

COMPRENDRE LES CAPRICES DE BÉBÉ POUR MIEUX REAGIR

Sans raison apparente bébé se met à faire des crises incontrôlées en disant « non » à tout, ou en pleurant à chaudes larmes. Cette phase d'opposition ne signifie pas que vous êtes une mauvaise mère ou que votre enfant est mal élevé, c'est tout à fait normal. Tous les psychologues s'accordent à dire que cette période, aussi déconcertante soit-elle, est indispensable au bon développement du tout-petit. Vous ne savez plus comment faire face aux caprices de bébé ?

Comment dédramatiser !

Pourquoi bébé fait-il des caprices ?

Même si vous vous sentez responsable, sachez que bébé ne fait pas un caprice pour vous embêter. En réalité, il cherche souvent seulement à capter votre attention et à vérifier que vous êtes toujours là pour lui. Jusqu'à présent il était le centre du monde et en grandissant, bébé se rend compte que vous avez d'autres préoccupations et des désirs qui ne sont pas toujours en phase avec les siens.

Ces phases de test passent par des crises démesurées, des « non » systématiques et des colères monstrueuses dans le seul but d'affirmer son identité et ses besoins. Cette attitude est une étape constructive de la personnalité de bébé, même si elle doit passer par un rapport de force.

A partir de quel âge bébé fait-il des caprices ?

Un nourrisson qui pleure ne fait pas un caprice, il exprime un besoin : il a faim, il a besoin d'être changé, il a mal aux dents... Puis vers 12 mois, bébé commence à faire le difficile à table en refusant, par exemple, de manger ses légumes. Mais c'est véritablement entre 18 mois et 2 ans que les premiers caprices commencent. C'est à ce moment-là que bébé prend conscience de sa place en tant que personne au sein de la famille, et plus globalement dans la société.

Caprices de bébé : quelle attitude adopter ?

Un bébé qui fait des caprices cherche donc à s'affirmer, tout simplement. En tant que parents, vous devez d'abord réagir avec patience et souplesse. L'objectif : rester zen, ne pas crier plus fort que lui, mais aussi transformer - quand cela vous est possible - cette négativité en quelque chose de positif.

Par exemple, au moment de la crise typique du supermarché lorsque votre enfant exige des bonbons ou un jouet, demandez-lui fermement de reposer l'objet convoité et proposez-lui de venir choisir les desserts avec vous.

Pour Anne Bacus*, « c'est à vous de décider et d'avoir le dernier mot, même si l'opposition de l'enfant est vigoureuse, lorsqu'il s'agit de choses importantes ou qui ne peuvent être discutées. »

N'oubliez pas que rouspéter est aussi une façon de s'exprimer lorsque bébé ne connaît pas les mots qu'il faut pour se faire entendre. Essayez donc de comprendre ce qu'il se passe dans sa tête à ce moment-là et de trouver une solution au problème avant même que cela ne se transforme en caprice.

Et si les caprices de bébé persistent ?

Même si les caprices constituent une étape obligée dans l'éveil et le développement de votre enfant, vous êtes en droit de vous poser certaines questions. Si les caprices persistent, faut-il faire le point avec un pédopsychiatre ? Avant de vous alarmer, analysez la situation hors-caprices, c'est-à-dire le comportement "courant" de votre enfant à la maison et à l'extérieur (chez l'assistante maternelle ou à la crèche). Est-il sociable et curieux ou au contraire souvent déprimé et triste ?

De votre côté, faites aussi une petite mise au point. Est-ce que les caprices de votre bébé vous minent ? A chaque sortie au parc ou au supermarché, redoutez-vous un énième caprice ? Dans ce cas, demandez l'avis de votre médecin pour une éventuelle consultation.

Enfin, sachez que cette période de caprices passe... jusqu'à la prochaine : la crise d'adolescence !

A lire :

> BACUS Anne. 100 façons de se faire obéir (sans cris ni fessées) Éditions Marabout