# PARENTS

Janvier/Février 2014

ES POUSSETTES
*u banc d'essai*

**Bébé**
L'homéo pour les
bobos de l'hiver

Où peut-on
**accoucher**
autrement ?

**Enquête**
*Pourquoi les enfants sont propres de plus en plus tard*

+
6 PAGES SPÉCIALES FÊTES

Nos bons plans
futures mamans

**Témoignage**
Parents de
vrais triplés

DOSSIER **Sommeil**
Tout pour qu'il fasse
**de bonnes nuits**

M 02322 - 539 - F: 2,90 € - RD

# Question/réponses

Par Catherine Marchi

Les experts vous répondent

Daniel Coum, **psychologue clinicien**

Jane Turner, **coach en développement personnel au Dô Jô**

Jacky Israël, **pédiatre**

Vous pouvez envoyer vos questions à Parents, 9, place Marie-Jeanne Bassot, 92300 Levallois-Perret. Ou par mail : experts.parents@lagardere-active.com.

## *Lola, 17 mois, jette tout par terre.*

Depuis deux mois, Lola jette biberon, tasse d'eau, cuillère, assiette par terre… Nous avons tout essayé : l'ignorer, la punir, lui expliquer calmement, la gronder… En vain. Elle recommence juste après, en nous regardant droit dans les yeux. Qu'on reste à côté ou qu'elle mange seule, c'est pareil, chaque repas devient une guerre. Par contre, avec ses grands-parents ou sa tante, elle mange sagement ! On s'inquiète, c'est qu'avec tout ça, elle mange deux fois moins qu'avant. Comment devons-nous réagir ? *Emilie*

### Le psychologue

Jeter les objets est un grand classique à cet âge. S'y mêlent plusieurs messages que les petits nous adressent : une mise en scène de l'alternance des départs et des retours des parents, leur volonté d'un peu plus de liberté et d'autonomie, bref quelque chose de l'ordre de l'affirmation d'un tonitruant "moi je !" qui se joue aussi dans l'apprentissage de la propreté ou des déplacements. S'y opposer frontalement ne fait qu'accentuer le mouvement : plus vous la forcez, plus elle résiste ! Comment prendre les choses autrement ? En vous posant la question : à quoi servent les repas ? Ne s'agit-il que de se nourrir ? Ou ne s'agit-il pas plutôt de passer un (bon ?) moment ensemble, à goûter les mets que l'on a préparés, à parler de la pluie et du beau temps, à manger "une cuillerée pour tata…", etc. Au regard de quoi s'alimenter devient un peu secondaire, et la faim suffira pour motiver votre petite fille à adoucir son comportement. ■

### La coach en développement

Votre fille jette tout par terre. C'est normal, et seul le temps fera disparaître ce comportement. Mais voici des astuces pour vous aider. Vous pouvez lui donner son repas par petites portions. Si elle lance ce que vous venez de lui donner, attendez qu'elle en redemande avant de la servir à nouveau. Profitez-en pour lui demander où va la nourriture, ce qu'on en fait. La bonne réponse déclenchera bisous et félicitations. Vous pouvez aussi retirer son assiette lorsqu'elle jette sa nourriture par terre en lui disant que vous avez compris que c'est sa manière de vous indiquer qu'elle a fini de manger. Elle comprendra qu'il y a des conséquences à ses actes. Si vous estimez qu'elle n'a pas assez mangé, proposez-lui une collation plus tard. ■

### Le pédiatre

Votre fille vous montre qu'elle sait manger "sagement" quand elle est confiée. Si elle réagit comme cela avec vous, c'est peut-être pour vous dire quelque chose. Peut-être qu'elle n'a pas faim et qu'elle voudrait autre chose. Plus vous vous obstinez à vouloir la faire manger, plus elle va se braquer et réitérer ses gestes. Il suffit peut-être d'accepter qu'elle n'aie pas faim et ne veuille pas manger, pour passer à autre chose. Elle préfère peut-être passer du temps avec vous en jouant ou en faisant des câlins. A cet âge, quand un enfant marque un refus, il faut lui donner du sens (avec des mots) « Tu ne veux pas manger » et l'accepter « Ce n'est pas grave ». C'est la seule manière de ne pas bloquer la situation. ■

©Tan4ikk/Fotolia.com