFANT SERA FASCINÉ PAR LES COULEURS, BRUITS, TEXTURES, SENSATIONS DES DIFFÉRENTES MATIÈRES SUR SA PEAU (LE PAPIER, L'EAU, LE TISSU...) ET RISQUE DE LES METTRE DANS SA BOUCHE.

IL EST IMPORTANT DE LE LAISSER FAIRE CES DÉCOUVERTES TOUT EN ASSURANT SA SÉCURITÉ SANS QU'IL N'AIT D'OBJETS DANGEREUX À SA PORTÉE.

ÉCRANS, PARENTS ET ENFANTS





POUR SE DÉVELOPPER, L'ENFANT DOIT PRATIQUER DES ACTIVITÉS PHYSIQUES ET ÉCHANGER DES REGARDS, DES BRUITS, DES SOURIRES AVEC SES PARENTS. OR, LE TEMPS PASSÉ DEVANT L'ÉCRAN, C'EST DU TEMPS QUI N'EST PAS CONSACRÉ AU JEU, AVEC D'AUTRES ENFANTS OU ADULTES. LES ENFANTS ONT VRAIMENT BESOIN D'ÊTRE ACCOMPAGNÉS POUR LIMITER LEUR TEMPS PASSÉ DEVANT LES ÉCRANS, GÉRER LEURS FRUSTRATIONS EN METTANT DES MOTS SUR CE QU'ILS RESSENTENT ET S'ORIENTER VERS D'AUTRES ACTIVITÉS. LES USAGES NUMÉRIQUES DES PARENTS ONT UN IMPACT ÉVIDENT SUR CELUI DE LEURS ENFANTS. RÉUSSIR À FIXER UN TEMPS LIMITE D'UTILISATION POUR TOUS À LA MAISON SERA UN PREMIER PAS VERS UN USAGE PLUS RÉGULÉ DES ÉCRANS.

PARLEZ À VOTRE ENFANT EN UTILISANT "JE", VOTRE EXPÉRIENCE VOUS SERVIRA POUR LE CONVAINCRE QUE VOUS AUSSI VOUS RESPECTEZ LES RÈGLES (PAS D'ÉCRAN À TABLE, PAS LE MATIN, PAS AVANT DE DORMIR...).

<https://lebonusagedesecrans.fr>
<http://digital-baby.fondation-enfance.org>
 Fondation pour l'enfance, étude enfance et numérique : <https://bit.ly/31GarNz>

LES PLEURS DE L'ENFANT



VOTRE BÉBÉ NE PLEURE PAS « PAR CAPRICE » OU POUR VOUS « MANIPULER » MAIS POUR S'EXPRIMER. IL SE PEUT QU'IL N'AIT PLUS ENVIE DE MANGER OU QU'IL AIT DES COLIQUES QUI PEUVENT ÊTRE TRÈS DOULOUREUSES POUR LES TOUT-PETITS.



PARFOIS MÊME, LES ÉTIQUETTES DE LEURS VÊTEMENTS PEUVENT LES GÊNER. C'EST DIFFICILE DE CONNAÎTRE LA RAISON EXACTE DES PLEURS, SURTOUT AU TOUT DÉBUT.

QUE POUVONS-NOUS FAIRE DE PLUS ?



SENTIR VOTRE PRÉSENCE ET ENTENDRE VOTRE VOIX VÂ RASSURER VOTRE ENFANT QUI SE SENTIRA AIMÉ ET EN SÉCURITÉ.

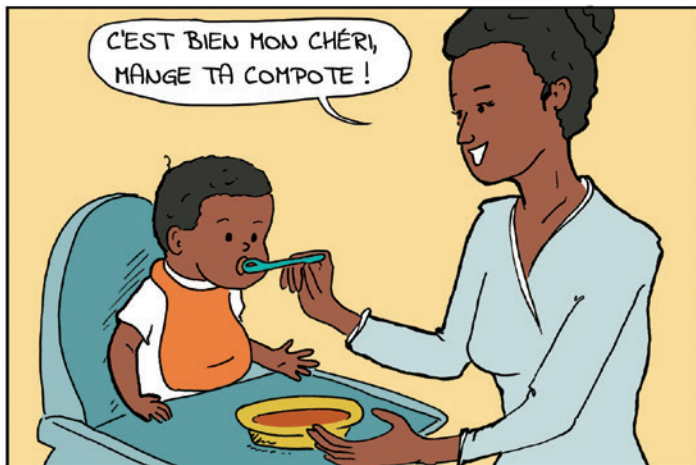


SI VOUS SENTEZ QUE LES PLEURS DE VOTRE BÉBÉ S'ACCROISSENT JUSQU'À DES CRISES D'ÉTOUFFEMENT, QU'IL REFUSE DE MANGER OU NE SE COMPORTE PAS NORMALEMENT, RAPPELEZ-VOI, CONTACTEZ UN AUTRE MÉDECIN SI JE NE SUIS PAS DISPONIBLE OU DIRECTEMENT LES URGENCES.



DÈS LA NAISSANCE, VOUS POUVEZ AVOIR L'IMPRESSION QUE VOTRE BÉBÉ PLEURE SOUVENT. SI VOUS SENTEZ QUE VOUS ÊTES ÉPUISE-E, AGACÉ-E OU ÉNERVÉ-E, IL N'EST PAS UTILE DE VOUS CULPABILISER. N'HÉSITÉS PAS À DEMANDER DE L'AIDE À VOTRE FAMILLE OU À CONTACTER LES NUMÉROS NATIONAUX D'AIDE À LA PARENTALITÉ.

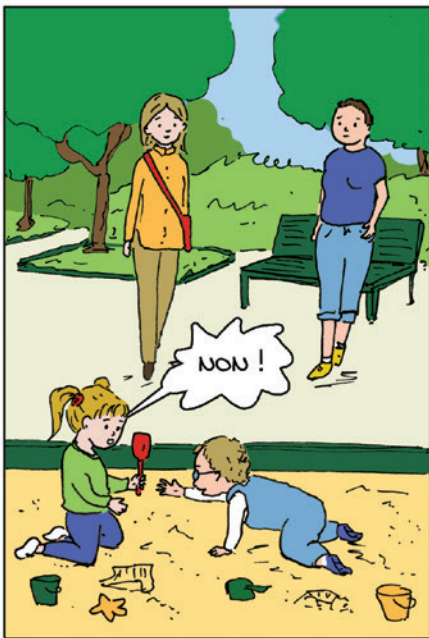
MOMENT DU REPAS AVEC UN TOUT-PETIT



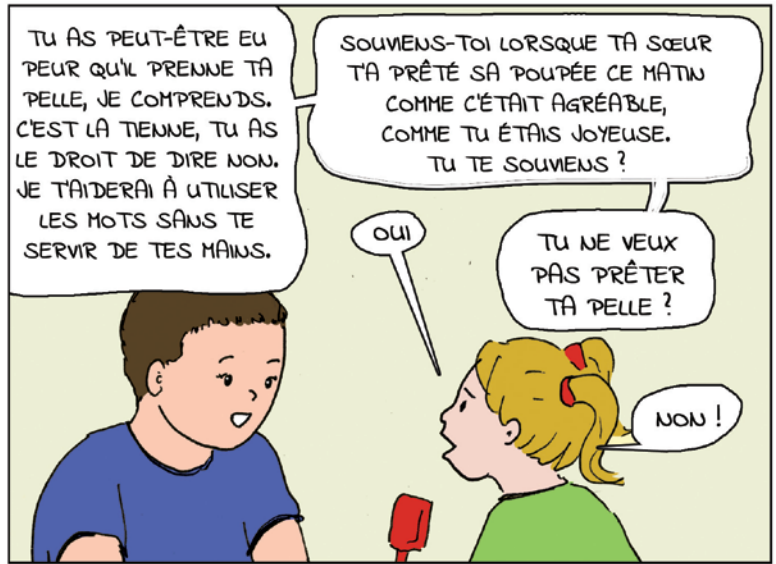


LES ENFANTS EXPLORENT, FONT DES ESSAIS.. LES VERRES D'EAU RENVERSÉS, LA NOURRITURE PAR TERRE... SONT DE PETITS INCIDENTS DE LA VIE DE TOUS LES JOURS QU'IL FAÛT ACCEPTER. L'ENFANT NE FAIT PAS DE « BÊTISE », IL TESTE DES CHOSSES POUR APPRENDRE ET LES COMPREND EN ESSAYANT PLUSIEURS FOIS, EN RÉPÉTANT SES GESTES. UN TOUT-PETIT PEUT DIFFICILEMENT RESTER ASSIS ET CALME PLUS DE 10-15 MINUTES PENDANT UN REPAS CAR IL N'A PAS ENCORE DE PATIENCE, SON CERVEAU N'EST PAS ENCORE CAPABLE DE GÉRER SES FRUSTRATIONS ET ÉMOTIONS. IL EST IMPORTANT DE NE PAS FORCER L'ENFANT À MANGER AFIN QU'IL PUISSE DÉVELOPPER UN RAPPORT SAIN À LA NOURRITURE.

AU BAC À SABLE







IL EST TOUT À FAIT NORMAL QU'UN ENFANT ÉPROUVE DES DIFFICULTÉS OU REFUSE DE PARTAGER SES JOUETS. LES ENFANTS SAVENT UNIQUEMENT QU'ILS DÉSIRENT L'OBJET OU LE JOUET, ILS CONSIDÈRENT QUE TOUT LEUR APPARTIENT. LES ENFANTS NE JOUENT PAS ENCORE ENSEMBLE, ILS ONT BESOIN D'AVOIR UN ESPACE BIEN À EUX ET LEUR PROPRE JOUET, ET D'ÊTRE RASSURÉS SUR LE FAIT QUE PERSONNE NE PRENDRA LEURS AFFAIRES, SANS LEUR ACCORD OU EN LEUR ABSENCE.

C'EST VERS 3 ANS QUE L'ENFANT COMMENCE À POUVOIR ATTENDRE SON TOUR.

À PARTIR DE 4 ANS, L'ENFANT EST CONTENT D'ÉCHANGER SES JOUETS.

ENFIN, VERS 5 OU 6 ANS (AVEC L'AIDE D'UN ADULTE), IL PEUT COMPRENDRE QUE SI UN OBJET EST PRÉCIEUX POUR LUI, IL PEUT L'ÊTRE POUR UNE AUTRE PERSONNE, MÊME SI À CET ÂGE IL EST ENCORE DIFFICILE POUR LUI DE SE METTRE À LA PLACE DE L'AUTRE.

LES ÂGES ÉVOQUÉS ICI SONT APPROXIMATIFS.

CHÂQUE ENFANT EST DIFFÉRENT ET SE DÉVELOPPE À SON RYTHME.

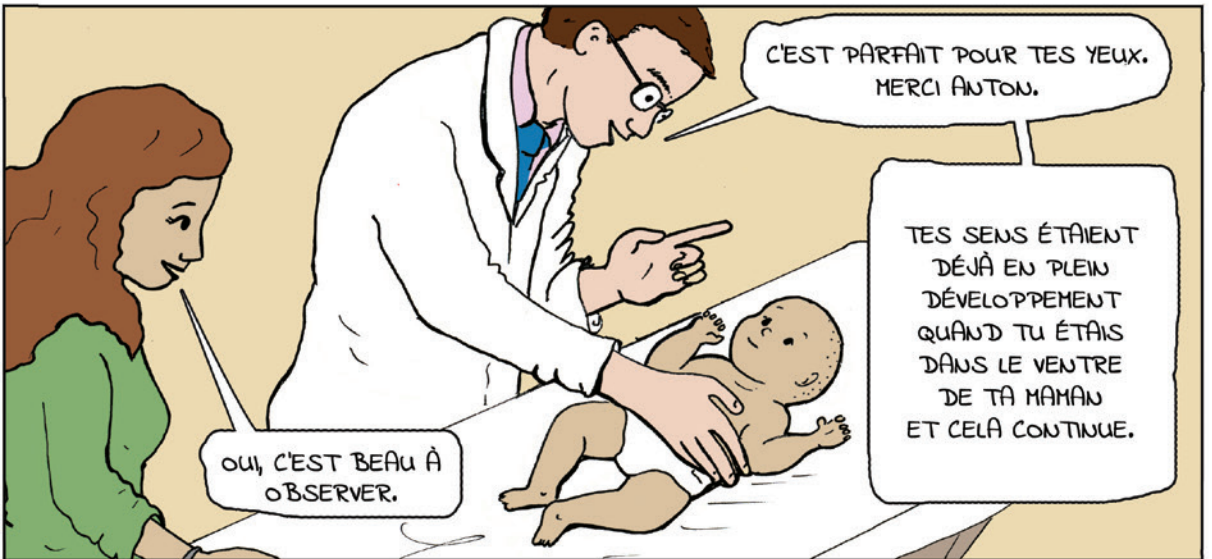
BÉBÉ APPREND

RENDEZ-VOUS CHEZ LE PÉDIATRE,
ANTON A 3 MOIS.



BONJOUR,
ENTREZ.

BONJOUR ANTON, ÇA VA ?
NOUS ALLONS PARLER ET
TEXAMINER TRANQUILLEMENT.
TE PESER ET TE MESURER
AUSSI. D'ACCORD ?



C'EST PARFAIT POUR TES YEUX.
MERCİ ANTON.

OUI, C'EST BEAU À
OBSERVER.

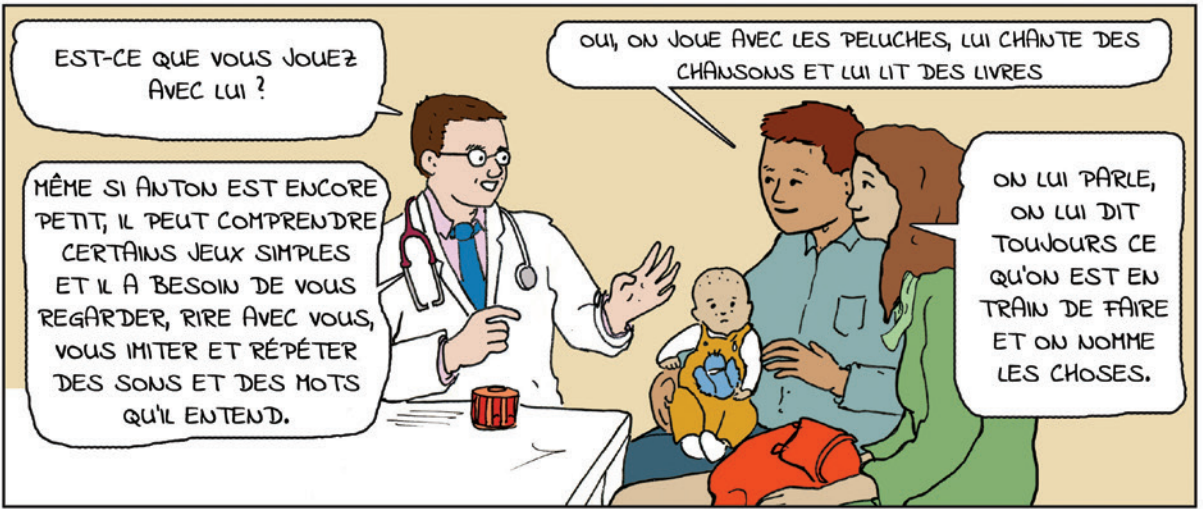
TES SENS ÉTAIENT
DÉJÀ EN PLEIN
DÉVELOPPEMENT
QUAND TU ÉTAIS
DANS LE VENTRE
DE TA MAMAN
ET CELA CONTINUE.


IL ARRIVAIT DÉJÀ À DIFFÉRENCIER VOS VOIX
QUAND IL ÉTAIT DANS VOTRE VENTRE - SURTOUT IL RECONNAISSAIT
DÉJÀ LA VOIX DE SA MAMAN. C'EST FORMIDABLE.




ET PENDANT LES PREMIERS MOIS,
IL APPREND À DIFFÉRENCIER
LES COULEURS, LES FORMES,
LES VOIX, LES SONS, LES ODEURS
ET, BIEN SÛR,
LES TEXTURES...

...EN TOUCHANT DES CHOSSES
ET EN LES METTANT
DANS LA BOUCHE.






OUI ANTON,
NOUS AVONS BIENTÔT TERMINÉ.



NOUS SAVONS AUJOURD'HUI, GRÂCE À LA SCIENCE,
QUE L'ÉDUCATION SANS VIOLENCE EST IMPORTANTE
POUR QUE L'ENFANT PUISSE BIEN GRANDIR ET S'ÉPANOUIR
JUSQU'À L'ÂGE ADULTE.

LES FESSÉES ET LES GIFLES, PAR EXEMPLE, LE FRAGILISENT
ET LE FREINENT DANS SON DÉVELOPPEMENT.

IL EXISTE BEAUCOUP DE FORMATIONS ET D'ATELIERS
QUI PEUVENT VOUS AIDER SI BESOIN.



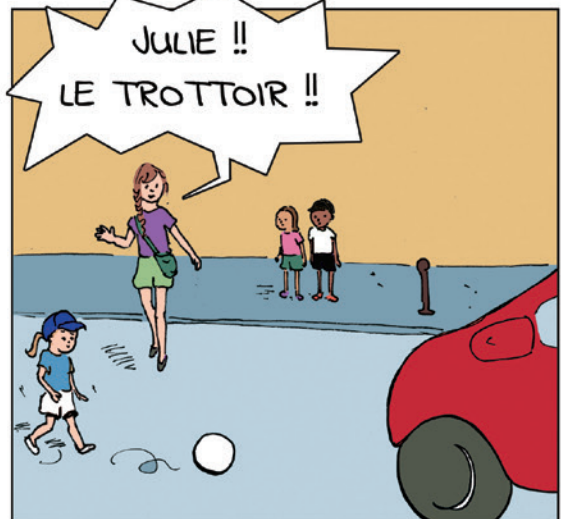
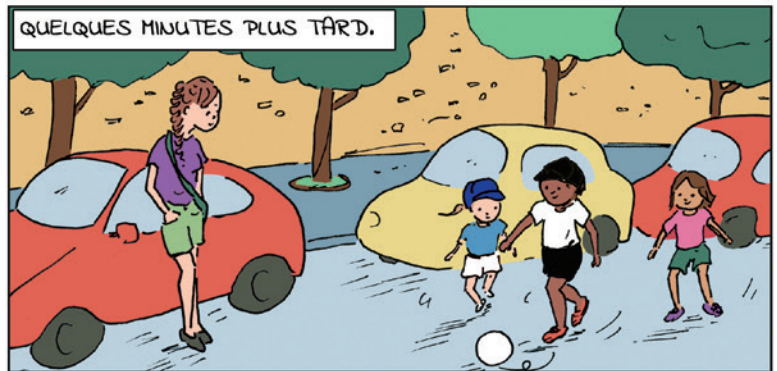
SI VOUS VOUS SENTEZ TRÈS FATIGUÉS OU STRESSÉS,
ESSAYEZ DE MOBILISER DES PROCHES
EN QUI VOUS AVEZ CONFIANCE,
ET AVEC QUI ANTON SE SENT BIEN, POUR VOUS AIDER
ET POUR VOUS ACCORDER UNE PAUSE.



MERCI DOCTEUR.

POUR SE DÉVELOPPER L'ENFANT A BESOIN D'INTERACTION AVEC SES PARENTS,
D'AMOUR ET DE SÉCURITÉ AFFECTIVE EN PARTAGEANT DES MOMENTS AVEC EUX, EN JOUANT,
EN RIGOLANT, EN LES IMITANT. C'EST SA MANIÈRE DE SE DÉVELOPPER
ET CES ÉTAPES SONT IMPORTANTES POUR QU'IL PUISSE SE CONSTRUIRE, AVOIR CONFIANCE
EN LUI ET S'OUVRIR AUX AUTRES. LORSQUE VOTRE ENFANT JOUE, IL APPREND EN MÊME TEMPS
ET SON CERVEAU ENREGISTRE DES CONNAISSANCES : DES MOTS, DES SONS, DES COULEURS...
CHAQUE EXPÉRIENCE EST UN NOUVEL APPRENTISSAGE.

GROSSE FRAYEUR

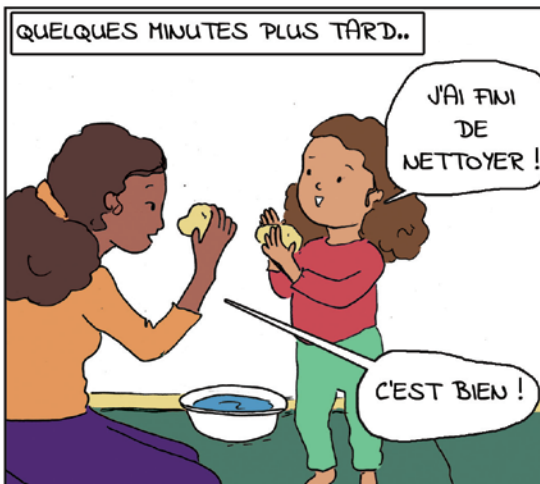
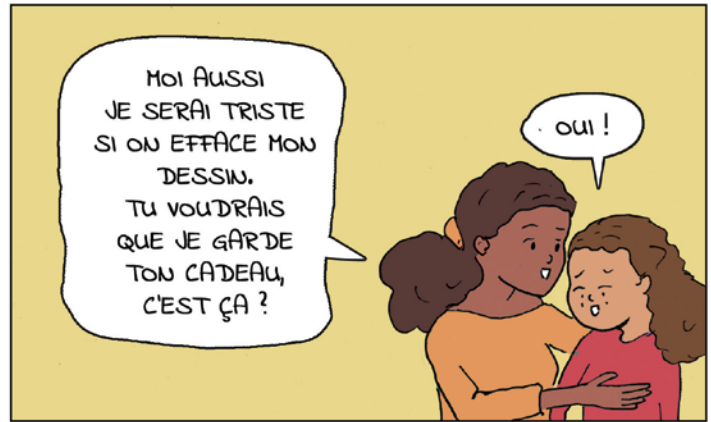




TOUTE INTERVENTION FORTE, BRUSQUE, VOIRE VIOLENTE, ENVERS UN ENFANT ENTRAÎNE POUR LUI UN ÉTAT DE STRESS IMPORTANT D'AUTANT PLUS QU'IL N'A PAS LA MATURITÉ POUR COMPRENDRE LA SITUATION QUI A PU GÉNÉRER LA RÉACTION DU PARENT. L'ADULTE PEUT ALORS METTRE DES MOTS SUR CE QUI S'EST PASSÉ ET RASSURER L'ENFANT EN LUI DISANT QU'IL EST DÉSOLÉ ET QU'IL N'A PAS VOULU LUI FAIRE PEUR OU LUI FAIRE MAL. L'ADULTE PEUT PARTAGER SON ÉMOTION AVEC L'ENFANT POUR L'AIDER À COMPRENDRE CETTE RÉACTION. CELA PERMETTRA À L'ENFANT DE S'APaiser, DE GARDER CONFIANCE EN L'ADULTE ET EN LUI-MÊME ET DE POUVOIR MIEUX COMPRENDRE LA SITUATION.

DESSINER SUR LES MURS

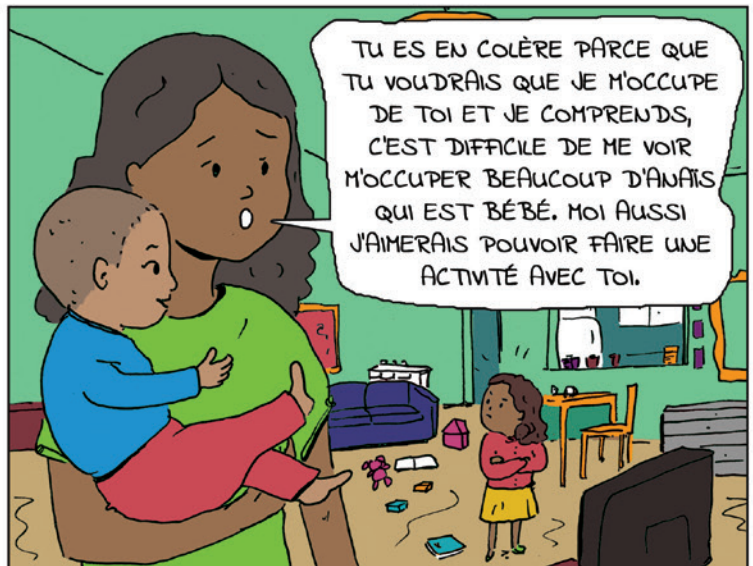


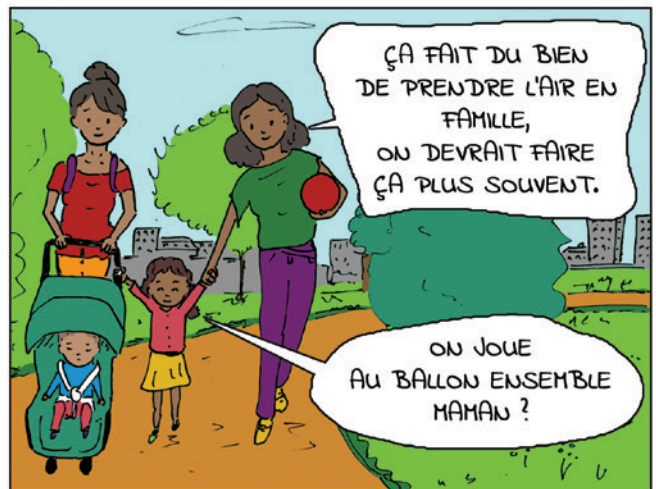


LES ENFANTS DESSINENT SUR LES MURS NON SEULEMENT PARCE QUE C'EST AMUSANT MAIS PARCE QUE C'EST PLUS FACILE POUR LEURS MAINS DE FAIRE DES TRAITS DEBOUT ET SUR UNE SURFACE VERTICALE LISSE.

ESSAYEZ DE DONNER À VOTRE ENFANT UN BLOC À DESSIN POUR QU'IL S'ADAPTE À UN AUTRE SUPPORT QUE LES MURS AVEC LE TEMPS. LES PETITS FONT DES EXPÉRIENCES QUI PEUVENT ÊTRE ASSOCIÉES À DES BÊTISES : SANS VOUS FÂCHER, DEMANDEZ-VOUS COMMENT L'ENFANT PEUT RÉPARER CE QU'IL A FAIT (CE N'EST PAS UNE PUNITION, LA RÉPARATION DOIT RESPECTER L'ENFANT ET ÊTRE EN LIEN AVEC L'EXPÉRIENCE). LA RÉPARATION FAIT PARTIE DE LA RESPONSABILISATION, C'EST UNE OCCASION D'APPRENDRE.

BESOIN DE BOUGER





ESSAYEZ D'EXPLIQUER CE QUE VOUS RESSENTEZ À VOTRE ENFANT LORSQUE VOUS AVEZ DU MAL À AFFRONTÉ LA SITUATION OU QUE VOUS NE POUVEZ PAS SATISFAIRE SES DEMANDES. LUI PROPOSER UNE AUTRE ACTIVITÉ PEUT ÊTRE UNE SOLUTION. PAR AILLEURS, LES ENFANTS ONT BESOIN DE BOUGER. LES EMmener JOUER AU PARC OU DANS LA NATURE EST IDÉAL POUR LEUR DÉVELOPPEMENT.

SI VOUS NE POUVEZ PAS SORTIR, IL EST POSSIBLE D'INSTALLER UN TAPIS DE JEU AVEC DES COUSSINS DANS VOTRE PIÈCE DE VIE POUR LAISSER VOTRE ENFANT JOUER AU SOL EN SÉCURITÉ.

BOUGER EST ESSENTIEL POUR LES ENFANTS : EN PLUS DE SE DÉPENSER, ILS LIBÈRENT DES TENSIONS, DÉVELOPPENT LEUR MOTRICITÉ ET LEUR CONFANCE EN EUX.

BOUGER À L'OCCASION D'UN JEU PARENT/ENFANT RÉPOND AUSSI AUX BESOINS AFFECTIFS DE L'ENFANT.

LA DISPUTE ENTRE FRÈRE ET SŒUR



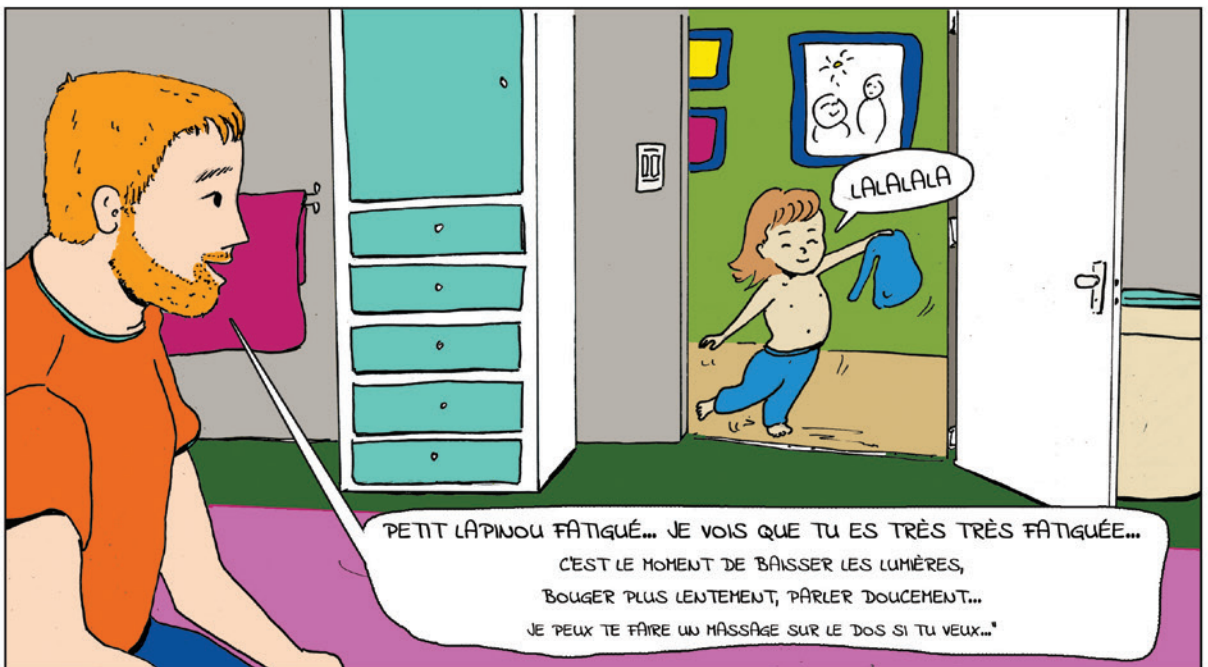


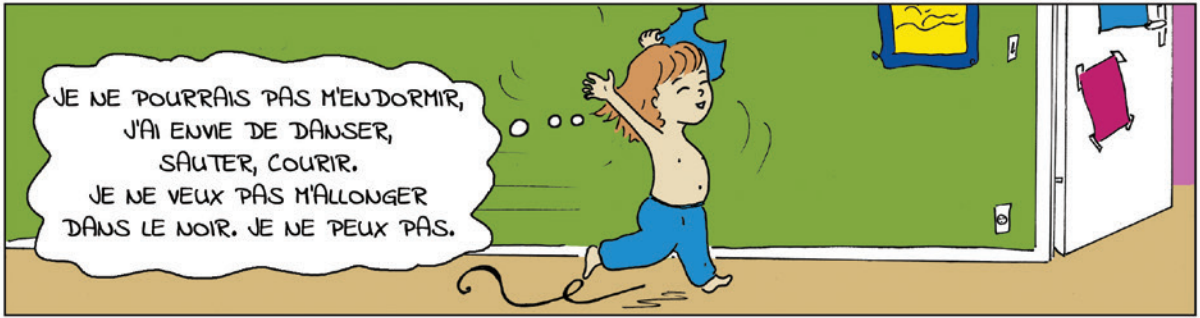
QU'AND LE PARENT INTERVIENT EN TANT QUE MÉDIATEUR QUI ÉCOUTE ET SOUTIEN LES DEUX PARTIES, LES ENFANTS ARRIVENT PLUS SOUVENT À RESTER CALMES ET RACONTER CE QUI S'EST PASSÉ. L'ADULTE PEUT AIDER LES ENFANTS À METTRE DES MOTS SUR CE QU'ILS RESSENTENT ET LES PRÉPARE AINSI À PARVENIR, AVEC LE TEMPS, À RÉSOUDRE LEURS CONFLITS TOUT SEULS ENTRE EUX, SANS L'AIDE DU PARENT.

C'EST UNE FAÇON D'INTERVENIR PLUS CONSTRUCTIVE QUE LA POSTURE "POLICE"/"JUGE" - LE PARENT QUI INTERVIENT POUR DONNER SON AVIS SUR QUI A RAISON ET QUI A TORT ET/OU POUR PUNIR UN OU PLUSIEURS ENFANTS.

DANS LE DERNIER CAS, ILS RISQUENT DE RESSENTIR DE L'INJUSTICE ET DE LA COLÈRE, CE QUI FAVORISE LES CONFLITS FUTURS. CELA PEUT AUSSI ENCOURAGER LES ENFANTS À MENTIR ET CACHER LES FAITS, POUR NE PAS ÊTRE PUNIS, CE QUI AURA UN IMPACT NÉGATIF SUR LA RELATION PARENTS ET ENFANTS.

L'HEURE DE DORMIR





POUR ACCOMPAGNER L'ENFANT LORSQU'IL OU ELLE DOIT SE METTRE EN PYJAMA, VOUS POUVEZ ESSAYER UN JEU POUR LE/LA CONVAINCRE DE LE FAIRE SANS PRESSION. AVANT D'ALLER AU LIT, C'EST IDÉALEMENT TEMPS CALME POUR ÉVITER DE FAIRE MONTER L'EXCITATION VOIRE L'ÉNERVERMENT DE L'ENFANT (MÊME SI LES ENFANTS ONT PARFOIS BESOIN DE RIRE POUR SE DÉTENDRE). LUI CHANTER UNE CHANSON DOUCE, LUI RACONTER UNE HISTOIRE. BAISSER L'INTENSITÉ DE LA LUMINOSITÉ DANS SA CHAMBRE L'AIDERA À SE CALMER. SI VOTRE ENFANT REFUSE DE SE METTRE EN PYJAMA AU DÉBUT, CE N'EST PAS PARCE QU'IL OU ELLE NE VEUT PAS VOUS ÉCOUTER MAIS PLUTÔT PARCE QUE L'ENFANT SE CONCENTRE SUR SON ACTIVITÉ/JEU ET N'A PAS ENCORE LA NOTION DE TEMPS ET DE RÉALITÉ (BESOIN D'ALLER DORMIR POUR ÊTRE EN FORME LE LENDEMAIN).

AU SUPERMARCHÉ





POUR NOUS JOINDRE

FONDATION POUR L'ENFANCE

23, PLACE VICTOR HUGO 94270 LE KREMLIN BICÊTRE

CONTACT : MYRIAM BENDRISS

TÉL : 01 43 90 63 13

myriam.bendriss@[fondation-enfance.org](mailto:myriam.bendriss@fondation-enfance.org)

FONDATION POUR L'ENFANCE

reconnue d'utilité publique

FONDATION POUR L'ENFANCE

RECONNUE D'UTILITÉ PUBLIQUE PAR DÉCRET DU 27 JUILLET 2012

23 PLACE VICTOR HUGO 94270 LE KREMLIN BICÊTRE - TÉL : 01 43 90 63 10

www.fondation-enfance.org

En partenariat avec l'association StopVEO, présidée par Céline Quelen

www.stopveo.org - contact@stopveo.org

