



« Tous les enfants méritent de se développer dans un cadre de vie harmonieux, joyeux et respectueux »

Capsule « Vers l'Avant » février 2014
Par Marie-Ève Croteau et Danie Côté

Les aînés avec le nouveau bébé!

Le grand moment tant désiré est arrivé! Le nouveau-né vient tout juste de rejoindre les bras de ses parents! Toute la famille comblée baigne dans un flot d'émotions! Durant les semaines qui suivront, la fatigue risque d'être au rendez-vous : nuits raccourcies, chamboulement hormonal, horaire modifié en fonction du bébé... Bref, les parents savent globalement ce qui les attend, mais qu'en est-il de l'aîné? Malgré la préparation du nouveau venu, il est normal que certains enfants puissent réagir négativement. Comme chez les adultes, l'arrivée d'un bébé génère bien des changements chez la fratrie. Les frères et sœurs peuvent valser rapidement entre le bien-être et la frustration. Il importe de demeurer à l'écoute du message véhiculé par l'enfant en observant son comportement. Voici quelques pistes pouvant faciliter vos interventions :

Conserver des moments privilégiés en tête-à-tête. Planifier dans la routine une période de qualité pour vous deux (jeu de société, chansons, massages...).

Préserver autant que possible de la stabilité dans les routines de l'aîné : histoire du soir, un moment collé mutuellement avant de le coucher, petit film le samedi matin... Vaut mieux décaler un peu la routine que modifier complètement ses repères habituels.

Soyez à l'aise d'impliquer l'entourage. Papa peut valoriser le statut de « grand frère » en participant à une activité hebdomadaire juste avec lui. Un nouveau cours, du vélo, l'épicerie... Les grands-parents, des amis de la famille peuvent venir le chercher pour participer à une sortie spéciale à laquelle lui seul a droit!

Étant donné qu'un nouveau-né requiert plusieurs soins, l'aîné (selon son âge) peut facilement se responsabiliser en effectuant des tâches : apporter une couche, tenir le biberon, plier le linge avec nous, changer une couche sous supervision, faire le rot. Il se sentira important et fier! Penser de le remercier en lui mentionnant comment il est serviable et gentil! La valorisation directe devant la visite venue visiter le bébé est très efficace!

L'aide apportée doit être faite dans le plaisir et le jeu! Avec une poupée, c'est aussi amusant de reproduire la tâche en même temps que l'adulte. Respecter les refus si certains jours le grand frère n'a pas envie de participer aux soins du bébé. Aider doit demeurer une fierté contrairement à une corvée!

Écouter et aider l'aîné à exprimer d'une façon adéquate ses émotions de joie, de tristesse, de jalousie, etc. Dans les situations de « débordements » et d'excitation, répondez au surplus d'énergie en tenant compte de ses intérêts : courez autour de la maison, dansez au son de sa musique préférée ou pratiquez des roulades. Dans les cas où les frustrations prennent de l'ampleur, proposez de les libérer à travers une bataille d'oreillers, en frappant dans un « punching bag » ou en pétrissant intensément de la pâte à modeler. Une fois que le niveau d'émotions est stabilisé, associez un mot à l'état précédent. Avec les plus vieux, discuter de l'élément déclencheur qui a provoqué ce comportement et chercher des solutions.

Faites-vous confiance mutuellement, chacun son rythme pour apprivoiser une nouvelle dynamique familiale! Un jour à la fois, regardez vers l'Avant!

Si vous avez des inquiétudes à propos du développement d'un enfant, veuillez consulter des professionnels (orthophoniste, pédiatre, ergothérapeute, psychologue...) pour une évaluation appropriée.