



Les premiers contacts

...font toute la différence

ATTACHEMENT DU NOURRISSON - RENSEIGNEMENTS UTILES POUR LES PARENTS ET LES FOURNISSEURS DE SOINS

L'ATTACHEMENT DU NOURRISSON EST...

- le lien affectif qu'établit le nourrisson avec le principal fournisseur de soins, habituellement sa mère. Il s'agit « d'un lien qui les unit dans l'espace et qui s'accroît avec le temps »¹.

LA SÉCURITÉ DE L'ATTACHEMENT EST IMPORTANTE...

- pour que votre bébé se développe de façon saine, pour qu'il puisse explorer et apprendre, et aussi pour qu'il ait de bonnes relations avec les autres.

L'ATTACHEMENT SÉCURISANT DU NOURRISSON SE DÉVELOPPE LORSQUE...

- vous répondez à votre bébé rapidement, de façon chaleureuse et attentionnée (caresser, serrer, bercer, parler tendrement, réconforter) s'il est effrayé, fâché, malade ou blessé. Il se sent alors en sécurité et rassuré et il apprend à faire confiance aux autres;
- vous jouez et interagissez avec votre bébé selon qu'il trouve cela agréable.

CE QUE VOUS POUVEZ FAIRE EN TANT QUE PARENT ET FOURNISSEUR DE SOINS...

- Donnez des soins chaleureux, attentionnés et fiables. Par votre façon de répondre à votre bébé, vous lui exprimez ce que vous ressentez à son égard;
- Soyez attentif à la façon dont votre bébé réagit à vos soins. Cela vous aidera à être plus sensible aux signaux qu'il vous envoie - aux différents moyens qu'il utilise pour communiquer ses sentiments et faire part de ses besoins;
- Ayez des contacts étroits avec votre bébé et assurez-lui une présence active;
- Connaître le massage pour bébé a beaucoup d'avantages pour vous et votre bébé. Il peut créer un moment spécial dans votre journée pour se détendre, établir un lien avec votre bébé et se concentrer sur lui/elle.
- À mesure que votre bébé grandit, sachez quelles activités et quels jouets suscitent son intérêt.

¹Ainsworth, MDS et Bell, SM., « Attachment, exploration, and separation: Illustrated by the behaviour of one-year-olds in a strange situation », *Child Development*, 41 (1970), p.49-67.

ATTACHEMENT DU NOURRISSON - RENSEIGNEMENTS UTILES POUR LES PARENTS ET LES FOURNISSEURS DE SOINS

AUTRES RENSEIGNEMENTS UTILES...

- Le cerveau de votre enfant continue de se développer après la naissance. L'attachement influe sur ce développement et se répercute sur le raisonnement, l'apprentissage, les sentiments et le comportement et ce, pendant toute la vie.
- Vos propres expériences en tant qu'enfant peuvent influencer la relation que vous avez avec votre bébé. Si vous êtes préoccupé au sujet de votre enfance, parlez-en à un médecin, à une infirmière, à un travailleur social ou à tout autre professionnel qui puisse vous aider;
- Si vous trouvez que votre bébé est « difficile », cela peut se répercuter sur ce que vous ressentez envers lui et sur vos réactions à son endroit. Il serait peut-être bon que vous en discutiez avec votre médecin ou un autre professionnel;
- Obtenez du soutien de votre famille, de vos amis ou de groupes communautaires. Si vous trouvez le rôle de parent trop exigeant parlez-en à des professionnels comme votre médecin ou une infirmière donnant des soins à domicile;
- Si vous vous sentez déprimé, si vous n'arrivez pas à profiter de la présence de votre bébé, si vous sentez monter de la colère ou si vous vous sentez dépassé, abordez la question avec votre médecin, une infirmière ou un autre professionnel. Ces sentiments peuvent vous empêcher de bien répondre aux besoins de votre nourrisson;
- Élever un enfant peut représenter beaucoup de travail. Si vous avez besoin de parler à quelqu'un dès maintenant, adressez-vous à la ligne Assistance Parents, au 1-888-603-9100. Vous y trouverez quelqu'un pour discuter avec vous en tout temps.

Toutes les fleurs de demain sont dans les semences d'aujourd'hui.

- Proverbe chinois

