

VOUS ET VOTRE BÉBÉ OU VOTRE TRÈS JEUNE ENFANT



pour les
femmes

À partir de la naissance jusqu'à l'âge de deux ans, les bébés grandissent et évoluent rapidement. Durant cette période, les petits enfants nécessitent des contacts corporels fréquents. On doit répondre rapidement à leurs besoins de nourriture et de changement de couche. Il leur faut aussi suffisamment de sommeil et beaucoup d'interaction face à face. Ils dépendent entièrement des adultes qui ont l'obligation de leur procurer une bonne nutrition, un accès fiable aux soins de santé (par ex. vaccinations, surveillance du développement), de la stabilité basée sur des routines et beaucoup d'affection.

Les étapes énumérées ci-dessous s'appliquent normalement aux enfants à partir de leur naissance jusqu'à l'âge de deux ans. Lesquelles avez-vous remarquées jusqu'ici chez votre bébé ou votre tout-petit ?

- il sourit, rit et fait des bruits de gargouillement
- il vous suit avec ses yeux
- il saisit et retient des petits objets (puis les met habituellement dans sa bouche)
- il s'attache à une certaine personne plus qu'aux autres, c'est-à-dire à celle qui prend soin de lui
- il absorbe des connaissances en regardant, en écoutant, en touchant, en goûtant et en sentant
- il se fâche et pleure lorsqu'il veut quelque chose, mais qu'il est incapable de le dire
- il est inquiet près des personnes qu'il ne connaît pas et lorsqu'il est séparé de la personne qui s'occupe de lui habituellement
- à la longue, il dort moins et devient plus actif pendant la journée
- il devient plus robuste : il roule sur lui-même, il rampe, il s'assoit, il marche quand on le soutient, puis il marche tout seul
- il se nourrit avec une cuiller, il tient un crayon à colorier
- les crises de colère sont fréquentes, il fait le contraire de ce que vous lui demandez
- il passe des paroles de bébé à des mots véritables, et il est capable d'enchaîner deux ou trois mots ensemble

Chaque enfant est unique en son genre. Choisissez six mots pour décrire votre bébé ou votre tout-petit à une personne qui ne l'a jamais rencontré (par ex. babillard, capricieux, aventureux, occupé, intelligent, timide).

Lorsqu'un bébé ou un très jeune enfant est témoin de violence à la maison, il pourrait ressentir des choses comme celles-ci ...

- il pourrait être angoissé ou effrayé par des bruits intenses tels que des cris
- il pourrait être de mauvaise humeur parce qu'on ne satisfait pas à ses besoins selon ses désirs
- il est possible qu'il ait peur d'explorer et de jouer
- il pourrait ressentir la tension et le stress que sa mère endure

Ce que votre bébé ou votre tout-petit pourrait ressentir maintenant

Les bébés et les tout-petits sont évidemment trop jeunes pour comprendre ce qui se passe entre les adultes dans la maison, mais ils entendent le bruit et sentent la tension intuitivement. Maintenant que vous êtes loin de la violence et des querelles, l'enfant est heureux tout simplement d'être avec vous, d'être nourri régulièrement et d'avoir la chance de jouer. Les bébés et les tout-petits vivent dans le présent. Le passé et l'avenir ne les inquiètent pas tellement. Il faut toutefois se rappeler que les routines prévisibles sont réconfortantes pour un petit enfant.

Ce que vous pourriez ressentir au sujet de votre bébé ou très jeune enfant ...

- amertume** ...si vous êtes trop fatiguée ou bouleversée pour répondre à son besoin d'attention constante
- culpabilité** ...si vous regrettez le fait que le père de l'enfant n'est pas affectueux ni digne de confiance
- inquiétude** ...si vous êtes mal à l'aise quant à la sécurité de l'enfant lorsqu'il visite votre ex-conjoint

Les bébés et les tout-petits ont besoin de vous toute la journée et tous les jours. Une telle responsabilité est écrasante et épuisante. Vous devez donc trouver des façons de vous reposer un peu, afin de ne pas être trop stressée et trop fatiguée pour répondre aux exigences d'un bébé ou d'un jeune enfant actif.

Les visites d'un bébé chez votre ex-conjoint

Lorsque votre bébé rend visite à votre ex-conjoint, vous pourriez vous tracasser au sujet de la sécurité de l'enfant ou avoir des doutes sur la capacité de cet homme de bien s'occuper d'un bébé. Relativement à ces visites, vous désirez conclure un accord qui tienne compte de vos inquiétudes. Il pourrait s'avérer très difficile ou même impossible pour vous de négocier une telle entente. C'est pourquoi vous devriez faire appel à un(e) avocat(e). Si, financièrement, vous n'êtes pas en mesure d'en engager un(e), compte tenu de vos revenus, vous pourriez avoir droit à l'aide juridique provinciale. Les renseignements de la page 66 pourraient vous être utiles.

Devriez-vous tenter d'expliquer la violence à un très jeune enfant ?

Non ! À cet âge, les enfants, même ceux qui ont commencé à parler et à reconnaître certains mots, ne peuvent pas comprendre les concepts impliqués dans la violence familiale et une séparation conjugale. Les actes sont alors plus éloquents que les mots.

Comment aider votre bébé ou très jeune enfant

Les enfants ne devraient jamais vivre dans une atmosphère de violence. C'est en quittant ce milieu que vous remplirez le mieux votre rôle de mère. Voici quelques autres suggestions :

- consacrez plus de temps à des interactions face à face, avec beaucoup de gazouillis et de rires; le bébé adore voir votre visage et entendre votre voix
- tenez-le dans vos bras, embrassez-le et dites-lui que vous l'aimez
- inscrivez-vous à un cours de formation pour les parents ou lisez des bons livres à ce sujet, surtout si vous n'êtes pas sûre de vous-même ou s'il s'agit de votre premier enfant
- liez-vous d'amitié avec d'autres nouvelles mamans ou joignez-vous à un groupe de jeunes mères
- trouvez des gens fiables pour garder votre enfant quand vous voulez aller faire des emplettes, prendre une marche ou voir un film
- même si vous ne travaillez pas, vous pourriez utiliser un bon centre de puériculture dans certains cas
- si une représentante du service de santé publique vous rend visite régulièrement, demandez-lui des conseils
- si vous vous sentez trop débordée ou accablée pour vous occuper du bébé, trouvez immédiatement quelqu'un pour le garder, puis sortez ou reposez-vous un peu
- **NE SECOUEZ JAMAIS UN BÉBÉ.** Les secousses peuvent entraîner des lésions cérébrales permanentes et même la mort de l'enfant
- prenez bien soin de votre santé ... car il a besoin de vous



Visitez un Centre de la petite enfance de l'Ontario. Pour savoir où se trouve le centre le plus près de chez vous, consultez le site www.ontarioearlyyears.ca ou appelez sans frais le service de renseignements de l'Ontario au 1-800-267-8097 (1-800-268-7095 pour les malentendantes)