Bébé et moi, une communication

Jose Luis Pelaez Inc./Blend Images/Corbis

Votre loulou est un as de la com'. Cependant, pour lui permettre de peaufiner son art et lui assurer une vie pleine de rencontres et d'échanges, vous avez votre mot à (lui) dire. Au travail !

PAR HÉLOÏSE JUNIER

Anna Powlalowska/Free/Oredia

extraordinaire !

DÈS SES PREMIERS MOIS, nous mettons en place avec notre enfant une façon de converser unique qui construira notre histoire à tous deux. L'utilisation que nous faisons de notre visage, de notre regard, de notre voix ou nos mains constitue le premier contact de notre bébé avec le monde humain. Eh oui, ce petit bout d'homme ou de femme vient au monde avec un pouvoir fabuleux, celui d'être attiré par les contacts humains et de les provoquer ! **Mais ses capacités à entrer en relation avec son entourage sont encore "immatures".** Ainsi, au fur et à mesure du développement de certaines de ses facultés (son sourire, son regard, etc.), vos échanges vont profondément s'intensifier. Chacune d'entre nous se comporte de manière intuitive et spontanée avec son bébé. Que nous en ayons conscience ou non.... Exemple : pour lui parler, nous avons tendance à employer un timbre de voix plus élevé, à **simplifier notre vocabulaire et schématiser nos phrases,** à produire des sons sans signification, à exagérer nos expressions.

Le "parler bébé", c'est tout bon !

Plus frappant : non seulement cette façon de communiquer avec notre enfant est totalement naturelle, mais elle se révèle aussi universelle ! Tiens, juste pour vous divertir, adressez-vous à intervalles réguliers et rapides à votre conjoint puis à votre enfant, puis à votre conjoint, puis à votre enfant. Vous vous amuserez de voir à quel point votre manière de parler varie d'un interlocuteur à l'autre !

Son premier sourire

Comme le regard, le sourire de Bébé va vite évoluer pour devenir le vrai sourire social que nous utilisons tous au quotidien. En fait, **la forme de ce sourire ne varie pas au cours de notre développement. Seul ce qui le déclenche change !**

"J'ai la sensation que, dès sa naissance, Mathilda me souriait ! C'était un sourire mignon, très craquant, proche de celui de sa maman. J'en ai fait des jolies photos !" témoigne Livio, papa de Mathilda (9 mois). En réalité, les premiers sourires des bébés ne sont que le résultat d'excitations internes telles que la faim ou le sommeil, un genre de sourire "réflexe". Mais c'est justement parce que vous qualifiez ce mouvement des lèvres de sourire, et donc que vous lui souriez en retour, que celui-ci va devenir un sourire intentionnel. C'est alors qu'apparaît ce fameux sourire "social" tant attendu par les parents, vers le 3e mois.

Vous êtes un outil d'éveil fabuleux

Entre adultes comme entre enfants, toute communication constitue un aller-retour, **l'attitude de l'un influençant celle de l'autre et vice versa.** La preuve, vous ne vous adresserez pas de la même manière à votre patron s'il est détendu ou s'il semble en colère. Son attitude modifie votre propre attitude.

Nous passons nos journées à adapter notre comportement à notre interlocuteur, plus ou moins consciemment. Eh bien, c'est pareil entre vous et votre enfant, et ce, quel que soit son âge ! Karine raconte : *"Au début, lorsque je déposais Alix, mon fils de 7 mois, à la crèche, il m'arrivait de verser des larmes. C'est bizarre mais j'avais la sensation que ma tristesse "déteignait" sur lui. Je trouvais qu'il manquait d'entrain par rapport à d'habitude.* ***J'ai réussi à prendre sur moi, je fus plus sereine et du coup, j'ai vu que mon fils l'était aussi...*** *"* Soucieuse et inquiète lorsque Bébé pleure, vous modifiez involontairement l'expression de votre visage, vous esquissez une moue perplexe, vous vous pincez les lèvres, vous froncez les sourcils. Et cela va forcément agir sur son propre comportement, voire entretenir ses pleurs. Comme l'ont prouvé d'innombrables études, votre enfant est très sensible à l'expression de votre visage.

Des jeux pour le stimuler davantage !

"J'adore jouer au "coucou" avec mon petit Jean. Et il s'amuse autant que moi ! Quand nous partageons ce moment, je me dis que les autres doivent me prendre pour une maman gaga. Mais quel bonheur !" confie Colette, maman de Jean (8 mois). En effet, le fameux "jeu du coucou" permet d'éveiller votre enfant, d'entrer facilement en contact avec lui et bien sûr... de procurer beaucoup de plaisir !

Quand Maman me donne confiance

On appelle ça la "falaise visuelle" : un bébé de 12 mois est placé sur une table en verre qui le sépare de sa mère, et dont la transparence crée une illusion de vide. Les résultats montrent que les enfants dont la mère sourit franchissent cette falaise sans hésiter... Tandis que ceux dont la mère a un visage effrayé ne s'y aventurent pas ! Conservez cette petite histoire en tête et imaginez le nombre de fois où vous pourrez aider votre bout'chou, d'un simple regard ou d'une mimique, à surmonter un nouveau challenge !

Boccabella Debbie/Onedia

Castejon Aline /Oredia

"Dès les premiers jours de Liam...

... j'ai trouvé qu'il circulait entre nous une énergie très forte quand on se regardait dans les yeux, c'était au-delà des mots, c'était très beau !"

Bénédicte, maman de Liam (15 mois)

Cette activité, qui consiste en une succession de disparitions et de réapparitions du visage, est depuis toujours le jeu préféré des enfants ! Même chose avec les bisous de Diane sur le ventre de Yannick (8 mois) : *"Quand je le change, j'en profite pour lui faire des "prouts" sur le ventre avec ma bouche. Ça le fait rire !"*

Votre loulou apprécie d'être stimulé, éveillé... Cette stimulation peut être sensorielle (lui chatouiller le bout des pieds avec une plume) ou intellectuelle (lui montrer une boule bleue au sein d'un ensemble de boules rouges). Pour susciter davantage son intérêt quand vous lui parlez, n'hésitez pas à accompagner votre langage de petits épisodes d'éveil : lui embrasser le bout des doigts ou lui caresser la plante des pieds. Il n'en sera que plus éveillé et satisfait.

Restez à bonne distance

Seul frein à ces échanges, l'obligation de respecter la "distance intime". Quèsaco ? Prenons pour exemple une situation que nous connaissons tous : imaginez-vous dans le métro ou dans le train, un jour de grève. Le nombre important de personnes au m² vous contraint à vous coller à des inconnus, ce qui est très gênant. Pour diminuer votre malaise, vous tentez de ne pas vous retrouver visage contre visage avec quelqu'un. Chacun de nous a effectivement besoin d'un espace personnel, une sorte de bulle psychologique autour de notre corps, **une distance intime, qui, une fois empiétée, nous rend particulièrement mal à l'aise.** Cette bulle, qui est d'environ 60 cm, varie selon les cultures. Qu'en est-il pour Bébé ?

Surprise plus qu'heureuse

"Et maintenant... l'attaque de bisous ! Miam miam !" lance avec joie Anne-Claire à sa fille de 5 mois. Mais au moment où sa bouche en cœur se rapproche et se pose soudainement sur les joues de Marie-Bénédicte, cette dernière écarquille les yeux, lève les sourcils, entrouvre sa bouche, émet un petit son aigu, et bouge énergiquement ses deux mains. De nombreux psychologues se sont intéressés à cette réaction : ces manifestations sembleraient traduire davantage un effet de surprise qu'une réaction de plaisir. Contrairement aux idées reçues, les bébés n'aiment pas plus que nous que l'on envahisse leur espace de cette manière, et peuvent ressentir cette approche un peu brutale comme une agression. Toutefois, **cette réaction dépend aussi de votre enfant et de vos habitudes de jeu à tous les deux...** Notre conseil : habituez d'abord votre bébé à voir s'approcher puis s'écarter votre visage en douceur avant de vous laisser tenter par une *"attaque de bisous"* ou par le fameux *"Je vais te manger le bout du nez"* ! Voilà, vous l'avez compris, votre rôle est immense et passionnant pour mener votre enfant sur les chemins de l'éveil. Alors, ouvrez l'œil, affinez vos sourires, travaillez vos mimiques, inventez des mots doux, chantez, riez... Ce seront autant d'atouts transmis à Bébé, pour le meilleur et pour le rire ! ■

Chacun son babillage

À savoir : du fait de la sensibilisation précoce de Bébé à la mélodie de la langue de ses parents, des psychologues ont montré que, dès l'âge de 8 mois, ses babillages seront différents de ceux d'un petit Américain ou d'un petit Chinois...