

1. SUBJECT CLASSIFICATION	A. PRIMARY Health	NH00-0000-0000
	B. SECONDARY Maternal and child health care	

2. TITLE AND SUBTITLE
Puericulture, votre enfant de un a six ans

3. AUTHOR(S)
(101) U.S. Children's Bureau

4. DOCUMENT DATE 1964	5. NUMBER OF PAGES 139p.	6. ARC NUMBER ARC
---------------------------------	------------------------------------	----------------------

7. REFERENCE ORGANIZATION NAME AND ADDRESS
AID/AFR/RTAC

8. SUPPLEMENTARY NOTES (*Sponsoring Organization, Publishers, Availability*)
(In Collection: techniques am., 58)

9. ABSTRACT

10. CONTROL NUMBER PIV-AAE-875	11. PRICE OF DOCUMENT
12. DESCRIPTORS Children	13. PROJECT NUMBER
	14. CONTRACT NUMBER AID/AFR/RTAC
	15. TYPE OF DOCUMENT

Puériculture

**votre enfant
de un
à six ans**

CENTRE RÉGIONAL D'ÉDITIONS TECHNIQUES

Traduction d'un ouvrage en langue anglaise intitulé
YOUR CHILD FROM ONE TO SIX
publié par
U.S. DEPARTMENT OF HEALTH
EDUCATION, AND WELFARE
Social Security Administration
Children's Bureau
(Children's Bureau Publication No. 30-1962)

La présente édition en langue française est publiée par le
REGIONAL TECHNICAL AIDS CENTER (R.T.A.C.)
dénommé
CENTRE REGIONAL D'EDITIONS TECHNIQUES (C.R.E.T.)
PARIS-FRANCE
qui relève du
DEPARTMENT OF STATE
AGENCY FOR INTERNATIONAL DEVELOPMENT
WASHINGTON D.C.

Pour tous renseignements au sujet des publications C.R.E.T.
s'adresser à la
Mission Américaine de l'A.I.D.
Ambassade des Etats-Unis d'Amérique
(Capitale du pays d'où émane la demande)

AVANT-PROPOS

La présente brochure traite de la croissance de votre enfant entre un an et six ans. Son but est de vous aider à comprendre ce processus de croissance et comment vous pouvez l'aider.

Au cours de ces cinq années, l'enfant se développe plus vite qu'au cours de toute autre période équivalente de son existence. Entre autres, il apprend à se servir de ses mains avec dextérité, à marcher avec assurance, à parler facilement, à courir et à sauter, à faire beaucoup par lui-même et à jouer avec d'autres enfants. C'est dans cette période que sont érigées les fondations de sa santé et de son bonheur pour le reste de sa vie.

L'influence des parents est prédominante durant cette période de la vie de l'enfant. Plus vous aurez appris à connaître les besoins de votre enfant — et le comportement des enfants — plus vous aurez confiance en votre pouvoir d'aider votre petite fille ou votre petit garçon à traverser ces années qui ont pour eux — et pour vous — une telle importance.

Au cours de la dernière décennie nous avons fait de nets progrès dans nos connaissances sur la façon d'élever des enfants sains. Nous avons beaucoup appris sur la croissance et les besoins de l'enfant, tant sur le plan émotionnel que psychologique.

Nous savons qu'il existe chez les enfants un puissant instinct de croissance et que si nous réglons nos activités sur cette force intérieure nous libérons l'enfant, qui réalise alors le maximum de ses possibilités. Les enfants se développent bien lorsque leurs parents les aident et leur font partager de fermes convictions quant à la manière de faire les choses. Nous savons que la croissance de l'enfant est plus qu'un ensemble de sommeil, de jeu, d'aliments. L'attitude envers l'enfant, qui se traduit dans la vie journalière de la famille, est la force qui le pétrit et le modèle.

Estimant que ces aperçus sur l'enfant aideront les parents à entreprendre leur tâche avec plus d'assurance, le Bureau de l'Enfance présente cette édition révisée d'une brochure dont le contenu a évolué avec les enfants américains depuis la date de sa première édition, en 1918, parue sous le titre : Child Care - the Preschool Years (L'enfant d'âge pré-scolaire).

La présente brochure est le fruit du travail de nombreux spécialistes qui y ont consacré leur temps et leur pensée. On compte parmi eux des psychiatres et des psychologues de l'enfance, des pédiatres, des éducateurs d'enfants d'âge pré-scolaire et de parents, des infirmières, des orthopédistes, des diététiciens, des spécialistes de la croissance et des spécialistes en matière de sécurité. En outre, Votre enfant de un an à six ans a profité de commentaires de parents qui ont eu l'amabilité de bien vouloir lire cet ouvrage.

Cette étude a été revue en détail par des membres du "Pediatric Advisory Committee" (Comité des pédiatres) du Bureau de l'Enfance composé du Dr Stewart H. Clifford, du Dr Woodruff L. Crawford, du Dr Alfred H. Washburn et du Dr Myron E. Wegman. Le Bureau de l'Enfance leur adresse ses plus vifs remerciements.

Le texte a été rédigé par Laura L. Dittmann, "Specialist in Growth and Development" (spécialiste des questions de croissance), "Division of Health Services", sous la direction générale de Marian M. Crane M.D., sous-directrice, Section des Recherches, et de Muriel W. Brown, Ph. D. spécialiste de l'éducation des parents, "Child Life Studies Branch" (section spécialisée dans l'étude de la vie de l'enfant), Section des Recherches. Les illustrations sont dues à Edythe Alpert, "Division of Reports".

KATHERINE B. GETTINGER,
Directrice du Bureau de l'Enfance.

TABLE DES MATIERES

<i>Chapitre</i>	<i>Page</i>
I. — Les années préscolaires	11
II. — De un an à trois ans	14
III. — L'enfant de trois ou quatre ans	43
IV. — L'enfant de cinq ans	80
V. — Problèmes particuliers	89
VI. — Garder l'enfant en bonne santé	96
VII. — Lorsque l'enfant est malade	114
VIII. — Cas d'urgence	129
Index	136
Maladies contagieuses courantes	142
Maladies infectieuses moins courantes	144

LES ANNEES PRE-SCOLAIRES

Entre un an et six ans, un enfant change plus qu'il ne le fera au cours de toutes autres cinq années de son existence. Certains, dès l'âge de un an, marchent seuls la plupart du temps. Mais lorsqu'ils désirent vraiment aller quelque part ils se mettent à quatre pattes. A six ans, l'enfant est capable de garer avec dextérité son tricycle, peut-être même d'aller à bicyclette et, tout en bavardant avec ses petits camarades, de garder ses deux mains sur ses étuis à revolvers. Son sens inné de l'heure lui indique que c'est celle de son émission favorite à la télévision, et il est impatient de tourner les boutons du poste.

C'est une tâche ardue que de vouloir exposer cette croissance étonnante en un volume. C'est également une tâche ardue pour les parents que de suivre leurs enfants.

Il semble utile, dans cet effort pour exposer cette extraordinaire période de croissance, de diviser grosso modo ces années en quelques stades. Tout d'abord le petit qui commence à se débrouiller et à affirmer son indépendance. Il n'est plus un bébé, mais il n'est pas encore un enfant. Vers deux ans et demi, trois ans, il passe du stade d'auto-absorption à celui d'une étude complète des personnes et des choses. Il fait également de grands progrès vers un monde imaginaire. Entre cinq et six ans, la plupart des enfants désirent apprendre à faire des choses convenablement, comme le font les adultes. L'école élémentaire se fonde sur ce désir intérieur.

Tout au cours de ces trois étapes, l'enfant devient de plus en plus adroit, ses facultés mentales se développent ainsi que son sens de la sociabilité. Ces grandes tendances sont communes à ces années de petite enfance, mais à chaque stade elles prennent un sens différent. Dans le présent ouvrage nous traiterons donc ces sujets au stade approximatif où ils sont les plus importants.

Le développement de la parole sera traité dans la section consacrée au tout petit, car c'est alors que la parole se développe rapidement et modifie profondément la façon de penser de l'enfant ainsi que l'idée que s'en font ses parents. Cependant, l'étude du langage ne commence ni ne s'arrête à ce stade. Elle commence chez le nourrisson lorsque le bébé joue avec des sons, et elle se perfectionnera tout au cours de l'enfance.

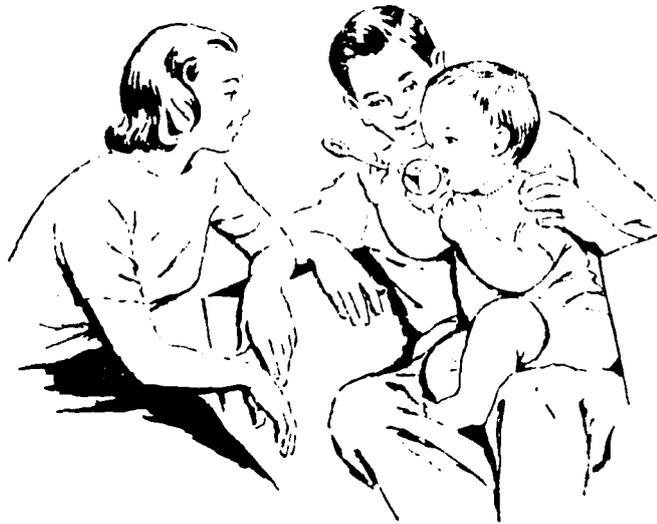
A tout moment, l'enfant est la somme de ce qu'il a été, de ce qu'il est, et de ce qu'il deviendra. C'est pourquoi, le principe de diviser le développement de l'enfant en stades, n'est qu'une des méthodes possibles pour faciliter la lecture d'un ouvrage, mais en aucun cas ne donne un portrait exact de l'enfant à une période déterminée.

Certains éléments de base se retrouveront toujours de un an à six ans. La santé physique, la nutrition et les habitudes alimentaires, les maladies, sont au nombre de ces éléments. Vers la fin de ce livre différents chapitres sont consacrés à ces thèmes communs.

Les spécialistes de la croissance ont beaucoup appris sur la façon dont l'enfant se développe. Une étape succède à l'autre, dans une suite régulière et prévisible. Il peut s'avérer utile de savoir que certains comportements déconcertants de l'enfant sont communs à tous et ne se reproduiront pas nécessairement (il ne s'en souviendra probablement pas) l'année suivante. Même alors, un tableau de croissance moyenne se révélera faux s'il est appliqué trop strictement à un enfant donné, du fait qu'il est lui-même différent de tous les autres.

Tous les parents savent que chacun de leurs enfants est un « être unique », différent de ses frères et de ses sœurs, ou de l'enfant des voisins qui a peut-être exactement le même âge. C'est pourquoi tous les livres consacrés aux enfants ont tendance à être simplifiés et ne décrivent pas les enfants comme des êtres aussi compliqués, aussi exaspérants ou aussi attachants qu'ils le sont vraiment.

Un enfant agit comme il le fait, en partie parce qu'il traverse une certaine période de sa croissance. Les multiples influences qui font de lui un cas particulier jouent tout autant sur son comportement. Tout enfant hérite de ses parents un groupe de caractères héréditaires, qui dans une



certaine mesure, déterminent son développement ultérieur. Les événements avant et pendant la naissance elle-même diffèrent selon les cas. Chaque famille a sa propre façon de vivre. Il y aura inévitablement des différences si l'enfant est né en Alaska ou en Arizona, garçon après une série de filles, premier enfant ou celui sur lequel on ne comptait plus, prince héritier ou bébé d'une jeune mère dont le père est au loin.

Pour cette raison, on ne peut donner aux parents (même s'ils le souhaitent) une série de critères pour élever leurs enfants. Chaque famille doit résoudre ses problèmes en appliquant au mieux de ses possibilités les connaissances dont on dispose actuellement. Il y a tant de merveilleuses promesses dans les enfants, que la plupart d'entre eux deviennent, le moment venu, des citoyens précieux sur lesquels on peut compter, et qui, à leur tour sont prêts à élever leur propre famille d'enfants pleins de vie et d'activité. Et tel est le dévouement et la confiance des parents, qu'ils peuvent, quels que soient leurs moyens, élever des enfants qui sont prêts à affronter les problèmes de la vie avec entrain, bonne humeur et dévouement.

Tout au cours de cet ouvrage nous parlerons de l'enfant à la troisième personne du singulier, au masculin, mais cet « il » s'applique bien sûr aux garçons comme aux filles. Il serait trop fastidieux de répéter « il » ou « elle » à tout instant. Souvent, nous parlons des parents en disant « elle », ce qui s'applique généralement au père et à la mère.

DE UN AN A TROIS ANS

Il fait ses premiers pas. — Marcher repousse les limites du monde qui l'entoure. — L'âge des accidents. — Les habitudes de sommeil se modifient. — Le tout-petit et la nourriture. — Quand faut-il apprendre à l'enfant à être propre? — Il apprend à parler. — Le jeu. — La vie avec le tout petit.

Votre bébé a déjà un an lorsque s'ouvre ce livre. Vous pouvez penser que vous avez été les seuls à travailler au cours de cette première année, mais votre bébé a travaillé lui aussi. Il a commencé à apprendre toutes ces choses qui l'accapareront au cours des années pré-scolaires. Il a ressenti dans une certaine mesure toutes les émotions qu'il éprouvera au cours de son existence.

Grâce à vous, ses parents, qui ont alors pour lui la plus grande importance, il a beaucoup appris au sujet d'autrui. Il vous a appris comment le diriger. Sa naissance vous a amenés à une nouvelle conception de vous-mêmes et a changé les sentiments que vous éprouvez l'un pour l'autre. Vous avez pris de l'assurance et votre bébé a accru cette confiance en ayant des réactions bien plus prévisibles, et en profitant bien de vos soins. Cette année a réellement été une année bien remplie.

DRESSONS L'INVENTAIRE LE JOUR DE SES UN AN

Il est difficile de vous rappeler combien il semblait fragile au départ. Il tenait confortablement dans le creux de votre bras, et maintenant il a grandi d'à peu près 50 % de sa taille à la naissance et pèse vraisemblablement trois fois plus. Totalement impuissant au départ, il a appris à diriger sa tête et son buste, puis, plus tard, ses bras et ses jambes. Il peut tenir un hochet avec ses orteils et ramasser un grain de poussière entre son pouce et ses doigts.

Il peut boire à la tasse et effectuer des tours d'adresse avec son biberon. Il goûte tout d'un air réfléchi et décide ce qui est mangeable, que ce soit bon pour lui ou non. Il circule rapidement, rampant et se traînant, marchant peut-être. Il grimpe les escaliers et peut descendre quelques marches en glissant. Il entre dans les meubles et en ressort.

Il participe à la conversation par quelques mots — papa — maman — aba. Il forme des sons qui remplacent bien d'autres mots et en comprend plus encore.

D'un état nébuleux où il dort, se réveille, tète, actions qui se confondent toutes, lorsqu'il a un an il s'éveille, dort et mange selon un plan bien défini. Maintenant il se contente d'un long sommeil, et d'un ou deux petits sommes. Ses repas journaliers sont tombés de six à trois. Il a appris à mastiquer vigoureusement bien qu'il puisse éprouver encore le besoin de téter. Il peut avoir de quatre à six dents et sa mastication est un véritable travail.

Il reconnaît son père, sa mère et d'autres membres de sa famille. Il distingue aussi facilement les étrangers et décide rapidement s'il peut, ou non, leur faire confiance. Les gens l'intéressent plus que les jouets, et il aime jouer à de petits jeux, comme faire coucou et jouer à main-chaude. Cependant il est capable de jouer tout seul avec ses jouets pendant une demi-heure.

A cet âge, tout jeu physique, même un peu rude, à pour lui un attrait sans fin, en particulier si le jeu contient un élément de surprise ou si vous le poursuivez avec bruit lorsqu'il s'enfuit à quatre pattes, l'attrapez ou le trouvez avec des démonstrations de joie. Lorsque son père se met à quatre pattes pour jouer avec lui, le bébé pousse des cris de joie et éclate presque d'enthousiasme pour le jeu, et de vitalité. Il sait bien lorsque vous êtes fâchés après lui. Il peut dire ce que ressentent les gens qui l'entourent, s'ils ont peur, s'ils sont en colère, inquiets, affectueux ou bouleversés. Son humeur se calque sur la leur.

Au cours de cette première année, il a commencé à décider si le monde était ou non un lieu sûr, sur lequel on peut compter. Pour la plupart des bébés la réponse est simple et claire : le monde est merveilleux. Ils se sont profondément attachés à ceux qui s'occupent d'eux. Grâce à cet attachement ils peuvent devenir des êtres humains qui, à leur tour, sauront prendre soin des autres.

Bref, lors de leur premier anniversaire, presque tous les bébés sont à un stade serein, paisible, tout détail de la vie les captive.

Sociables et amusants ils se réjouissent à l'avance de chaque détail de la routine quotidienne.

IL FAIT SES PREMIERS PAS

A cette époque il commence à entrer dans un stade plus actif, plus vigoureux, plus indépendant. Les capacités physiques nouvelles s'allient à des idées et à une énergie qui semble illimitée. L'enfant docile, maniable, disparaît, et les parents sont consternés de voir quel garnement méfiant et autoritaire ils ont sur les bras.

Aussi étrange que cela puisse paraître, plus le bébé vieillit, plus il demande sa mère. Il ne veut personne d'autre d'ailleurs et peut faire des histoires si sa grand-mère, qu'il connaît pourtant bien, vient le dorloter, ou si papa veut le prendre. Bien qu'il les repousse, il est des moments

où il se tient mieux avec eux qu'avec sa mère. Le père, par exemple, peut obtenir de l'enfant qu'il mange mieux, la grand-mère ou la garde d'enfants peut l'endormir plus facilement que ses parents.

Afin d'expliquer ces contradictions il est bon de savoir que la dépendance de l'enfant par rapport à la mère ou à celle qui s'est le plus occupée de lui, est en fait le signe que le travail a été bien fait. Il commence à comprendre qu'il est un être distinct. Tout d'abord il a probablement ressenti qu'il faisait corps avec sa mère. Il serait plus exact de dire qu'il pensait que sa mère était partie intégrante de lui-même, la partie qui fait les choses. Elle lui donnait ce qu'il voulait, parfois même avant qu'il ne sache exactement ce que c'était.

En grandissant, il devient capable de s'éloigner de sa mère, en rampant à quatre pattes. Son monde s'élargit davantage, il va lui-même chercher ses jouets. Il est indépendant ! C'est là une découverte excitante et terrible, car il a appris à aimer sa mère et à communier intimement avec elle, sa présence lui assure qu'il est en sécurité et que tout est en ordre.

C'est pourquoi, lorsqu'il s'arrache d'elle, il revient vers elle encore plus vite. Une illustration frappante est donnée lorsque l'enfant s'éloigne de sa mère et rampe vers une autre pièce. Il se rend soudain compte qu'il est seul et se met à pousser des hurlements, désirant désespérément être « retrouvé » et rassuré.

Le tout petit, le « rampeur », se porte mieux lorsque la crainte de perdre sa mère n'est pas accentuée, c'est pourquoi il faut être prudent en ce qui concerne toute séparation. Ce n'est pas là une bonne époque pour reprendre votre travail. C'est trop tôt pour prévoir des vacances loin de lui. Si votre enfant doit subir une opération, et si le médecin estime qu'elle n'est pas urgente, mieux vaut attendre. Si une séparation est inévitable, vous devez comprendre combien elle bouleverse profondément l'enfant et vous attendre, à votre retour, à ce que l'enfant s'attache encore plus à vous pas et fasse preuve d'une appréhension accrue. Se rapporter à « Départ pour l'hôpital », page 90, et « Jalousie », page 53.

Au même moment où le tout petit se rend de plus en plus compte combien il a besoin de sa mère, il complique les choses en voulant tout faire par lui-même, sans elle. Il veut ouvrir la porte, même si le loquet est trop haut pour lui. Il voit des marches et il n'y a de cesse qu'il ne les monte. Les parents ont alors un problème : dans quelle mesure doit-on céder ou tenir bon ? A longue échéance le monde aime ceux qui ont des idées fortes et qui agissent. Mais on ne peut pas autoriser un tout petit à se mettre dans des situations dangereuses simplement parce qu'il en a envie.

Si, par ailleurs, les parents le limitent trop, il peut prendre deux attitudes, l'une et l'autre peu souhaitables. L'enfant peut arriver à penser qu'il lui faut combattre pour chaque pouce de terrain, et il devient alors un rebelle. Ou bien, il peut perdre confiance en lui-même, et devient docile, cherchant toujours l'approbation avant d'entreprendre une chose nouvelle.

LES PREMIÈRES EXPÉRIENCES COMPTENT RÉELLEMENT

Ce bébé qui entre dans l'enfance est en fait à la croisée des chemins. S'il continue à recevoir cette certitude réconfortante qu'il a eue, il deviendra plus sûr de lui. S'il est lâché trop tôt, il sera moins confiant en lui-même et dépendra davantage des autres qu'il ne l'aurait fait autrement. Ces expériences précoces ont un effet qui dure toute une vie. Bien que l'enfant ne se rappelle pas vraiment ce qui a eu lieu, et manque d'un vocabulaire suffisant pour donner dans son esprit une forme à cette expérience, le sentiment demeure. Il apprendra qu'il peut compter sur les gens, ou qu'il ne le peut pas, qu'il sera autorisé à faire des tentatives, ou qu'il sera continuellement contrecarré. Ces façons caractéristiques de juger les choses ont tendance à persister et à devenir partie immuable de la personnalité.

De nombreux problèmes de ces années pré-scolaires proviennent d'une croissance normale qui met l'enfant en contradiction avec lui-même. A une époque de sérénité, de coopération, succédera un stade dans lequel rien n'a l'air d'aller sans heurt. Les parents peuvent trouver difficile d'accepter les changements qui s'effectuent dans l'enfant et leurs sentiments mitigés peuvent contribuer au manque d'équilibre de l'enfant. S'ils ne comprennent pas que ce changement est un résultat de la croissance, ils auront tendance à lutter en vain pour garder l'enfant tel qu'il était. Même lorsqu'ils sont fiers de voir leur enfant faire plus par lui-même, ils regrettent tout naturellement le bébé perdu.

La contradiction qui existe dans le tout petit entre cette impulsion vers l'indépendance et sa conscience plus aiguë du besoin qu'il a de ses parents, lui crée évidemment des problèmes, à lui aussi. Il ne peut avoir les deux à la fois. Graduellement il cèdera un peu à son désir conjoint d'indépendance et de dépendance. Mais cela ne se fait pas sans remous.

La plupart des moments de conflit dans la journée du tout petit se placent dans des actes routiniers : repas, toilette, sieste, coucher. Vous touchez alors d'extrêmement près aux efforts du tout petit pour réaliser l'harmonie entre son désir d'indépendance et son besoin de soins maternels constants. Examinons maintenant ce qui intéresse le tout petit.

MARCHER REPOUSSE LES LIMITES DU MONDE QUI L'ENTOURE

L'âge auquel les enfants marchent seuls varie beaucoup. Avant d'arriver à marcher, ils apprennent à s'asseoir, appuyant leurs mains sur le sol ou sur le matelas du berceau, puis restent quelques instants sans appui, enfin ils n'ont plus besoin d'aide. Ils apprennent à remuer simultanément les bras et les jambes dans un mouvement de natation pour se propulser en avant ou en arrière, à ramper, à détalier, à marcher à quatre pattes.

Plus tard, ils commencent à se redresser, ils se tiennent debout en s'appuyant sur quelque chose, puis marchent tout en se tenant. L'enfant qui a pu s'asseoir tôt apprendra vraisemblablement tôt à marcher. Les enfants

ont tendance à garder le même rythme tout au long de leur croissance. Certains sont toujours en avance, d'autres toujours en retard.

Si certains enfants marchent seuls dès l'âge de neuf ou dix mois, il est plus courant de voir le fait se produire vers l'âge de treize ou quinze mois. L'âge dépend de bien des facteurs, le poids de l'enfant, son caractère — prudent ou courageux, timide ou passif — et ses capacités physiques. On peut dire qu'il s'agit là de son atavisme. Sa vie quotidienne a également une influence sur l'âge auquel il marche. Une nourriture saine et nutritive favorise ce développement, ainsi que la possibilité de donner des coups de pieds et de gigoter, de s'étirer et de rouler sur lui-même, sans être entravé par ses vêtements. Lorsque vous l'encouragez et que vous prévoyez un endroit sans danger où il peut satisfaire son impulsion naturelle d'utiliser ses muscles, vous contribuez à son habileté future pour la marche.

On ne peut apprendre à marcher à un enfant avant qu'il n'y soit disposé. Et lorsqu'il est prêt, il est presque impossible de l'arrêter. Il dépensera le plus fort de son temps et la plus grande partie de son énergie à s'exercer. Une fois debout il a horreur de s'asseoir. Il est sur ses pieds dès le matin et marche toute la journée, faisant souvent des histoires dès qu'on l'arrête, même si c'est pour manger. Une fois couché il essaie à maintes reprises de se redresser, marchant presque dans son sommeil.

S'occuper d'un enfant qui traverse ce stade est un travail exténuant. Si vous contrariez cette position debout, ou ses mouvements, il livre bataille. Il a horreur d'être arrêté ou couché pour être habillé. Le simple fait de changer une couche demande de la force et de la volonté.

Afin d'être en équilibre lorsqu'il commence à se tenir debout ou à marcher, l'enfant écarte largement les jambes et plie un peu les genoux. Cela a pour effet de lui donner plus d'équilibre. Ses pieds sont plats, aucune courbure n'est visible. Le poids de son corps a tendance à reposer sur la partie interne du pied, et il peut, pour cette raison, marcher les pieds en-dehors.

Son corps s'adapte de bien d'autres façons. Le ventre ressort et une courbure apparaît au bas des reins. Le bassin penche en avant. Cependant, la ligne du haut du dos et de la tête est droite. Il peut avoir les genoux cagneux, ou les jambes arquées. Il tiendra ses mains en dehors, en l'air, et ses coudes en-dedans afin d'augmenter son équilibre. Les couches lui donnent un aspect ramassé. En équilibre précaire il peut être renversé d'une pichenette.

L'équilibre et la coordination des mouvements augmenteront au fur et à mesure qu'il grandit et utilise ses muscles. Vers six ans, ses pieds seront bien droits, les genoux cagneux seront redressés et les pieds ne tourneront plus. Sa posture s'est de beaucoup modifiée. Nous attachons plus d'importance aujourd'hui au développement naturel de la position, plutôt que de lui faire faire des exercices ou de rappeler à l'enfant de se tenir droit. La façon dont vous vous tenez et dont vous vous déplacez influencera elle aussi la façon dont se tiendra votre enfant.

Une bonne position est le résultat des éléments suivants :

Bonne nutrition,

Abondance d'air pur et d'exercice,

Sommeil et sieste, pris sur un matelas ferme et bien à plat,

*Avoir pris soin que l'enfant se repose suffisamment après une maladie,
Vêtements bien adaptés. Vérifier chaque mois la longueur des
socquettes et des chaussures,
Atmosphère saine et détendue à la maison, afin que l'enfant
se sente en confiance et libre ainsi de s'abandonner à ses
impulsions.*

L'AGE DES ACCIDENTS

La possibilité de se déplacer par lui-même permet au tout petit d'aller partout. Ce n'est cependant pas la seule raison pour laquelle il faut surveiller les jeunes enfants. Dans leur désir d'indépendance, ils désirent tout voir par eux-mêmes.

Jusqu'à un an, le bébé est resté dans son berceau, son parc, sa chaise, son youpa-la, ou tenu sur les genoux la majeure partie du temps. Il ne faut plus maintenant le garder aussi confiné, car il doit explorer lui-même le monde. Personne ne peut le faire à sa place. De toute façon il est presque impossible de le tenir en lisière. Il est donc nécessaire que vous écartiez tout danger dans la maison et le jardin pour ce petit être aventureux. Même ces précautions prises il a besoin d'une surveillance constante.

Avant que l'enfant ne fasse le premier pas, examinez les dangers qui peuvent se présenter chez vous. Rappelez-vous qu'il n'utilise pas seulement



ses yeux pour apprendre : il lèchera, goûtera, donnera des coups de poing, appréciera, écoutera et jettera par terre. Tout l'intéresse et il n'a aucun sens du danger. Le nombre d'accidents qui survient aux enfants aventureux et curieux nous prouve combien peu nous pouvons compter sur eux.

Les décès d'enfants sont dûs principalement aux accidents et le cinquième des empoisonnements arrive à cet âge. Les poisons tuent plus d'enfants que la polyomyélite, la diphtérie, la scarlatine, la coqueluche et les infections dues aux streptocoques conjuguées. Les autres raisons de décès d'enfants sont les accidents de voiture, les chutes, le feu et la noyade.

La salle de bains, la cuisine et le sous-sol sont susceptibles de contenir les pièges les plus traîtres. Nous vous donnerons plus loin des indications qui vous aideront à rendre votre maison plus sûre. L'expérience a prouvé que cela concerne tout particulièrement les enfants qui commencent à marcher.

Les installations courantes de la maison se révèlent pleines de dangers lorsque l'enfant atteint cet âge « d'explorateur ». Citons parmi les objets les plus courants : les fils électriques des lampes, les prises de courant, les cheminées, les cendriers, les boissons en bouteilles, les fers à repasser dont le fil pend, les objets de la coiffeuse, tels que les épingles et les ciseaux, les casseroles dont le manche dépasse du fourneau. Enlevez tout ce qu'il est possible d'enlever. C'est votre tâche de le protéger des objets qui ne peuvent être éliminés. Le mettre en garde à leur sujet ne suffit pas. Eloignez-le sans répit et avec fermeté du danger. Sa capacité d'aller de l'avant est bien en avance sur sa faculté de s'arrêter de lui-même.

Un enfant peut s'occuper des objets défendus afin d'attirer l'attention. Lorsqu'il est anormalement têtu et retourne sans cesse vers des objets dangereux, assurez-vous qu'il n'est pas par ailleurs négligé, ou l'objet de trop de contrainte.

La sécurité est l'élément le plus important lors de l'achat du matériel destiné à l'enfant. Il est facile d'être attiré par la couleur ou des dispositifs superflus, mais le plus important est une construction solide. Achetez un parc où l'enfant ne risquera pas de se pincer s'il en actionne lui-même le mécanisme. L'enfant doit être incapable de passer la tête entre les barreaux. Les landeaux, les chaises d'enfants, et les chaises à bascule doivent être bien équilibrés.

Choisissez une chaise haute aussi solide que le rocher de Gibraltar. Lorsque l'enfant grandit il voudra y monter et en descendre tout seul. Pour bien des enfants, la chaise haute constitue les premiers agrès. C'est pourquoi il est sans doute préférable qu'il prenne ses repas à une petite table basse.

S'ENDURCIR

En dépit de toutes les précautions les enfants se font quand même mal. Ils tombent de leur lit, dégringolent les escaliers, trouvent du verre cassé et le ramassent pour « aider ». Les parents — comme les enfants —

doivent apprendre à accepter certains accidents comme partie intégrante de la croissance. Il est possible de rendre un enfant peureux au lieu de courageux si vous faites trop de zèle et lui répétez à tout moment de faire attention. Grâce à un certain nombre d'expériences raisonnables avec la chaleur, les objets tranchants et la douleur, un enfant apprend à tempérer son ardeur et à explorer avec prudence.

LES HABITUDES DE SOMMEIL SE MODIFIENT

Le petit bébé qui se blottissait de bon cœur dans son lit peut se transformer en un tout petit qui fait une scène. Aller au lit met fin à tout ce qu'il aime, jouer, être auprès des siens. Il vit dans le présent, et sent qu'il est dépossédé à tout jamais. Demain n'a pas de sens pour lui. Fatigué d'une journée trépidante, tombant de fatigue, il lutte pour rester éveillé, garder ses parents auprès de lui, et pour que le « cirque continue ».

Certains tout petits ne veulent pas aller au lit parce qu'ils n'ont pas sommeil. Un enfant peut avoir besoin de moins de sommeil que le bébé qu'il était et est prêt à se passer d'une de ses siestes quotidiennes. Laquelle ? Cela varie selon les enfants et peut changer d'un jour à l'autre. Durant plusieurs semaines la maisonnée doit avoir à faire face presque quotidiennement à des changements. Le tout petit qui ne dort pas dans la matinée, dormira longtemps et tard dans l'après-midi et il est tout prêt à rester éveillé jusqu'à minuit. Lors de cette période de transition, essayez d'avancer l'heure du déjeuner, à 11 h 30 par exemple, et prévoyez une sieste au début de l'après-midi.

Chacun de nous a besoin d'une quantité de sommeil différente, et personne ne peut vous dire avec exactitude de combien d'heures de sommeil votre enfant a besoin. Tant qu'il a l'air content et satisfait de la vie ne vous faites pas de souci au sujet de la quantité de sommeil qui lui est nécessaire. Douze heures de sommeil la nuit, puis une sieste dans la journée, paraît être la moyenne jusqu'à six ans environ. Ces jeunes corps ont besoin d'alterner le repos et l'activité. C'est pour cette raison que se reposer ou dormir dans la journée est dans la majeure partie des cas préférable à une très longue nuit.

Dès sa plus tendre enfance, l'enfant devrait dormir dans une autre pièce que ses parents. Vous et votre enfant reposerez mieux. Vos activités peuvent énormément gêner l'enfant. Vos relations intimes peuvent également être gênées par la présence de ce petit intrus, et peuvent le bouleverser. Du fait que les enfants ont tendance à avoir un sommeil agité, ils peuvent à leur tour gêner les adultes.

Déterminer si l'enfant dormira ou non dans une chambre où couchent d'autres enfants dépend de bien des facteurs. Tout dépend en premier, du nombre de pièces dont vous disposez. Essayez différentes combinaisons d'enfants jusqu'à ce que vous ayez trouvé celle qui marche le mieux. Elle peut varier de temps à autre. Une association peut se faire sur la base du caractère, du sentiment d'importance, de la qualité du sommeil autant que sur des considérations relatives à l'âge et au sexe.

Il est parfois préférable de faire partager la même chambre par le plus âgé et le benjamin du fait que leurs heures de sommeil peuvent être différentes. Vous éviterez bien des difficultés qui se présentent au moment d'aller se coucher, si vous considérez que cette opération va de soi et n'est pas sujette à discussion. Organisez la journée de façon à prévoir de nombreuses activités intéressantes, en plein air de préférence. Il est alors plus facile de déterminer l'heure du coucher et de ne pas céder sur ce point. Vous n'avez pas alors tendance à penser que vous infligez une privation à l'enfant, car vous savez que vous lui offrez ce dont il a besoin.

Prenez votre temps lorsque vous le mettez au lit. S'il sent que vous vous dépêchez il trouvera le moyen de prolonger la séance afin de vous garder près de lui. Faites quelque chose avec lui avant de le mettre au lit, lisez une histoire, ou faites-lui écouter un disque. Il peut, du fait de vos activités ménagères et des exigences de votre travail, avoir été plus ou moins privé de vous dans la journée. Ce sera plus facile pour lui de dire bonsoir, si vous lui avez consacré un peu de temps.

Que le fait d'aller au lit soit uniquement consacré au sommeil ou au repos. Si vous en faites une punition, il peut très bien ne pas vouloir aller au lit pour dormir.

Ralentissez le rythme de ses activités avant l'heure du coucher ou de la sieste. Prévoyez des jeux tranquilles. Si le père désire chahuter avec ses enfants après le dîner il devra prévoir une période plus calme et non pas attendre d'un enfant qui crie de joie en jouant à la balle qu'il s'arrête.



la minute suivante. Même en prenant ces précautions, la plupart des enfants mettent du temps à s'endormir. Ils essaient de nouveaux sons, chantent, appellent, simplement pour s'assurer que vous êtes bien là. Vous avez rarement besoin de vous déranger lorsqu'un enfant est confortablement installé, à moins que ces appels ne comportent une note impérieuse. Pleurnicher, pousser des petits cris, se fait généralement pour attirer une attention qu'il eut mieux valu lui donner à un autre moment.

Lorsque l'enfant parvient pour la première fois à sortir du lit tout seul, et arrive dans le salon les cheveux encore frais et humides de son bain, les joues enluminées par le succès de son « escapade », le résultat peut à la fois vous dérouter et vous ravir. De nombreux petits traversent une période où ils sortent du lit à toute heure de la nuit, pendant un certain temps. De même que le repas de 2 heures donné au nourrisson, cette intrusion dans le sommeil familial aura une fin, mais c'est une période pénible, qui vous met à rude épreuve. Certains parents s'efforcent de contenir dans sa chambre le noctambule, et pensent qu'il renoncera à ses escapades plus tôt s'il n'est ni découragé ni dissuadé dans ses activités nocturnes.

L'enfant qui se balance et se cogne la tête — Certains enfants se mettent à quatre pattes pour se balancer dans leur lit, balancent la tête d'un côté et de l'autre, ou se cognent la tête contre les montants de leur lit. Certains le font pendant la journée ou lorsqu'ils se réveillent après la sieste. D'autres n'agissent ainsi qu'au moment où on les couche pour la nuit. Certains enfants ne le font que de façon intermittente, d'autres continuent pendant des jours ou des nuits, durant des mois et même des années. En général, si l'enfant est pour le faire, cela se produira entre six mois et un an, la plupart des enfants s'arrêtent lorsqu'ils ont deux ans et demi à trois ans.

Personne ne sait exactement pourquoi l'enfant agit de la sorte. Se balancer et se frapper la tête peut apparaître pour la première fois lorsque l'enfant passe d'une étape de croissance à l'autre, telle que passer du stade assis au stade debout, ou du stade debout à la marche. Les enfants nerveux, sensibles, sont plus portés à devenir des « balanceurs » que les enfants placides et faciles. On note aussi une plus grande proportion de garçons que de filles. Les enfants qui ont souffert de maux d'oreilles peuvent également le faire.

Le sommeil de la maisonnée tout entière peut en pâtir, mais cela ne doit vous inquiéter que si l'enfant se fait du mal. Il ne le fera vraisemblablement pas mais il est plus sûr de garnir les côtés du petit lit avec un épais rembourrage de coton ou de remplacer la tête de lit en bois par de la toile à voiles. Vous pouvez essayer d'assourdir le bruit en accotant le lit au mur et en le fixant, après avoir placé un rembourrage entre lui et le mur. Le lit lui-même peut être placé sur un tapis épais. Vous pouvez contribuer à ce que l'enfant arrête de se balancer en introduisant un rythme différent donné par un métronome ou un réveil au mouvement bruyant.

Vous pouvez encourager l'enfant à utiliser son corps suivant un rythme, à d'autres moments, grâce à un fauteuil à bascule, un cheval ou un bateau à bascule, une balançoire, un tape-cul, ou le faire danser en

suivant la musique. Assurez-vous qu'il a toute liberté pour s'ébattre. Ne le confinez pas longtemps dans un parc, en particulier s'il proteste. Recherchez les motifs de tension, comme les différences de comportement des parents envers lui, ou l'attitude trop sévère d'un parent qui vit chez vous.

Les fessées et autres punitions ne font pas cesser cette activité mais semblent au contraire l'accentuer. Bien des enfants se balancent pendant une certaine période bien qu'il soit impossible d'en trouver le motif. Cependant, si l'enfant continue, consultez un médecin.

LE TOUT-PETIT ET LA NOURRITURE

Le choix des aliments, l'organisation des repas et les problèmes que pose l'alimentation sont discutés plus loin. Etant donné que la façon dont mange le tout petit et ce qu'il mange, sont étroitement liés à ce stade indépendant et capricieux, nous donnons ici quelques suggestions se rapportant à cet âge.

Vers l'âge d'un an, l'enfant mange généralement depuis plusieurs mois une nourriture déjà semi-solide et a appris à mastiquer. Il prend trois repas par jour et souvent une collation en plus pour les compléter. Il boit vraisemblablement son lait à la tasse bien qu'il puisse désirer encore boire au biberon ou au sein. Vous avez l'intention d'augmenter la quantité de nourriture solide que vous lui donnez du fait que vous diminuez le lait. Mais ce n'est pas du tout ce qu'il espère.

Il est surprenant de découvrir qu'il perd tout intérêt dans la nourriture et peut-être mange en fait moins qu'avant. Ce qu'il mange, il désire le manger à sa façon, en utilisant sa méthode particulière pour le faire passer de son assiette dans sa bouche. Il est possible qu'il se mette soudain à ne plus aimer les aliments dont il était auparavant friand, comme les céréales ou des légumes. Son attitude change d'un repas à l'autre. Vous avez pris plaisir à nourrir votre bébé, mais cette satisfaction journalière a disparu, pour vous comme pour l'enfant.

Il est bon de savoir que ces hauts et ces bas sont normaux. La croissance rapide du bébé se ralentit, et il a en fait besoin de moins de nourriture par rapport à sa taille qu'il n'en avait besoin quelques mois plus tôt.

Vous ne pouvez pas vous fier à ce vieux système qui consiste à donner d'abord à l'enfant une cuillère de céréale, un morceau de fruit et à lui enfourner pour finir le légume qu'il aime moins. Il lui arrive d'arracher la cuillère comme s'il pensait que c'est là tout ce qu'il va avoir à manger. Lorsqu'il se rend compte qu'il s'est trompé il jette cette cuillère au loin et mange avec ses doigts. Dès que vous lui apportez une autre cuillère il la saisira peut-être et la scène recommencera.

Ce désir de votre enfant de manger tout seul correspond, en fin de compte, exactement à ce que vous souhaitez. C'est pourquoi vous devez le laisser faire le plus possible, même s'il est maladroit. Vers deux ans, la plupart des enfants peuvent bien se débrouiller pour manger tout seul, même si l'opération n'est pas très élégante. Si vous lui mettez un jouet

dans les mains afin qu'il ne les mette pas dans l'assiette, vous manquez une bonne occasion de le laisser débiter. Cela lui brouille les idées et il confond les repas avec le jeu. Cependant, il a déjà bien assez tendance à jouer avec sa nourriture.



Ce qui semble un vrai gâchis, peut avoir un but en soi. Un enfant touche sa nourriture et verse le lait sur le plateau et sur le plancher, parce qu'il éprouve un vif intérêt à savoir comment se comportent les choses. Qu'est-ce qui coulera ? Est-ce chaud ou froid ? Que se passera-t-il si je renverse la tasse ? Un enfant ne fait aucune différence entre le fait de renverser du lait et celui de faire couler son bain. Il ne sait pas encore où il peut se livrer à ses expériences.

Il existe une grande différence entre la maladresse d'un enfant qui s'efforce de manger tout seul et l'enfant qui joue avec la nourriture parce qu'on le force à manger plus qu'il ne veut, est fatigué, ou a découvert que c'était là une façon de mettre sa mère dans tous ses états.

Vous devrez aider l'enfant qui a cessé de manger, parce qu'il est fatigué de manger seul, bien qu'il ait encore faim. Vous tâcherez de lui donner des aliments faciles à manger. Vous alternerez les repas et les moments de repos, afin qu'il ne soit pas déjà fatigué avant de se mettre à table. Limitez les distractions qui lui font oublier sa nourriture avant qu'il ait mangé à sa faim. Ces précautions judicieuses aident la tâche du tout petit au moment des repas.

Lorsque l'enfant a assez mangé, il le sait. Vous pouvez arriver à lui enfourner encore une ou deux bouchées, mais vous courez le risque de lui faire perdre son bon appétit naturel, qui est le meilleur motif d'aimer les repas. Enlevez son assiette lorsqu'il refuse la bouchée suivante ou commence à jouer. S'il a très faim entre les repas, donnez-lui une collation nourrissante choisie dans la liste figurant page 102.

S'il se refuse à mastiquer. — Certains enfants ont du mal à mâcher les aliments solides. Plus vous leur donnez longtemps des aliments passés à la moulinette ou écrasés, plus vous aurez de mal à leur faire accepter des aliments coupés en morceaux. Souvent ces enfants acceptent des biscuits ou des toasts, mais ils refusent les aliments caoutchouteux ou coupés en morceaux, comme la viande et les légumes.

Le même enfant acceptera peut-être de mâcher si vous lui donnez de plus gros morceaux, et le laissez mordre ce qu'il veut. Une feuille de laitue, une rondelle de saucisson, un quartier de pomme ou un haricot vert entier, cuit, peuvent l'amener à mastiquer. Lui permettre de manger avec ses doigts, paraît donner de meilleurs résultats que la méthode qui consiste à lui enfourner la nourriture avec une cuillère. Donnez-lui au début du repas un aliment qu'il doit mastiquer. L'enfant paresseux pour manger a besoin de beaucoup d'encouragements. On arrive rarement à un résultat si on attend qu'il se corrige de lui-même. Les pois, les haricots et autres aliments ayant une peau épaisse ont souvent peu de succès auprès des enfants, et déplaisent particulièrement à l'enfant qui préfère par-dessus tout les légumes écrasés.

Le moment où on doit le sevrer. — Le moment où les enfants sont prêts à renoncer au sein ou au biberon varie beaucoup selon les individus et il n'y a aucune raison de vouloir précipiter les choses. Certains sont sevrés vers l'âge de un an. D'autres continuent à boire au biberon une grande partie de leur lait alors que leur deuxième année est déjà très avancée. Certains se sevrer d'eux-mêmes d'un jour à l'autre, mais cette opération se fait en général graduellement. Vers l'âge d'un an, les enfants ressentent à l'extrême le fait d'être séparés de leur mère et il est facile de comprendre pourquoi l'allaitement est si étroitement associé à cette idée de la mère. L'enfant entre un an et dix-huit mois qui désire toujours téter, en particulier au moment du coucher, a peut-être besoin d'être plus entouré, rassuré, et serait bouleversé si on l'en privait. Plus tard, il y renoncera sans doute plus facilement.

Aidez votre enfant dans ce processus progressif, en lui offrant des liquides dans une tasse quelques mois avant l'époque à laquelle vous pensez qu'il renoncera au biberon ou au sein. Ne vous inquiétez pas s'il ne boit pas tout le lait que vous lui offrez ainsi. Si vous avez tendance à vous faire du souci, vous penserez peut-être que le sevrage privera l'enfant d'une partie de son lait ! Soyez certaine que bien des enfants, à cet âge, boivent moins d'un quart de litre de lait par jour, et qu'ils mangent cependant assez, parce que l'ensemble de leur régime est suffisant.

De toute façon, les mères qui s'inquiètent trop échouent souvent dans leurs desseins. Elles continuent à allaiter pendant des mois et des mois. Puis, un beau jour, elles décident que l'enfant est trop vieux et jettent tous les biberons ou mettent fin soudainement à l'allaitement au sein. De cette façon, malgré leur indulgence première, elles arrivent à un sevrage soudain et forcé. En commençant plus tôt et en réduisant progressivement, on aurait moins bouleversé l'enfant.

IL CONTINUE A TÉTER

Téter le sein ou le biberon satisfait un besoin profond. L'enfant qui boit trop vite son lait et qui n'a pas eu l'occasion de téter suffisamment, peut se mettre à téter son pouce, ses doigts ou son drap. Certains enfants tètent ces objets dès leur naissance. L'allaitement signifie plus que le fait de prendre du lait. La sensation de lait chaud coulant dans l'estomac vide

et le bien-être de se sentir tenu confortablement procurent également des satisfactions de caractère émotionnel. Ainsi, ce qui était au départ une simple réaction physique a bientôt acquis une signification plus profonde. Le fait de téter recrée cette satisfaction d'être tenu et nourri.

Généralement, l'enfant qui suce son pouce commence à le faire avant d'avoir été complètement sevré. S'il n'a pas commencé avant il ne le fera peut-être qu'à de brefs moments d'épreuve, lorsque ses dents percent ou lorsqu'il désire voir ce que cela fait d'imiter un autre enfant qui suce son pouce.

Bien des enfants renonceront d'eux-mêmes à cette occupation vers l'âge de trois ans, trois ans et demi. Ils dépassent alors le besoin de cette catégorie de réconfort. Parfois l'enfant sucera son pouce, lorsqu'il est fatigué, ou se trouve innocupé ou éprouve quelque anxiété. Autrement, il est lui-même, occupé, heureux.

Certains enfants sucent encore leur pouce bien après quatre ans. Ils peuvent le sucer avec tant d'énergie et si longtemps, qu'ils arrivent à se défoncer le palais ou à modifier la position de leurs dents du haut. Ces enfants montrent souvent par ailleurs qu'ils ne sont pas heureux ou qu'ils sont découragés. Il vaut mieux alors s'efforcer de rechercher quelle en est la cause, que de s'opposer à cette succion du pouce. Attacher les mains, badigeonner le pouce avec un produit d'un goût désagréable, ou faire mettre des gants, n'ont aucun effet parce qu'ils accentuent encore ce sentiment de privation d'affection que ressent l'enfant. Les parents qui s'opposent à cette succion du pouce peuvent déclarer que cela les inquiète à cause des microbes ou que c'est là une habitude de nourrisson. Ils peuvent également être inquiets du plaisir que l'enfant tire de son corps. Et cependant, les microbes que l'enfant avalera en suçant son pouce ne sont pas plus nombreux que ceux qu'il avale quotidiennement. Rappelez-vous qu'il traverse une période où il porte automatiquement à sa bouche tout ce qu'il attrape. C'est pour lui une façon d'apprendre. Si vous n'aimez pas son geste, n'oubliez pas que l'enfant est, après tout, encore très jeune, et qu'il a des années devant lui pour apprendre à se comporter comme un adulte.

Certains parents préfèrent donner à l'enfant une tétine pour qu'il tète tout son soul. Alors qu'on pourrait les confondre, tétine et pouce sont bien différents. Une tétine peut se perdre, ce qui n'arrive pas avec le pouce. ou s'user à l'usage et provoquer l'étouffement si l'enfant en avale quelque morceau de travers. Si vous décidez d'employer la tétine, il est bon d'en avoir toujours deux ou trois d'avance, au cas où l'une serait perdue ou usée.

La tétine présente cet inconvénient que les parents s'y habituent eux aussi. Il est tellement plus facile de la mettre automatiquement dans la bouche de l'enfant dès qu'il commence à manifester. Ils encouragent ainsi l'enfant à téter bien après l'époque à laquelle il aurait de lui-même cessé de le faire. Il faut guetter les premiers signes qui annoncent que l'enfant est prêt à s'en passer.

QUAND FAUT-IL APPRENDRE A L'ENFANT A ÊTRE PROPRE ?

Cela dépend de l'enfant. Comment pouvez-vous dire que l'enfant est prêt ? Sur le plan physique, il faut qu'il ait suffisamment de contrôle musculaire pour arrêter un besoin naturel. Auparavant il s'est laissé aller dès que s'exerçait la pression de matières fécales ou d'urine. Lui apprendre à être propre signifie donc lui apprendre à se retenir à ce moment-là. Se retenir n'est cependant pas tout. Il lui faut être capable de se faire comprendre par un mot ou un son, ou une expression, ou être capable de se rendre lui-même aux toilettes. Même lorsqu'il peut le faire, il faut le plus souvent l'aider à se déculotter. Après tout cela, il doit céder à son envie, et vite. Lui donner de bonnes habitudes de propreté est une tâche compliquée qui a besoin d'être réglée. Arrêter un besoin naturel, le retenir, et céder au bon moment et au bon endroit, est ce que vous exigez de l'enfant. Vous l'aidez dans cette entreprise, mais c'est à lui, en quelque sorte, qu'il revient de se débrouiller.

Il existe un autre biais pour arriver à vos fins. Tablez sur son désir d'être indépendant et de ne plus dépendre de vous. Cela est tout à fait différent que de le « libérer » d'une mauvaise habitude, ou de le punir de ses méfaits en l'enfermant dans les toilettes ou en employant d'autres méthodes draconiennes.

Vous savez qu'il désire avoir votre approbation et veut coopérer. Cependant, parallèlement, il désire être son propre maître. Une mère se félicite si souvent d'avoir su donner à son fils de bonnes habitudes, alors que c'est à lui que revient le mérite ! Car c'est lui que l'on blâmera quand les choses vont mal.

Certaines mères mettent leur enfant sur le pot ou les toilettes lorsqu'il a huit ou neuf mois, aux heures où il a généralement des selles. Elles auront la chance d'intervenir au bon moment si ces selles sont régulières.

Le succès de l'entreprise dépend de la connaissance intime de l'enfant et du fait qu'elles le mettent sur le pot avant qu'il n'atteigne le stade où il désire bouger à tout instant.

Elles peuvent alors être fières et déclarent qu'elles n'ont pas lavé une seule couche depuis des semaines. Mais alors, dès que leur petit génie apprend à marcher à quatre pattes ou à marcher, ou si le rythme change, elles se retrouvent à leur point de départ. Le tout petit agit alors comme si toute discipline lui était inconnue.

Contrôler réellement la vessie et les intestins ne peut être appris à la plupart des enfants qu'une fois qu'ils savent marcher. Si vous êtes impatiente d'obtenir un résultat, livrez-vous à des essais afin de voir si l'enfant suit. Indiquez-lui un mot par lequel il annoncera son besoin d'aller sur le pot ou bien adoptez vous-même le son qu'il utilise. Placez-le à de brefs intervalles sur le pot, avec ou sans couche, afin qu'il apprenne à faire la différence.

Le confort et la stabilité jouent pour beaucoup. L'enfant devra avoir des appuis pour son dos et ses pieds. Il peut trouver un siège bas moins effrayant que les toilettes pour adultes sur lequel on a fixé un petit fauteuil.

Conduisez-le aux toilettes lorsque vous pensez que le moment est arrivé. Restez avec lui et faites-lui la conversation. Retirez-le de sur le siège au bout d'un certain temps — que le résultat soit positif ou négatif — laissez-le rarement plus de cinq minutes.

S'il se débat pour descendre vous n'avez aucun intérêt à exiger qu'il reste plus longtemps. Il peut consentir à rester à côté du siège, sans que ses couches soient retirées. Cela n'économisera pas une couche, mais ce n'est pas cette économie que nous recherchons. L'important c'est qu'il arrive petit à petit à avoir la notion de l'endroit et du temps appropriés.

Les petits enfants ont un sens aigu de la propriété en ce qui concerne les produits de leur corps et ne considèrent pas leurs selles avec dégoût. Ils traversent presque toujours une période où ils tripotent dans la cuvette des toilettes ou barbouillent de leurs selles leur petit lit ou les murs. Efforcez-vous de dissimuler votre consternation lorsque vous nettoyez les dégâts et comprenez le désir d'expérience de l'enfant. En fait, vous êtes vous-même portée à montrer votre satisfaction devant des selles lorsque l'enfant fait ses besoins sur le W.C. Certains spécialistes déclarent que pour l'enfant, le fait que sa mère évacue les selles en tirant la chasse d'eau, doit paraître un acte cruel. C'est pourquoi, ou parce que l'enfant peut éprouver la crainte d'être entraîné par le flot d'eau, certaines mères attendent avec tact que l'enfant ait quitté la pièce pour tirer la chasse d'eau. Plus tard, les enfants prennent bien sûr plaisir à l'actionner eux-mêmes.

La peur d'être entraîné dans les toilettes se manifeste au moment où l'enfant éprouve en général la crainte de glisser dans le tuyau d'écoulement de la baignoire. Ces frayeurs paraissent purement ridicules à un adulte, mais l'enfant n'a qu'une piètre notion des grandeurs. Il apprend la taille des choses en jouant, en mettant de petits objets dans des grands et en essayant de mettre de grandes choses dans de petits espaces. Il lui faut des mois et des mois de pratique pour se représenter les choses. Il n'a pas non plus la notion de sa propre taille par rapport à celle des portes, des chaises, des tuyaux ou des voitures de poupées.

Dans l'esprit de bien des gens des selles régulières et journalières sont le synonyme d'une bonne santé, mais cela n'est pas indispensable. Certains enfants ne vont à la selle que tous les deux jours environ. A moins que le médecin ne les prescrive à l'occasion d'une maladie, l'usage de suppositoires ou de lavements n'est pas recommandé. Un régime qui aide à garder des selles molles, beaucoup d'exercice et de liquides, valent mieux que des médicaments qui amènent souvent à se faire trop de soucis au sujet d'un processus naturel.

Contrôle de la vessie. — L'étape suivante est d'apprendre à l'enfant à ne pas se mouiller. Sans exercer une pression l'enfant apprendra graduellement à ne plus se mouiller et à rester au sec. Cela vaut mieux qu'un effort soudain. « Je vais dresser Jean cette semaine » implique que tout sera oublié en dehors des efforts portant sur les visites aux toilettes. Tout sera axé sur l'état des couches à chaque instant de la journée. Sont-elles mouillées ? C'est la consternation. Sèches ? Hissons le pavoi.

Entre un an et demi et deux ans l'enfant aura tendance à espacer les

moments d'uriner, du fait que la vessie se remplira au lieu de se vider automatiquement. Il comprend mieux ce qu'on lui dit et peut dire quelques mots. Il peut avoir un esprit plus porté vers la coopération que lorsqu'il avait un an. Il désirera imiter les autres. Il n'est pas aussi totalement absorbé par le fait d'apprendre à marcher et a un peu de temps de reste pour les autres choses. Vous arriverez plus rapidement à lui apprendre à ne plus se mouiller si vous attendez qu'il ait dix-huit mois. Les filles peuvent être plus précoces que les garçons, comme elles le sont pour les autres activités qui exigent de la volonté et de la maturité.

Commencez par emmener l'enfant aux toilettes alors qu'il est encore sec. Ce sera bien souvent après un petit somme si vous vous occupez de l'enfant dès qu'il se réveille. Mettez à l'enfant une petite culotte. Il lui sera plus facile de l'enlever et elle l'incitera à rester propre. Si vous la lui avez mise un peu trop tôt, ne le menacez pas cependant de lui remettre des couches de « bébé ».

Certains parents établissent des horaires fixes, juste avant et entre les repas. Le rythme propre de l'enfant est cependant le meilleur horaire à suivre au départ.

Souvent, un enfant qui aura fait de bons progrès aura des rechutes. La discipline n'est pas encore totale et pendant des mois il peut rétrograder du fait d'éléments comme un temps plus froid, un léger rhume, une visite chez vous ou l'excitation due à un voyage. Efforcez-vous d'accepter ces rechutes sans faire d'histoires ou sans vous livrer à des commentaires.

Parfois des difficultés plus grandes se présenteront. Un enfant peut refuser d'aller aux toilettes ou peut avoir si peur d'avoir un accident qu'il lui est presque impossible de faire autre chose. Lorsqu'un tel fait se produit, soyez moins stricte dans votre dressage ou renoncez-y pour quelque temps. Il peut également se produire des phénomènes qui ne semblent pas reliés à cette éducation. Il peut ainsi vivre dans la crainte de salir ses vêtements ou éviter de toucher des choses molles ou gluantes ou refuser de faire tout effort au moment des repas.

Un enfant qui a montré pendant un certain temps qu'il a compris à quoi servait le W.C. ne l'oublie pas facilement. Il note les choses très rapidement, bien plus rapidement que vous ne le voulez — comme de se rappeler où vous rangez les bonbons acidulés. Il n'est donc pas nécessaire de le disputer ou de le punir pour lui faire retenir la notion d'aller aux toilettes.

Il se peut que vous ayez commencé trop tôt. Ou bien, il peut penser qu'il n'a pas besoin de se contrôler lui-même. Examiner sa vie peut donner la clef de cette attitude. A-t-il la possibilité de décider lui-même ce qu'on lui fait et comment on le fait ? Est-il content de grandir ou a-t-il décidé qu'il était plus agréable d'être un bébé ? A-t-il tellement peur d'avoir un accident qu'il lui est impossible de l'éviter ?

Quelle que soit la cause vous l'aidez mieux en l'encourageant qu'en le punissant. La plupart des enfants ne sont complètement propres dans la journée qu'à trois ans.

Un enfant qui s'efforce à prendre l'habitude de rester propre peut être incapable de faire ses besoins dans un W.C. non familier ou en

plein air. L'enfant de deux ans est souvent routinier et il lui faut son cadre familial pour arriver à un résultat. C'est donc une excellente idée que de changer de place et de l'habituer aux changements. Lors d'un voyage, emmenez son siège adaptable. Vous pouvez le prévenir à l'avance qu'il devra aller dans une salle de bains différente de la sienne, ou qu'il lui faudra uriner dans les bois. Etant donné que son siège adaptable au W.C. peut être associé dans son esprit à l'idée de se soulager, les parents devront probablement le tenir sur ce siège, au-dessus de l'herbe ou de tout endroit approprié.

Les petits garçons urinent tout d'abord assis. L'âge auquel un petit garçon apprend à uriner debout varie principalement suivant l'importance de l'élément masculin dans son entourage (le père y compris, bien entendu). L'exemple masculin pourra aussi bien donner à une petite fille cette idée d'uriner dans une nouvelle position. Bien que les résultats soient pour elle décourageants il est très probable qu'elle continuera à faire des essais jusqu'à ce qu'elle s'accepte comme elle est.

Propreté la nuit. — Ne pas se mouiller la nuit ne se produit que beaucoup plus tard et cette question appartient à peine à un chapitre consacré au tout petit. Cependant, étant donné que les parents aiment avoir une attitude logique nous traiterons maintenant cette question. Avant que l'enfant ait quatre ans on peut s'attendre à ce qu'il mouille de temps en temps son lit, bien que certains enfants n'urinent plus au lit alors qu'ils ne sont pas encore propres dans la journée. Si vous n'avez pas eu à lutter pour obtenir qu'il ne se mouille pas dans la journée vous constaterez qu'il fait, avec vos encouragements, des progrès aussi bons en ce qui concerne la propreté la nuit.

Certains parents emmènent l'enfant au W.C. au moment où ils vont se coucher ou très tôt le matin. Certains enfants se soulagent rapidement, même endormis. Si l'enfant ne réagit pas aussi facilement, est contrarié ou mis de mauvaise humeur par ce procédé, il vaut mieux y renoncer. Certains pensent que le fait de mettre sur le W.C. un enfant encore endormi a pour conséquence qu'il urine plus longtemps dans son sommeil qu'il ne le ferait si on le laissait tranquille.

Réduire les liquides après 5 heures de l'après-midi peut aider un enfant qui comprend la relation qui existe entre le fait de boire et une vessie trop gonflée. Cependant, s'il considère cette restriction comme une privation ou une punition il peut se révolter ou craindre l'accident. Lorsque l'enfant qui ne mouillait plus son lit éprouve un sentiment d'inquiétude, à la naissance d'un autre enfant par exemple, le fait de mouiller son lit peut être le symptôme de ses craintes.

Attitude envers le corps. — Bien avant tout apprentissage du contrôle de l'intestin et de la vessie l'enfant ressent quelle est l'attitude de ses parents lorsqu'il s'agit de le changer. C'est une chance si vous avez accompli ce geste d'une façon très naturelle. Lors de l'apprentissage les parents peuvent devenir tellement absorbés par lui qu'ils disputent l'enfant dès qu'un accident se produit. L'enfant peut alors s'imaginer que cette partie de lui-même est répugnante. Il est facile pour lui de confondre ce

phénomène d'évacuation avec les organes génitaux eux-mêmes et cela peut l'amener à éprouver un sentiment de honte vis-à-vis de son corps.

Les enfants apprennent très vite que la société exige une certaine réserve en la matière. Ils peuvent acquérir cette discrétion sans cependant ressentir ce sentiment de honte souvent développé en ce qui concerne le corps et ses fonctions.

Certains enfants font d'une façon ou d'une autre la découverte qu'ils peuvent éprouver des sensations agréables et apaisantes en caressant ou en touchant leurs organes génitaux. Ils explorent les parties sensibles de leur corps comme ils le font pour d'autres choses intéressantes. Leur attention se porte rapidement ailleurs. C'est pourquoi vous n'avez pas besoin d'intervenir. Si cela vous inquiète vraiment, mettez-lui un jouet dans la main de façon toute naturelle. Prenez-le tranquillement dans vos bras et parlez-lui ou jouez avec lui, ou encore, proposez-lui un verre d'eau ou occupez-le d'une façon ou d'une autre. Si vous intervenez à chaque fois qu'il se touche vous pouvez lui donner l'idée que son corps est mauvais ou dangereux.

IL APPREND A PARLER

Etre capable de parler à une autre personne est le propre de l'homme. Il fait de lui un être à part. Dès qu'un bébé forme un son qui paraît avoir un sens les parents se mettent aussitôt en campagne et ont même une notion différente de l'enfant. Ils l'accueillent alors dans la race humaine. Tous ont été ravis lorsqu'il a percé sa première dent ou fait ses premiers pas, mais ces exploits d'ordre purement physique ne sont pas riches de promesses comme le premier mot, ne comportent pas le plaisir de communiquer son expérience par la parole, l'agrément que procure le fait de parler ensemble, le simple plaisir d'être en société.

Le nourrisson s'amuse à faire des bulles et des bruits de gorge, il gazouille et glousse ; des personnes faisant autorité en la matière nous assurent qu'il apprend ainsi à parler. Avant longtemps il aura trouvé une infinité de sons dont il en négligera une grande partie du fait qu'il n'en aura pas besoin pour parler français, mais ceux-ci peuvent être utilisés dans d'autres langues.

Dès le départ, il utilise sa voix en changeant le ton et l'intensité, en pleurant, gloussant, ou poussant des cris perçants pour vous dire ce qu'il ressent. Il apprend très vite à reconnaître votre voix parmi les sons qui l'entourent et il sait reconnaître son ton amical ou mécontent.

En grandissant, il entend beaucoup parler autour de lui — discours qui s'adressent aussi à lui — lorsque vous lui parlez en lui donnant son bain ou son repas. Tout en continuant à jouer avec les mots il commence à imiter le rythme de la langue qu'il entend. Il semble faire une conversation avec ses arrêts et ses inflexions caractéristiques (qu'il soit chinois, anglais ou français) bien que chaque mot pris à part soit inintelligible.

Vers six mois, il lui est possible de reproduire à volonté certains de ces sons obtenus par hasard. A l'âge d'un an, grâce aux encouragements

qu'on lui prodigue et à l'attention qu'on lui porte dès qu'il lui arrive de former un son, grâce également au fait que ce son lui est répété, il commence à l'associer à un objet ou à une personne. C'est ainsi que le langage se forme. Il est le résultat du développement des muscles de la langue et de la gorge (qui se sont développés lorsque l'enfant tétait), du fait d'apprendre à entendre le mot qu'il forme, du désir de communiquer avec autrui, et d'une intelligence suffisamment développée pour permettre à l'enfant d'associer un son au sens que les autres lui donnent.

Apprendre à parler est le moyen principal grâce auquel l'enfant prend conscience de ce qu'il sait. Certes, il pense et ressent avant de pouvoir parler, mais ce qu'il pense et ressent ne devient clairement intelligible pour lui que lorsqu'il apprend à le traduire par des mots. Il peut alors utiliser des mots pour se rappeler des événements passés et pour prévoir des événements futurs.

Il découvre également que les mots sont doués d'un grand pouvoir. Lorsqu'un enfant commence à maîtriser un peu une langue il peut commencer à agir sur le monde qui l'entoure. Les parents sont soulagés de découvrir qu'il est beaucoup plus facile de s'occuper d'un enfant qui peut parler.

L'enfant est enclin à exagérer le pouvoir des mots pendant un certain temps, en particulier lorsqu'il découvre la force du mot « non ». Ce n'est que peu à peu qu'il arrive à exprimer avec plus de nuance ses désirs. Il pourra dire « tout de suite » à la place d'un simple « non ». De plus, on peut lui apprendre à utiliser des mots pour se défendre plutôt que de mordre ou de frapper, de pleurer ou de s'enfuir. Grâce au langage il devient peu à peu capable de suivre son petit bonhomme de chemin de façon à en tirer satisfaction tout en satisfaisant la société.

Le stade « moulin à paroles ». — Des enfants très précoces utilisent déjà une demi-douzaine de mots avant de pouvoir marcher. L'âge exact variera. Chez la plupart des enfants l'augmentation du vocabulaire peut être retardée lorsqu'il s'efforce d'apprendre à marcher, mais vers l'âge de deux ans ils font un grand bond en avant et peuvent ajouter trois cents à quatre cents nouveaux mots à leur vocabulaire entre leur second et leur troisième anniversaire. Ils apprennent des mots nouveaux en demandant constamment « et ça » ? Un enfant de trois ans répétera à satiété les mots qu'il connaît. « Un vrai moulin à paroles », dit de lui son père. Et c'est bien vrai. Il peut dire onze mille ou douze mille mots par jour. Il continuera à ajouter de nouveaux mots à son vocabulaire tout au cours des années pré-scolaires et, dans une certaine mesure, tout au long de son existence, mais le rythme ne sera jamais aussi élevé.

Au départ, il utilise un simple mot pour exprimer toute une pensée « lumière », « chapeau », « dîner ». Vous savez ce qu'il veut dire grâce à ses gestes et au ton de sa voix.

Bientôt, l'enfant qui est lui-même si actif désire exprimer une action, il commence donc à utiliser également des verbes : « Papa part », « toutou aboie », « bébé court ».

Apprendre à utiliser correctement les pronoms ne vient que plus tard parce qu'ils changent constamment selon qu'ils s'appliquent à soi ou aux autres et parce qu'il a une vision du monde centrée sur lui-même.

Il pense qu'il est le seul « moi » qui compte. Comment pouvez-vous être « moi » alors qu'il est « moi » lui aussi ? De plus on parle souvent de lui en disant « bébé » ou « Pierrot ». Il aura donc tendance à dire « Pierrot se lève ». Ne prenez pas cela au tragique, mais, de temps à autre, exprimez correctement une idée et faites qu'il vous imite.

Le langage des enfants. — Les enfants fabriquent des mots merveilleusement expressifs qui passent bientôt dans le vocabulaire familial. Un enfant de trois ans, excité, s'exclamera en voyant un train : « Oh, la grosse tutute ». Pour un autre, une brouette sera la « bourette ». Du fait que d'autres membres de la famille relèvent ces inventions ils aident l'enfant à rattacher un sens aux mots. Ils servent de tremplin entre le langage de l'enfant et le langage adulte. Parler ce langage bébé, dans lequel les mots propres à l'enfant et les structures simples de phrases sont copiés par les adultes lui aide à apprendre le langage parlé. Des phrases longues et compliquées le rebutent.

Les enfants aiment à jouer avec les sons longtemps après qu'ils ont appris à parler et un enfant de trois ou quatre ans est ravi d'entendre des mots sans suite comme « am stram gram, bourre et bourre et ratatam ». Un bon rythme donné à un chapelet de non-sens et cela suffit pour amuser une bande de petits enfants. En plus du plaisir qu'ils éprouvent, ils améliorent leur prononciation des consonnes difficiles et accentuent la dernière ou la syllabe intermédiaire de certains mots, ce qui améliore également l'articulation du langage. Ces jeux avec des mots constituent de bons exercices.

Les enfants d'âge pré-scolaire aiment à répéter des mots d'un emploi douteux — « pipi », « caca » — de même que ceux qu'il leur arrive d'entendre. Ils adorent choquer, quel pouvoir ils ont ! Si vous faites celle qui n'a pas entendu ou si vous substituez à ce vocabulaire des mots sans grande importance, de votre cru, vous évitez généralement que ces jeux avec les mots ne finissent par poser des problèmes. « Tu n'es qu'une vieille chaussette » lui procure autant de plaisir qu'un mot grossier.

Il ne faut pas confondre les exemples donnés ci-dessus avec ce vocabulaire enfantin qui amène l'enfant à continuer à utiliser des sons primitifs dont il se serait depuis longtemps débarrassé s'il n'avait pas découvert que le fait de parler comme un bébé donne de bons résultats auprès des parents qui trouvent cela adorable. Les enfants qui entendent bien parler ont tendance à l'imiter. Un enfant dépasse généralement le stade du langage bébé lorsque ses parents l'abandonnent.

Les enfants qui parlent tard. — L'âge auquel parle un enfant et le nombre des paroles qu'il prononce dans une journée varient beaucoup selon les individus. Les filles commencent en général à parler plus tôt que les garçons et parfois d'une façon plus distincte. Il arrive que des frères et des sœurs plus âgés interprètent si bien les désirs du plus jeune qu'il n'a pas besoin de parler. Les jumeaux et les triplés ont tendance à se mettre tard à parler et peuvent par la suite être peu compréhensibles parce qu'ils passent beaucoup de temps en compagnie d'un partenaire qui ne parle pas mieux qu'eux. La quantité de paroles entendues par un enfant a également une influence sur le nombre de paroles qu'il prononcera.

Les enfants qui vivent dans des orphelinats parlent plus tard que ceux qui sont élevés par leur mère. Le tempérament joue également. Certains enfants babillent du matin au soir, d'autres regardent et observent sans rien dire. Certains enfants commencent très tôt à jouer avec des mots, d'autres ne commencent que lorsqu'ils ont déjà deux ou trois ans. Les enfants parlent plus lorsqu'ils ont un sujet de conversation. Ainsi, des vacances passées à la mer font apparaître une quantité de nouveaux mots que l'enfant apprendra et lui donnent ample matière à conversation.

Les circonstances exigent parfois que les enfants apprennent simultanément deux langues. Ils nous étonnent par la façon dont ils savent utiliser l'une ou l'autre langue au bon moment. Souvent les progrès dans les deux langues sont plus lents du fait de cette double tâche, mais ce retard se rattrapera.

Si vous vous inquiétez parce que votre enfant met du temps à parler ou parce que personne n'est capable de comprendre ce qu'il dit, reconnaissez qu'il existe de nombreuses raisons expliquant la lenteur ou la médiocrité en matière de langage et que, selon celles-ci, le problème doit être considéré sous des angles différents.

Si un enfant ne parle pas encore à trois ans, faites-lui subir un examen général approfondi. Votre médecin peut vous adresser à un spécialiste de l'élocution ou à une clinique d'orientation pour enfants. La faculté de médecine la plus proche en a peut-être une. Vous pouvez écrire aux services de santé ou aux services académiques souvent situés dans la capitale de votre Etat. Etant donné que les écoles ont tout intérêt à assurer l'amélioration des défauts de la parole aux enfants qui en ont besoin, vous pouvez faire établir un diagnostic et obtenir une assistance par l'intermédiaire de la direction locale de l'enseignement.

Le bégaiement est fréquent. — Penser au mot juste et arriver à le prononcer est un travail ardu pour un enfant. C'est encore plus difficile lorsque l'enfant a deux ans et demi, trois ans, âge auquel ses idées dépassent son vocabulaire. Jusqu'à l'âge de six ans il est difficile pour les enfants d'expliquer leurs idées clairement, en particulier lorsqu'ils sont excités ou bouleversés. Ils peuvent prendre l'habitude de tout répéter deux fois afin d'être sûrs que ce qu'ils disent a bien été entendu par un parent distrait, fatigué de leur bavardage. Ils peuvent aussi hésiter et trébucher s'ils ont peur qu'un autre enfant arrive avant eux au poteau.

Les parents qui attachent un intérêt particulier à l'élocution, qui ont peut-être eu eux-mêmes du mal à parler, ou ont dans leur famille une personne qui a des problèmes d'élocution, auront tendance à s'inquiéter en entendant leur enfant parler de façon saccadée et irrégulière. Ils sont certains qu'il va se mettre à bredouiller ou à bégayer. Une fois qu'ils l'ont remarqué ils remarquent encore plus les répétitions et ce qui aurait pu disparaître tout naturellement devient l'objet de toute l'attention de la famille.

Lorsqu'ils s'inquiètent, les parents sont certains de laisser paraître d'une façon ou d'une autre leur inquiétude par l'expression de leur visage ou le ton de leur voix lorsqu'ils en parlent. L'enfant s'en inquiète alors lui aussi. Les parents ont tendance à vouloir l'aider en disant « Prends ton

temps », « Recommence, maintenant », « Dis-le moins vite, Jeannot ». L'enfant prend alors conscience qu'il ne satisfait pas son interlocuteur et il devient plus hésitant. Lorsqu'il veut vous dire quelque chose la fois d'après il arrive à peine à dire le premier mot, certain de ne pas le dire correctement. C'est alors que son élocution présente vraiment des troubles.

C'est une des façons dont un enfant peut se mettre à bégayer, mais il y a sans doute bien d'autres raisons.

Tout cela peut, en général, être évité. Nous vous donnons ici quelques suggestions toutes simples pour aider votre enfant à acquérir une bonne élocution. Ce sont les mêmes qui aident à l'empêcher de bégayer.

Laissez votre enfant s'exprimer comme un enfant. Les enfants apprennent encore à maîtriser les mots et les idées. On ne doit jamais les taquiner pour une prononciation défectueuse.

Permettez également à votre enfant de se tenir comme un enfant. Les enfants dont on exige la perfection, qui doivent exceller en propreté, par leurs façons de se tenir, leur obéissance ou être très propres traduiront d'une façon ou d'une autre cette tension dans laquelle ils vivent. Cela se traduit souvent par des problèmes d'élocution, ils peuvent même refuser de parler, puisque le langage se rattache si étroitement à ce qu'on pense d'eux. Ecoutez ce qu'il dit. La conversation implique deux personnes : celui qui parle et celui qui écoute. Votre enfant se sentira très encouragé si vous écoutez attentivement tout ce qu'il vous dit. La plupart du temps un petit enfant est exclu de la conversation des adultes aux repas, lorsqu'il y a des invités, lorsque sa mère téléphone. Cela peut demander un effort spécial de faire participer l'enfant à la conversation.

La plupart des enfants sont gênés de parler devant des étrangers si on les force à dire de petits poèmes et à étaler leurs connaissances. Ils peuvent cependant désirer faire part de leurs idées si l'occasion leur en est donnée, devant un public amical composé de deux ou trois invités ou d'un voisin qu'ils connaissent bien.

Faites la lecture à votre enfant, chantez avec lui, parlez avec lui. Des plaisanteries, des jeux avec les mots, et les comptines sont des divertissements sains et valables. Echanger des mots avec d'autres profite beaucoup aux petits enfants. Une bonne élocution a une énorme importance pour chaque enfant et chaque adulte, et il serait bon de tout mettre en œuvre pour s'assurer les avantages et les plaisirs qu'elle procure.

LE TOUT PETIT JOUE AVEC TOUT

Un tout petit enfant ne fait aucune différence entre le travail et le jeu. Les adultes envient le pouvoir qu'ont les enfants de s'absorber dans ce qu'ils font : dans une histoire, un jouet, l'écoulement de l'eau de la baignoire, le vol d'un papillon. En même temps cela les agace que l'enfant perde toute notion du temps (« Alors, tu ne sais pas que c'est l'heure du déjeuner ? ») ou les ennuie lorsqu'il a du mal à s'arracher à sa passionnante occupation.

L'enfant s'assoit sur le sol de la cuisine et s'amuse avec une cuillère

à soupe et une casserole. Il lèche le métal, écoute le bruit, fait briller les rivets, met la cuillère dans la casserole, essaie de faire l'opération contraire, la traîne sur le sol, la renverse afin de cacher la cuillère, récupère la cuillère. Lorsqu'il n'a plus rien à expérimenter nous disons qu'il s'en désintéresse. Il recommencera tout si nous lui donnons en plus d'autres objets : du sable, de l'eau, des cailloux, des jouets plus petits, des épingles à linge, un couvercle, d'autres cuillères, d'autres casseroles. Il découvre de nouvelles possibilités, il refait avec succès les anciennes expériences. Puis il s'en va, c'est terminé.

Il n'agit pas au hasard, son jeu a un but, même si ce qu'il a à l'esprit ou ce qu'il fait n'est pas très clair. Qu'apprend-t-il en jouant ?

Il apprend tout d'abord à se servir de son corps : à tirer et à pousser, à soulever et à jeter, à grimper et sauter, pincer et serrer, à piocher et à casser. Maladroit et empoté au début il apprend à diriger ses bras et ses jambes et son tronc, puis ses mains et ses doigts, et à réaliser vers l'âge de quatre à cinq ans des mouvements souples, sans effort.

Puis il lui faut découvrir comment fonctionnent les choses, où elles vont, ce qui rentre dans autre chose. Il veut faire tout ce que font les autres, qu'il s'agisse de balayer, de faire la cuisine, de tondre le gazon ou de réparer un objet.

Peu à peu un nouvel élément apparaît. Un bloc de bois se transforme en automobile, et le tout petit imite de façon très convaincante le bruit d'un moteur. Il fait des cercles et double à droite et à gauche. Il aligne des haricots qui deviennent des soldats en marche. Il fait le chien ou l'avion. Dans la vie de la plupart des enfants l'imagination rentre en jeu vers dix-huit mois. Plus l'enfant est intelligent plus il a d'imagination et commence tôt. Le jeu imaginaire prend de plus en plus d'importance jusqu'à ce que l'enfant ait quatre ou cinq ans, âge auquel ce monde imaginaire évince le monde réel.

Grâce à ce jeu imaginaire il apprend à quoi cela correspond d'être quelque chose ou quelqu'un d'autre. Il exprime ce qu'il ressent en tant que petit être dans un monde d'adultes et de forces énormes. Il joue des rôles empruntés à la vie réelle, il copie fidèlement des gestes et des inflexions de voix, il se libère de sentiments de colère ou de frustration, il revit des expériences qui ont été bouleversantes, mystérieuses ou agréables.

Où va-t-il jouer ? — Dès que l'enfant commence à marcher il désire être partout où est sa mère : dans la cuisine, la buanderie ou la baignoire. Les parents qui s'imaginent « l'enfant est dans la salle de jeux et tout va bien » seront vite déçus. A moins que d'autres ne soient présents les petits enfants jouent rarement avec plaisir dans une salle de jeux écartée de la vie de la maison. Puisque l'enfant désire tant être auprès de vous, faites votre possible pour qu'il puisse jouer auprès de vous lorsque vous travaillez. Votre compagnie est très importante pour lui, votre surveillance est essentielle pour sa sécurité.

Même s'il vous est possible de l'avoir avec vous la plupart du temps vous souhaitez qu'il ait un endroit bien à lui pour jouer. Ce peut être sa chambre ou un coin dans une autre pièce qu'il sait lui appartenir et où il

garde tous ses trésors. Là, il ne sera pas en butte aux multiples restrictions valables dans le reste de la maison. S'il a un coin à lui, vous êtes en droit d'exiger qu'il commence à respecter la différence qui existe entre ses objets et les vôtres, sa dinette et votre service en porcelaine, l'endroit où il peut grimper et vos fauteuils capitonnés.

S'il a un endroit bien à lui, ne l'y enfermez pas et ne l'envoyez pas là pour le punir. Il ne pourra pas aimer un endroit qui sert de cachot. Il semble que ce soit une bonne méthode que l'enfant aille jouer régulièrement dans sa pièce, ce qui permet également d'être débarrassé de lui. Il vous sera peut-être pratique d'avoir une heure de tranquillité dans la matinée pour mettre en route vos travaux ménagers, de plus, dans l'après-midi vous pouvez exiger qu'il y joue seul, tranquillement, pendant que vous faites le dîner.

Il y a des époques où un enfant, qui d'habitude se contentait de jouer seul dans la salle de jeux, devient turbulent et se lasse vite de ses occupations. Il a besoin qu'on lui donne habilement « un petit peu d'aide ». Si cela est possible rejoignez l'enfant maussade et « jouez » avec lui (ce qui signifie pour lui que vous vous joignez à ses activités), il se peut alors qu'il se tienne tranquille pendant un certain temps. Son attitude peut également indiquer qu'il a besoin d'occupations plus variées ou de petits compagnons de jeu.

Pour devenir ordonné l'enfant a besoin d'un endroit où ranger ses affaires. Cet endroit n'a pas besoin d'être luxueux : un cageot, un grand carton auquel vous aurez donné un coup de peinture pour qu'ils durent plus longtemps ou des étagères ouvertes, basses, suffisamment profondes pour que les objets ne retombent pas. Très tôt l'enfant peut aider à ranger ses affaires lorsqu'il a fini de jouer. C'est un moment opportun pour bavarder gentiment avec lui tandis que vous êtes tous deux occupés au même travail. Il faudra attendre plusieurs années avant qu'il ne puisse effectuer seul ce rangement.

Encouragez-le à ranger les affaires une fois qu'il a fini de jouer avec elles, mais cela exige une surveillance de tout instant par un adulte. Les petits enfants ne jouent pas avec un seul objet à la fois et ne le rangent pas avant d'en choisir un autre ; il n'est pas raisonnable d'exiger cela d'eux.

Un des moyens pour limiter le désordre consiste à ne mettre à la disposition de l'enfant que quelques jouets à la fois. Si l'enfant a un grand nombre de jouets, rangez-en certains que vous ressortirez lorsque vous mettrez les autres de côté ou lors d'occasions particulières : lorsqu'il est malade, ou en a assez des autres jouets. Trop de jouets divisent l'attention et il va de l'un à l'autre.

Même s'il a un endroit à lui, prévoyez également dans les autres pièces un coin qui lui sera réservé, dans le salon une étagère pour ses livres et des illustrés, dans la cuisine un tiroir bas où seront rangés les jouets avec lesquels il peut jouer dans cette pièce.

Un enfant jouera par terre la plupart du temps. Evitez les courants d'air en mettant des bourrelets, en ayant des doubles rideaux épais, ou un écran fixé au mur par des crochets. Choisissez pour votre plancher un

revêtement qui puisse se laver facilement, du linoléum, des tapis en coton ou des nattes. Ils ont une surface lisse et dure sur laquelle on peut faire des constructions et où roulent bien les roues de voitures. Encaustiquez juste ce qu'il faut le linoléum ou les parquets afin qu'ils ne s'encrassent pas mais ne soient pas glissants. Des petits tapis éparpillés dans tous les coins provoquent des chutes.

La surface des murs aura elle aussi besoin d'être souvent nettoyée. Vous pouvez clouer sur vos murs (sur un tiers de leur hauteur) de la toile cirée, du formica ou un autre matériau protecteur. Utilisez des peintures réellement lavables car il est vexant de découvrir que bien des peintures solubles dans l'eau font des traînées lorsqu'on les lave. Vérifiez l'étiquette des boîtes des peintures qui seront utilisées pour peindre la chambre de l'enfant, les meubles ou les jouets, pour être sûre qu'elle peut être utilisée sur des surfaces susceptibles d'être mordillées par les enfants (Cf., p. 112.) Le plâtre employé en maçonnerie contient du plomb et, mangé par l'enfant, peut provoquer un empoisonnement.

Le jeu au grand air. — Dehors, l'enfant a besoin d'un endroit sûr où il peut courir et s'ébattre librement. L'idéal, c'est d'avoir un terrain de jeux. Il aime s'asseoir dans l'herbe, regarder les fourmis entrer et sortir de leur fourmilière, ramasser des cailloux, et faire rouler son chariot sur un terrain accidenté. Il aime avoir une place où bêcher. S'il n'y a pas d'endroit dans la cour on peut clore une portion de la véranda, loin des escaliers. Veillez à ce que la clôture soit solide. Vous pouvez également explorer le voisinage pour voir s'il existe un jardin public où vous pouvez vous rendre à pied pour ces moments de jeu au grand air.

Une caisse de sable assure des heures et des heures de jeu passionnant, seul ou avec des camarades. Au début, l'enfant remplit des petits moules et creuse avec une cuillère. Plus tard, il construira des routes, des tunnels et des châteaux. Jouer avec du sable reste une activité favorite et sociable, même lorsque l'enfant ira à l'école primaire, cela vaut donc la peine que la famille construise un enclos solide et assez grand où sera placé le tas de sable.

La brochure n° 238 du Bureau de l'Enfance : *Jeu d'intérieur et équipement de jeu*, fournit toutes les indications nécessaires à la fabrication d'une caisse pour le sable. Le soleil et l'air aident à ce que le sable reste propre mais il est bon de prévoir de l'ombre pour une partie de la journée lorsque cela est possible. S'il n'y a pas d'arbres, installez un parasol, une toile tendue ou une toile fixée sur un cadre. Il vaut mieux situer cette boîte dans un endroit où l'on peut facilement y décharger un camion à bascule ou une brouette.

Enclouez une partie de la cour vous tranquillise, vous et l'enfant. A l'intérieur de ce domaine il est tranquille et ne s'attirera pas des ennuis parce qu'il a abîmé vos fleurs ou un arbuste précieux. Il ne risque pas d'être puni pour être allé dans la rue rechercher sa balle.

Si vous pouvez choisir l'emplacement, faites en sorte que cette partie close puisse être surveillée de la maison. Si vous êtes locataire, vous pouvez utiliser un grillage peu coûteux ou du latecanisse tendu entre des pieux profondément enfoncés dans le sol. Un mur de la maison peut

constituer un côté de ce terrain de jeux. Une barrière à clairevoies peut fermer l'entrée. Pour que l'enfant ne s'ennuie pas, prévoyez des planches et des boîtes, une balançoire, un tas de sable, des ustensiles pour jouer avec le sable et des jouets à roulettes. C'est encore mieux s'il y a un endroit pour grimper.

Un enfant agile peut arriver à franchir n'importe qu'elle barrière s'il le désire vraiment, si bien qu'elle correspond plus à un symbole de sécurité qu'à un enclos. N'ayez aucun scrupule à mettre l'enfant à jouer dans cet enclos, car c'est là sa place. Allez souvent lui faire une petite visite ou procurez-lui un petit compagnon de jeu si cela est possible. Même la présence d'un animal domestique peut donner à l'enfant l'impression de ne plus être seul.

Avec quoi jouera-t-il ? — Quelques jouets simples, choisis avec soin, et correspondant aux intérêts et aux capacités de l'enfant suffisent. Rappelez-vous toujours qu'il désire jouer avec tout ce qu'on lui permet de toucher. Il découvrira la plupart de ses jouets dans la maison : pots et casseroles, boîtes en plastique avec couvercles, cuillères, boîtes de conserve, boîtes vides, bobines de fil, etc.

Assurez-vous que ces objets ne présentent aucun danger. Les bords sont-ils coupants ? Peuvent-ils être léchés sans provoquer d'empoisonnement ? S'ils se cassent, peuvent-ils couper ou piquer ? Certaines parties peuvent-elles être avalées ou respirées, comme cela peut se produire avec des morceaux de ballon de baudruche, des boutons ou des billes ?

Vous pouvez fabriquer vous-mêmes de nombreux jouets « éducatifs ». Un père ou une mère bricoleurs peuvent, à l'aide de quelques outils, découper un jeu de patience, découper des rondelles de tailles différentes et de couleurs vives qu'on enfilera sur une cheville, confectionner un petit train en reliant entre elles par des crochets et des pitons des boîtes à cigares, ou un tambour en lançant un morceau de chambre à air à chaque extrémité d'une grosse boîte de conserve ouverte des deux côtés.

Voici une liste des jouets proposés pour les tout petits et classés par ordre d'intérêt au fur et à mesure que grandit l'enfant :

Hochet, jouets bruyants.

Gros ballon.

Jouets flottants dans le bain.

Jouets que l'on tire et que l'on pousse (une cloche montée sur des roulettes, par exemple).

Cheval ou fauteuil à bascule.

Poupée de chiffon ou animaux en peluche (il ne s'y intéressera peut-être pas).

Jouets pour jouer dans le sable (qui ne rouillent pas) : une papinette ou une pelle en bois, dureront peut-être plus longtemps que la petite pelle habituelle. Des seaux en plastique et des ustensiles de cuisine seront plus solides que les jouets en fer blanc peu épais.

Un jeu de cubes (en carton ou en bois, boîtes, boîtes de conserves peintes, gobelets).

Petit chariot ou brouette solide, voiture à pédales ou petit tricycle.

Petite chaise (qu'il peut déplacer) et petite table (sur laquelle il grimpera la plupart du temps).

Jeux de construction simples.

Jouets musicaux peu compliqués (triangle, cloche, tambourin).

Livres d'images aux vives couleurs et avec de grandes illustrations.

Voitures, train composé de plusieurs éléments, bateaux.

Poupées et animaux en caoutchouc.

Mallette ou grand porte-billets.

De grosses billes en bois (de 3 cm) que l'enfant enfilera sur de gros fils, des lacets de chaussures par exemple.

Jeux de patience composés de 3 à 8 morceaux.

Planches en bois et cubes creux.

Un petit chevalet à scier du bois.

Évitez les jouets :

— qui comportent des parties petites et que l'on peut retirer facilement (yeux d'ours en peluche par exemple) ;

— sont fragiles et se cassent facilement ;

— électriques ou qui ont besoin d'être remontés.

Ses premiers amis. — Le tout petit aime être avec des amis. Il s'entend mieux avec un ou deux amis seulement. Les premières rencontres seront très agréables si elles sont brèves, simples et surveillées. Passer de temps à autre une demi-heure avec un autre enfant est bien préférable aux rencontres multiples faites à l'occasion d'une fête d'anniversaire. En fait, les anniversaires sont bien plus agréables pour la maîtresse de maison comme pour les invités si l'assistance est peu nombreuse. Une bonne formule est de prévoir autant d'invités que l'enfant compte d'années.

Même lorsqu'il est avec de petits compagnons, l'enfant est enclin à jouer tout seul, il s'arrête de temps en temps pour les regarder faire, dispute la possession d'un camion ou devient sociable quelques instants pour jouer au ballon. Les très jeunes enfants semblent se comprendre sans parler et aiment simplement la sensation d'avoir quelqu'un de leur taille auprès d'eux.

Ils ne naissent pas non plus généreux et ont tendance à avoir le sens de la possession très développé en ce qui concerne leurs jouets. « A moi » est l'une des premières expressions que les enfants utilisent et ils ne consentent à laisser les autres se servir de leurs affaires que s'ils ne les désirent pas au même moment. Savoir attendre son tour et partager demande des années et, en fait, certains adultes sont moins en avance sur ce point que leurs propres enfants.

Les adultes ne peuvent inculquer de force le sens de la générosité, mais ils peuvent aider à le faire naître. Veillez à ce que votre enfant n'ait pas trop à partager, ni trop souvent. Si vous suggérez à votre enfant de prêter son jouet, arrangez-vous pour qu'il le récupère assez vite. S'il n'est pas forcé de renoncer à ses biens il découvrira que partager est amusant : on peut charger à deux un chariot, puis l'un pousse et l'autre tire. De brèves rencontres de ce genre tendront à être plus fréquentes au fur et à mesure que les enfants apprennent à mieux se connaître et sont plus capables d'échanger des idées.

Pour que ces moments de jeu en commun se passent bien il faut qu'un adulte soit à proximité. Mais n'intervenez pas trop vite dans le cas de dispute afin que les enfants aient la possibilité de trancher eux-mêmes la question et d'apprendre par là à mieux se connaître. Par ailleurs, ne vous en désintéressez pas trop afin que les enfants ne se fâchent pas et ne se prennent pas en grippe.

Vous serez certainement désolée lorsque votre jeune enfant mordra ou frappera un autre enfant. Vous avez des chances d'être stupéfaite de son attitude détachée lorsqu'il contemple les pleurs de la partie adverse, inconscient semble-t-il, de les avoir provoqués ; en fait, ce n'était vraisemblablement pas ainsi qu'il avait prévu les choses. Il peut avoir donné un coup de poing à son ami ou l'avoir pincé en agissant de la même façon qu'il agit avec son ours en peluche favori. Il est enclin à les considérer de la même façon. Il faut alors le renseigner et non pas le punir : « Tes dents font du mal, regarde, elle pleure. » S'il a mordu parce qu'il est en colère, dites-lui qu'il ne doit pas le faire. Cependant, ne lui laissez pas sentir qu'il est « méchant » parce qu'il est en colère.

Parfois les enfants qui se mettent à mordre ont été agacés au-delà de ce qu'ils pouvaient supporter et il vaut peut-être mieux les surveiller afin de les protéger de compagnons ayant trop peu de maturité, ou déloyaux. De toute façon, mordre à son tour le coupable pour lui apprendre à ne plus le faire échoue en général. « Je vais lui monter combien cela fait mal » n'avance à rien. Au lieu du résultat souhaité, vous lui avez simplement démontré que vous pouviez vous aussi faire mal et que vous avez tiré avantage de sa petite taille.

Un enfant qui a bientôt trois ans et mord ou bat fréquemment les autres enfants a vraisemblablement d'autres raisons d'agir que le fait de ne connaître que cette ligne de conduite. Essayez de découvrir pourquoi il veut faire mal aux autres. En général la victime n'est qu'un substitut. Il peut trouver qu'il est accablé par les exigences de ses parents, ou être si peu aidé par eux qu'il n'est pas certain d'en être aimé. Il se peut aussi qu'il soit constamment en butte à une concurrence contre laquelle il est impuissant — celle d'un bébé ou d'un enfant plus âgé. Il est prêt à attaquer dès qu'il rencontre la moindre opposition.

C'est déjà très ennuyeux lorsque votre enfant en mord un autre mais la plupart des parents sont encore plus touchés lorsque c'est leur enfant qui est la victime. Avant de vous précipiter pour renvoyer chez lui le visiteur — ce petit sauvage — soyez sûre que votre intervention n'empêchera pas votre enfant d'en tirer une leçon profitable : celle d'apprendre à se défendre lui-même. Les petits enfants sont rassurés lorsqu'ils voient leurs parents traiter leurs petits amis avec la compréhension dont ils bénéficient.

Les visites — Faire dans la journée de petites visites à vos amis pourra profiter à votre enfant et lui plaire. Il a particulièrement de la chance s'il a des grands-parents à proximité, ce qui lui permet de leur faire de petites visites fréquentes et sans cérémonies. Ces contacts lui permettent d'apprendre à connaître des individus de différentes générations et les règles qui régissent la vie de foyers différents. Il peut commencer

à se faire une idée de ce que sont les personnes âgées et peut tirer profit de leur indulgence.

Lorsqu'il est en visite ou que des amis sont chez vous, vous prenez alors soudain conscience de sa tenue. Inculquer toute une série de bonnes manières est vraisemblablement sans espoir avec des enfants au-dessous de six ans. Il semble qu'on obtienne de meilleurs résultats en encourageant un enfant à exprimer naturellement ses sentiments amicaux. Ne tenez pas compte des adultes qui exigent des manières recherchées chez des enfants aussi jeunes. L'attitude de l'enfant peut être facilitée si vous lui donnez à faire des choses dont il est capable et qui augmentent le confort et l'accueil fait à vos invités.

De longs séjours loin de la maison, sans vous, ne sont pas toujours profitables aux petits enfants. Souvent, des grands-parents qui vivent au loin désirent les avoir quelques jours avec eux, surtout s'il leur est rarement donné de pouvoir « gâter » ces chers petits, de les mettre au lit, de passer des heures à les coiffer, et de raconter des histoires relatives à l'époque où papa ou maman étaient petits. En dépit de leurs désirs, des visites plus courtes valent mieux pour les trois générations, sinon, les petits enfants peuvent s'ennuyer de leur foyer, même s'ils sont chez des grands-parents affectueux, les parents peuvent ne pas être d'accord avec les méthodes employées par leurs parents, et les grands-parents, malgré eux, trouvent souvent que le fait de s'occuper de petits enfants remuants est plus que ce à quoi ils s'attendaient.

LA VIE AVEC LE TOUT-PETIT

La vie avec un petit enfant est un compromis entre son désir farouche de tout diriger et votre bon sens qui vous dicte ce qui lui nuit ou nuit aux autres. Grâce aux routines journalières — les repas, le fait de lui apprendre à être propre, et le jeu — vous donnez à l'enfant les premières leçons relatives à la façon de se comporter. C'est ainsi que commence la discipline et, cependant, ce n'est pas tant une affaire de désobéissance et d'obéissance qu'un enseignement patient.

Lorsqu'un enfant accède à vos désirs il abandonne certaines de ses idées pour obtenir votre approbation aimante. C'est là l'un des premiers marchandages de la vie. Il se conduit de la façon que vous désirez parce qu'il vous estime et se fie à vous. Plus tard, sa conduite sera axée sur la recherche de l'approbation de ses amis, des professeurs, mais pour le moment ses parents sont tout pour lui.

Il est facile d'arriver à exiger trop d'un tout petit. Chacun veut que le monde s'organise et gravite autour du bébé mais dès que l'enfant commence à marcher et à parler les gens ont tendance à oublier combien il manque encore de maturité malgré ces capacités impressionnantes et ils attendent trop de lui. Cela est particulièrement déplorable lorsqu'il s'agit d'enfants très grands pour leur âge.

Les personnes responsables du bien-être de l'enfant doivent réaliser un dosage délicat. Il leur faut prévoir les dangers et veiller à ce qu'il se repose

suffisamment afin de ne pas ajouter la fatigue au manque de maturité. Et, chose encore plus difficile, elles doivent lui laisser suffisamment de liberté afin qu'il ne dépende pas entièrement d'elles ou se révoite à toute limitation.

Nous vous donnons ci-après quelques directives sur la façon de s'occuper du tout petit. Selon la façon dont vous l'éleverez il gardera son sens vigoureux du pouvoir ou sortira de cette petite enfance en doutant de lui-même.

Que la vie reste simple — La routine des jours qui se succèdent apprendra au petit enfant à mettre sa confiance dans le monde et il se sentira capable de faire ce qu'on attend de lui. Retirez de son chemin les bibelots et les objets fragiles auxquels vous tenez. Vous pourrez les remettre en place lorsque l'enfant sera plus capable de contrôler ses impulsions.

La foule, le bruit, la confusion, doivent constituer l'exception, non la règle. Le supermarché moderne, avec ses rayons grouillant de monde, les petits drapeaux qui flottent et les boîtes de biscuits empilées — tentation ! — à portée de la main, est un exemple journalier d'une situation qui dépasse ce que l'enfant peut endurer. Il ne faut donc pas s'étonner, s'il fond souvent en larmes au moment où il arrive à la caisse et si sa mère est épuisée à force de répéter : « Ne touche pas à cela », « Ne mange pas la glace », « Viens ici ».

Il semble que les mères qui laissent leur enfant, malgré sa gaucherie, les aider à mettre et à sortir les achats du panier, font leurs courses avec moins de tracas que celles qui s'efforcent d'empêcher leur aide de toucher à tout. Une poussette légère empêchera l'enfant d'aller et venir. Certaines mères aiment se servir d'un harnais car elles considèrent que c'est le moyen de laisser une certaine liberté de mouvements à l'enfant, dans un rayon restreint.

Evitez de le heurter de front — Dirigez les actes de l'enfant en suggérant une chose plus intéressante ou tout aussi intéressante. Evitez que les volontés ne s'affrontent. « Tiens, prend cette balle » suffit à lui faire oublier le mégot de cigare qu'il venait de découvrir. Dites : « Nous allons mettre ta tasse ici » et l'intérêt de l'enfant se détourne de votre café bouillant.

Pour lui, les actes ont plus de portée que les paroles. Si vous commencez à faire des choses que vous voulez voir faire il suivra souvent le mouvement tout en marmonnant « Non ! ». Dirigez-vous vers la maison lorsqu'il est l'heure de rentrer, commencez à faire couler l'eau du bain lorsque le moment du coucher approche et il arrivera probablement. Faire quelque chose est ce qu'il préfère, l'inaction lui est pénible.

Les mots que vous utilisez doivent être simples et clairs. De longs discours lui embrouillent les idées. « Tes chaussures maintenant » suffit pour exprimer « et maintenant il faut que tu mettes tes bottes parce qu'il pleut ». Restez, à côté de l'enfant ou agenouillez-vous pour être à sa hauteur. Cela vous met plus sur un pied d'égalité avec lui et vous ne criez pas aussi facilement lorsque vous rencontrez le regard solennel, calme, d'un tout petit.

Apprenez-lui ce que signifient les mots « chaud », « fait mal », « mauvais », plutôt que de dire simplement « Ne fais pas cela ». De temps en temps chuchotez-lui dans le creux de l'oreille vos suggestions. Il répondra en chuchotant lui aussi, ravi de tout ce mystère, et souvent prêt à coopérer de façon étonnante.

Ne cédez pas lorsque vous avez décidé quelque chose — Un enfant compte sur vous pour l'aider à contrôler ses impulsions, qu'elles soient dangereuses sur le plan santé ou simplement suffisamment fâcheuses pour lui attirer des ennuis. Il vaut mieux pour Claudine que ses parents l'arrêtent et soient suffisamment énergiques pour calmer sa colère que de laisser les choses durer trop longtemps et finir par être furieux après son entêtement. Lorsqu'il faut arrêter Claudine sa mère lui donnera une autre activité ou quelques ordres simples. Si cela échoue, sa mère la soulèvera sans mot dire et l'emmènera où elle veut que soit l'enfant.

Parfois la maman de Claudine décidera, après réflexion, qu'elle peut ne pas attacher d'importance à son refus parce que l'affaire n'en vaut pas tellement la peine. Si Claudine continue à s'occuper de ses petites affaires lorsque sa maman lui dit : « Il est temps de rentrer », celle-ci peut décider qu'une minute en plein air les amusera toutes les deux et que la sieste peut bien attendre un peu.

Cependant, si un changement d'activité a de l'importance, toutes deux se sentiront mieux si la maman tient jusqu'au bout, agit vite et sans animosité. Si sa maman frappe Claudine dans un mouvement de colère, Claudine pourra en tirer l'impression que les accès de colère et les coups sont acceptables et elle adoptera cette manière de faire elle aussi. Elle peut y avoir recours de toute façon à cet âge, mais l'exemple des adultes la persuade que sa méthode est la bonne. La maman de Claudine, si elle est sûre d'elle-même peut prendre son temps pour se faire obéir avec tact. Le temps gagné en commandant brusquement à l'enfant de s'arrêter sera en général perdu à sécher les pleurs qui coulent lorsqu'il reçoit des ordres dits d'un ton sec ou furieux.

Lorsqu'un enfant continue à désobéir, cette désobéissance peut être l'expression d'une motivation interne qu'il peut à peine maîtriser. Ainsi, vers l'âge d'un an, un enfant peut constamment jeter ses jouets par terre. A cette époque, il apprend à lâcher les objets, de même qu'à en apprécier le poids et à voir si ça va rebondir ou se casser.

Il est préférable de ne pas se mettre à ramasser les affaires à sa place, car si vous agissez ainsi, il peut s'imaginer que c'est un nouveau jeu et continuer à jeter ses affaires avec un zèle décuplé. Mettez-le par terre afin qu'il les ramasse lui-même. Ne dites mot, ce n'est là qu'une occupation qui passera.

LA GARDE D'ENFANTS

La garde d'enfants est aujourd'hui un personnage important dans la plupart des familles. Nous savons que tout le monde est plus heureux si les parents peuvent sortir seuls de temps à autre. Le couple a besoin de

continuer à participer à la vie sociale et à s'adonner à ses goûts personnels, même une fois que l'enfant est né. Nous savons aussi que les enfants sont souvent mieux à la maison que d'être traînés de magasin en magasin.



Vous devez pouvoir faire confiance à la personne qui garde votre enfant, qu'il ait besoin d'être gardé souvent ou très rarement, pour longtemps ou pour quelques heures. Il vaut mieux que ce soit toujours la même personne ou quelques personnes seulement qui le garde. Les enfants comme leur garde sont plus à leur aise s'ils se connaissent. Lorsque vous engagez quelqu'un qui sera plus ou moins souvent avec votre enfant, demandez-lui ses références et exigez qu'elle passe un examen médical comportant un test tuberculique. Les moins de vingt ans subissent souvent ces tests à l'école.

Lorsqu'elle vient pour la première fois, demandez à votre aide d'arriver avant votre départ afin que tous puissent faire connaissance. Même si vous pensez que l'enfant dormira pendant votre absence, veillez à ce qu'il connaisse sa garde. L'enfant qui dort en général profondément a tendance à se réveiller dans ces cas-là. C'est alors que l'enfant et sa garde passent un moment désagréable car l'enfant est effrayé par la présence de cette inconnue et votre absence inattendue.

Un épisode de ce genre peut entraîner des difficultés qui persisteront. Ayant eu peur une fois l'enfant peut se réveiller en pleurant toutes les nuits ou refuser d'aller se coucher, jusqu'à ce qu'il soit à nouveau certain qu'il peut vous faire confiance.

Lorsque l'enfant a deux ans ou trois ans, une fois que lui et sa garde sont devenus des amis, vous pouvez lui dire à l'avance que vous allez sortir. Mettez-le au lit et, s'il s'éveille, il se souviendra cependant que vous deviez sortir.

Parfois un groupe de jeunes ménages fonde un club et gardent les enfants les uns des autres. Un secrétaire volontaire s'occupe de noter les heures. De cette façon on peut utiliser de nombreuses personnes mais le problème que pourrait poser le changement de visages sera relativement contrebalancé par le fait que ces personnes ont souvent d'autres contacts avec l'enfant et sont susceptibles de connaître les habitudes de la maison.

Les adolescents s'occupent beaucoup de garder les enfants. Ils peuvent avoir plus ou moins l'expérience des jeunes enfants et se sentiront plus sûrs d'eux si vous prenez le temps de leur montrer comment vous faites manger votre enfant, le changez et prenez soin de lui. Sur ce point, toutes les personnes qui gardent les enfants, quelles soient jeunes ou vieilles, apprécient lorsque vous leur indiquez votre façon de faire. Lorsque l'enfant est plus vieux il ne manquera pas de déclarer : « Maman ne fait pas ça comme ça » ou encore « Maman me laisse faire ça ». Si vous l'avez mise au courant, la garde sera en mesure de distinguer le vrai du désir bien compréhensible chez un enfant de la mettre à l'épreuve.

Nous donnons ici quelques-unes des indications qu'une garde aime bien recevoir : l'enfant boit-il ou mange-t-il quelque chose avant de se coucher ? A quelle heure doit-il aller au lit ? Y-a-t-il un médicament à lui donner ? Peut-on lui donner un médicament s'il le réclame ? Quel est son jouet favori ? Comment le bercez-vous ? Se lève-t-il pour aller aux toilettes durant la soirée ? Où a-t-il la permission de jouer : à la maison, dehors ?

Par ailleurs, vous devez donner d'autres renseignements à la garde : quel est le numéro de téléphone où elle peut vous contacter, vous-même ou une personne responsable, le numéro de téléphone de votre médecin et celui des pompiers. Comment réglez-vous la chaleur dans les pièces ? Désirez-vous qu'elle fasse autre chose dans la maison ? Lui donnez-vous un léger repas, peut-elle écouter la radio ou regarder la télévision ? Autorisez-vous la garde d'amener quelqu'un ? A quelle heure pensez-vous rentrer ? Si vous êtes en retard de plus d'un quart d'heure, téléphonez-lui, les personnes qui sont par ailleurs soucieuses d'exactitude sont souvent négligentes lorsqu'il s'agit de la garde.

L'ENFANT DE TROIS OU QUATRE ANS

Le père prend de l'importance. — Désaccord entre le père et la mère. — Jalousie. — Apprendre à discerner le bien du mal. — Apprendre à dire la vérité. — Compagnons imaginaires. — Frayeurs. — Education sexuelle. — Autre question : la mort. — Donner une bonne éducation. — Le jeu. — L'école maternelle.

Lorsqu'approche son troisième anniversaire l'enfant change graduellement et entre dans un nouveau stade. Il n'est plus un tout petit, un bébé qui marche et court d'un endroit à un autre, mais un être qui atteint la petite enfance. Ces années portent souvent le nom d'âge pré-scolaire. Du fait que des milliers d'enfants entre trois et cinq ans passent une partie de la journée à l'école en semaine et que les parents des autres enfants vous diront que les leurs ne sont pas « pré » — quoi que ce soit, ce terme « pré-scolaire » ne semble pas très approprié. Ils sont fébrilement engagés — de toutes les fibres de leur être — à être de jeunes enfants. Ils se lancent bruyamment et passionnément dans la vie.

Dans les deux ou trois années qui suivent, l'enfant est beaucoup plus habile à se servir de son corps. Il apprend à courir avec aisance et liberté, à grimper d'un pied sûr, à sauter, à sautiller et à bien aller en tricycle.

Si l'intérêt qu'il a manifesté pour mettre et enlever ses vêtements a été encouragé il est capable de s'habiller tout seul vers l'âge de quatre ans, bien qu'il ne sache pas encore nouer ses lacets de chaussure ou une cravate. Il faudra encore l'aider à enfiler une combinaison, des bottes étroites et à boutonner les boutons placés dans le dos.

Il sait bien se servir d'un verre, d'une cuillère et d'une fourchette et mange plus proprement. Se servir de ses couverts n'est pas une opération aussi absorbante qu'elle l'était auparavant et il peut parler et manger en même temps. Il est captivé par l'histoire qu'il raconte ou tellement absorbé à regarder et à jouir de la compagnie des autres que de nombreux verres de lait sont renversés du fait que son attention se porte ailleurs.

Il n'a plus besoin de s'appliquer à monter les escaliers, ramenant un pied à côté de l'autre. Maintenant, il grimpera rapidement, et normalement, pour prévenir sa maman que le commis du pâtissier sonne à la porte.

Aller aux toilettes est une opération qui, elle aussi, ne demande plus de réflexion. Il s'y arrête rapidement en allant jouer. Cette visite rapide

peut même être remise jusqu'à ce qu'il soit trop tard car les autres occupations l'accaparent. Les petits garçons de quatre ans sont bien trop occupés à jouer au cosmonaute pour penser à aller au W.C. et leurs mamans se lamentent en voyant la tache humide qui s'étale sur le devant de leurs pantalons.

Une fois que l'enfant arrive à faire une chose sans difficulté il la relègue à l'arrière-plan de ses pensées du fait que ses horizons se sont élargis et qu'il est absorbé par une autre chose. Il a presque l'air de rétrograder en ce qui concerne la façon de se tenir. Les mères peuvent alors commencer à harceler leurs jeunes enfants afin qu'ils se conduisent mieux car elles savent que c'était auparavant le cas. « Mais ton petit frère est plus propre que toi », exprime ce sentiment. Ce que la maman a oublié, c'est que son fils aîné mangeait plus proprement lorsqu'il était plus jeune.

En ce qui concerne la façon de manger, de s'habiller, l'enfant peut rétrograder au cours de ces années d'activité. Par la suite, les routines lui paraîtront à nouveau importantes lorsqu'arrivera l'âge d'aller à l'école et qu'il se conformera aux règles et règlements.

En tant que parents votre tâche change elle aussi. Vous deviez tout faire au nourrisson : le nourrir, le garder propre et sec. Vous avez appris au tout petit à faire ces choses par lui-même et vous l'avez protégé des douleurs physiques. Lorsqu'il atteint son troisième anniversaire vous dirigez toujours mais vous arrangez les choses de façon à ce qu'il se tire tout seul d'affaire. Cela signifie que vous devrez être prêts à « lâcher un peu la bride ». Si de nombreux parents s'en réjouissent, d'autres trouvent qu'il leur est difficile de faire suffisamment confiance à l'enfant pour le laisser apprendre par expérience, apprentissage au cours duquel il fait de nombreuses fautes.

Un facteur est favorable : on peut vraiment faire plus confiance à l'enfant. S'il a remarqué que les gens l'écoutaient et lui laissaient prendre certaines décisions il n'a pas besoin de lutter pour faire valoir sa volonté. Il est maintenant prêt à coopérer.

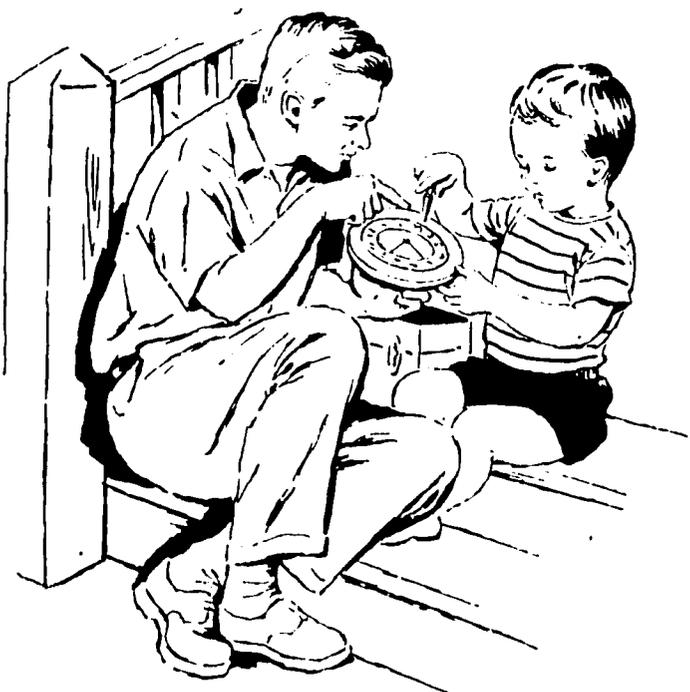
Il demande qu'on l'aide. Il désire savoir s'il peut, oui ou non, faire quelque chose et demande : « Est-ce que je peux sortir maintenant ? » Il s'efforce de comprendre. Il accepte plus facilement un refus. Il sait patienter quelques minutes. Bref, il est devenu un compagnon agréable. C'est-à-dire la plupart du temps, car il est bien certain que cela variera d'un jour à l'autre, aux moments de tension ou lorsqu'il aura été malade.

Ce qu'un enfant apprend maintenant dépend moins des capacités physiques et est déterminé dans une plus large mesure par des facteurs extérieurs. Ceux qui l'entourent déterminent pour une bonne part les encouragements et les défis qu'il reçoit, lui communiquent leur sens des valeurs et leur façon de vivre. Les occasions d'apprendre découlent d'une multitude de matériaux, d'idées et d'expériences ; sa vie est enrichie grâce au nombre accru des gens qui comptent pour lui.

LE PÈRE PREND DE L'IMPORTANCE

Jusqu'à maintenant nous avons parlé des parents d'une façon qui laissait entendre que la mère et le père étaient pratiquement interchangeables. Dans notre société c'est à la mère qu'incombent la plupart des soins journaliers bien que les parents travaillent souvent conjointement : changent les couches, nourrissent l'enfant, remplissent la machine à laver, préparent les repas et nettoient la maison.

Il est bien naturel que le tout petit se tourne vers l'être qui a avec lui les contacts physiques les plus étroits, bras refermés sur lui qui le rassurent et le protègent, mains et visage qui, sans paroles, traduisent la joie. Ce peut être l'un ou l'autre de ses parents. En général il y a plus de chances pour que ce soit la mère. Cependant bien des pères se mettent sans peine à surveiller les repas, à jouer avec l'enfant pendant qu'il prend son bain ou à s'occuper de le mettre au lit.



En fait, prendre soin d'un enfant vous aide beaucoup à comprendre ce que sont les petits garçons et les petites filles et les pères qui se sentent à l'aise lorsqu'ils s'occupent de leurs bébés dès le départ ont de la chance. D'autres ne se mettent à apprécier pleinement leurs enfants que lorsqu'ils commencent à parler, d'autres encore ne sont capables de le faire que lorsque l'enfant peut partager les activités des adultes, la pêche ou le

bricolage par exemple. Il n'est pas nécessaire que le père soit exactement comme la mère en ce qui concerne ses sentiments ou son comportement envers ses enfants. Sa propre façon de faire est tout aussi précieuse.

Quelles que soient les différences entre les hommes, leurs enfants se tournent de plus en plus vers eux qui, de ce fait, acquièrent la fibre paternelle. L'enfant se tourne vers son père lorsqu'il se détache de sa mère. Cette attitude peut également être l'expression du plaisir qu'il prend à voir en son père une personne importante par elle-même.

Lorsque papa rentre de son travail il est accueilli par des hurlements de joie. Il rêvait peut-être de s'allonger dans un fauteuil mais jugera qu'il est préférable de consacrer quinze ou vingt minutes à l'enfant excité, faire une partie de ballon, lire à deux le journal. Il pourra ensuite lui déclarer tranquillement : « Laisse papa tranquille maintenant, il veut lire son journal. » Et l'adorateur sera peut-être satisfait, ce qui l'empêchera de ronchonner et d'essayer d'attirer votre attention tout au long de la soirée.

Lorsqu'un enfant a trois ans il étudie les autres et commence à voir les différences qui existent dans la façon dont les hommes et les femmes se comportent. Son père, en tant qu'homme, devient le modèle du comportement masculin. Les mères montrent aux garçons comme aux filles ce que sont les femmes. L'enfant poussera même plus loin cette idée et pendant une période désirera devenir, lorsqu'il sera grand, respectivement le mari ou la femme de sa mère et de son père. Les petites filles font sur leur papa leurs premières armes de séductrices, les petits garçons tombent amoureux de leur maman, voient comment un homme gagne sa vie, traite les femmes et, en bref, se comportent comme des hommes.

DÉSACCORD ENTRE LE PÈRE ET LA MÈRE

Si le père et la mère ne sont pas pleinement d'accord sur la façon d'élever l'enfant cela rend les choses difficiles pour tous, mais ce n'est pas forcément une catastrophe. Les enfants peuvent s'habituer à faire les choses de façon différente. Lorsqu'ils arrivent vers trois ou quatre ans ils ont appris à établir la distinction et à pratiquer différentes façons de faire les choses. On respecte toute une série de règles avec les enfants du voisinage, et une autre lorsqu'on est à la maison avec la famille. Les grands-parents peuvent agir de façon différente des parents. Le dîner, le père étant à la maison, est peut-être différent du déjeuner où il n'y a que maman, et le petit déjeuner se déroule peut-être d'une troisième façon.

Aussi longtemps que ce qu'on attend des enfants est à peu de chose près identique, dans des situations différentes, les enfants semblent capables d'adopter une conduite ou un langage qui s'adapte à l'occasion. Leurs idées ne s'embrouillent que lorsque, pour une situation donnée, les choses changent constamment.

Si la maman dit une chose et le père une autre, l'enfant n'est plus à son aise parce qu'il a besoin d'être approuvé par tous deux. Il continuera à s'efforcer, auprès de l'un ou de l'autre, à faire à son idée, mais il se sent perdu lorsque ses deux protecteurs le trahissent de cette façon.

Certes, des différences, même des disputes, surgiront. Il est inévitable qu'il se produise des frictions entre le père et la mère, entre l'enfant et l'un d'entre eux ou entre deux enfants. Les gens qui s'aiment et se font confiance peuvent en toute honnêteté ne pas être d'accord de temps à autre mais ils peuvent résoudre leur désaccord grâce à une discussion, au besoin des débats houleux ou un conflit aigu. Une bonne scène peut dissiper les nuages.

Il a été cependant prouvé que lorsque le père et la mère différaient fondamentalement sur presque tous les points relatifs à l'éducation de l'enfant, celui-ci en souffrait. Il aura tendance à devenir lui-même agressif et querelleur. Cela alimente la tension qui existe entre les parents et l'air familial est chargé de disputes et de ressentiments. Les blessures et la haine s'accumulent lorsque deux êtres se figent dans des attitudes contradictoires.

Cela facilite énormément les choses lorsque les parents sont capables de discuter franchement leurs opinions sur la façon d'élever les enfants. Ce n'est que lorsqu'ils prennent conscience de différences qu'ils sont en mesure de trouver une solution ou, s'ils échouent, de convenir d'une trêve. Il arrive que l'un des deux manque de certaines informations dont l'autre dispose. En discuter les aide à voir les choses sous un angle moins différent. Les parents peuvent trouver que c'est une bonne politique que de toujours soutenir l'autre, même si la solution proposée ne correspond ni à ce que l'un ni à ce que l'autre aurait choisi. L'enfant souffre moins d'une solution qui peut sembler trop conciliante à l'un ou trop dure à l'autre, qu'il ne le fait lorsqu'il a peur de perdre l'affection de l'un des deux.

QUERELLE ENTRE FRÈRES ET SŒURS

Il y a des jours où les enfants d'une même famille s'entendent très mal. Le jeu avec les voisins ne se passe pas toujours non plus sans dispute et des cris et des paroles violentes se font entendre.

Lorsque des disputes ou des bagarres éclatent, il est bon d'examiner avec soin la situation. Il se peut que vous ayez immédiatement détecté le trouble-fête et que vous sachiez ce qu'il faut faire — le renvoyer chez lui ou l'envoyer dans sa chambre s'il s'agit d'un de vos enfants — mais ce n'est pas obligatoirement la meilleure façon d'agir. Au lieu de rendre quelqu'un responsable, tâchez d'obtenir que les enfants trouvent une solution. Il arrive fréquemment que leurs idées soient bien plus justes que les nôtres ainsi que leur connaissance des motifs respectifs des partenaires.

Ou encore, joignez-vous à eux sans bruit. Votre présence peut, à elle seule, détendre l'atmosphère. Vous pouvez alors proposer un jeu nouveau ou entrevoir des possibilités nouvelles d'exploiter le jeu en cours — ne pourrait-on pas construire une gare pour le train ?

Si vous prenez pour habitude de faire l'arbitre, les disputes pourront devenir plus fréquentes car les enfants se serviront alors de vous pour essayer d'être à égalité.

Vous désirez tout naturellement protéger chaque enfant d'un sort

injuste, mais plutôt que de rétablir constamment la paix, vous pouvez essayer de ne pas intervenir.

Lorsqu'un enfant pleurniche et déclare : « Et maintenant maman, à quoi est-ce que je vais bien pouvoir jouer ? », c'est rarement le signe qu'il n'a pas assez de jouets. De même, si vous lui proposez quelque chose susceptible de l'amuser il est très capable de refuser. Derrière son interrogation se cache une revendication. Il peut très bien vouloir dire en fait : « Qu'est-ce que tu vas me laisser faire maintenant ? », sous-entendant que vous l'empêcherez de faire tout ce qui lui viendra à l'esprit. Ou bien il peut encore vouloir dire : « Occupe-toi donc de moi pour une fois. » Lui déclarer que vous avez besoin de lui pour vous aider à choisir des boutons pour son pardessus ou que vous allez lui lire une histoire, a souvent un résultat merveilleux. « Si nous allions... » réussit en général mieux que « Pourquoi ne fais-tu pas ?... »

DES JALOUSIES SURGISSENT ÉGALEMENT DANS LES FAMILLES

La jalousie est l'un des sentiments puissants que nous avons tous. Elle est provoquée par toute situation qui semble vous mettre à l'écart ou nous y met réellement.

Un enfant peut éprouver de la jalousie lorsqu'un autre obtient ce qu'il considère être à lui. L'une des raisons les plus courantes — et des plus cruelles — est l'arrivée d'un nouveau bébé. L'enfant éprouve alors à l'égard de ses parents de la colère et de la crainte parce qu'ils ont laissé quelqu'un d'autre prendre sa place. De peur de perdre plus il n'ose pas exprimer directement sa colère envers ses parents. C'est pourquoi il pourra laisser éclater ce sentiment contre le bébé qui se dresse entre eux. Il peut essayer de se débarrasser du bébé lui-même ou proposer à ses parents de remporter le bébé à la clinique. Il peut penser que s'ils ont si envie d'avoir un bébé dans la maison il fera, lui, le bébé. C'est pourquoi il reprend les façons d'agir d'un bébé : va à quatre pattes, réclame le biberon, mouille sa culotte.

Il peut dissimuler complètement ses sentiments et faire des démonstrations d'amitié au nouveau venu, espérant par là regagner l'affection des parents qui l'ont trahi. Mais des sentiments aussi puissants se manifestent généralement d'une autre façon. Il peut se mettre à avoir des cauchemars, à faire des histoires pour manger, à pleurnicher ou ne plus vous quitter d'un pas, ou à faire de soudaines colères. Il peut maltraiter des compagnons plus jeunes ou des animaux, leur faisant ce qu'il aurait aimé faire à sa mère ou au bébé.

Or, la colère ne peut pas s'exprimer directement envers le bébé. Le bébé peut effectivement en pâtir ou bien l'enfant peut ressentir un sentiment de culpabilité exagéré pour ce qu'il a fait. Il faut le protéger des résultats de ses actes. Il ne faut jamais le taquiner en lui disant qu'il a « perdu sa place ».

E. pêcher une trop grande jalousie est la meilleure méthode. Cela ne peut se faire par bribes, en se contentant de prévenir l'enfant avant la naissance, ou en lui assurant verbalement que vous l'aimez toujours. Des années et des mois de soins pleins d'amour lui ont donné le sentiment d'être aimé pour lui seul. Sa peine ou sa jalousie ne durera pas longtemps et ne sera pas trop puissante s'il pense ainsi.

Tout ce que peuvent entreprendre les parents pour préparer la venue du nouveau bébé est une bonne chose. Lorsqu'ils lui parlent du futur bébé et font avec lui des projets d'avenir ils se rendent alors eux-mêmes mieux compte des sentiments que l'enfant éprouvera, qu'il soit l'aîné ou un de leurs enfants.

Cette préparation ne devra pas être commencée avant que l'enfant ne pose des questions au sujet des changements qu'il note chez sa mère, ou s'il ne pose aucune question, avant les dernières semaines qui précèdent la date prévue pour l'accouchement. Tout changement qui sera nécessaire — changer les dispositions prises pour la nuit, ressortir les affaires de bébé, commencer à aller à l'école maternelle — devra être introduit bien avant l'événement et non pas lorsqu'il se produira. L'enfant peut laver les petites affaires neuves destinées au bébé, aider à arranger le coin de la chambre d'enfant où il dormira, et aller lui-même acheter le talc destiné au futur petit frère ou à la petite sœur. Parlez du bébé en le décrivant comme il sera réellement, mais ne lui promettez pas un petit compagnon de jeu. Les bébés mettent de longs mois à être de petits compagnons de jeux — s'ils le sont jamais — et l'enfant qui s'attendra à trouver un petit camarade sera certainement désappointé. Il peut même s'attirer des ennuis si ses avances maladroites effraient le bébé.

Comment l'aider. — Même si cela a été très bien fait l'enfant ne peut pas être totalement préparé à l'intensité des sentiments qu'il ressent lorsque sa mère quitte la maison pour aller « chercher » le nouveau bébé. On ne peut pas non plus s'attendre à ce qu'il soit très satisfait lorsqu'elle consacre une grande partie de son attention au nouveau-né, ne peut pas lui faire faire sa promenade favorite, ou est de mauvaise humeur parce qu'elle ne peut plus dormir la nuit comme elle en avait l'habitude.

Les mères ne s'attendent pas non plus à ressentir une aussi forte indignation en voyant leur aîné se mettre à pincer ou à serrer le dernier né. Sans y réfléchir, elles sont tentées de punir l'enfant et, par là, de lui faire croire qu'il est encore moins aimé qu'il ne le pensait.

Tous les habitants de la maison, et les visiteurs, doivent faire attention de ne pas négliger l'enfant ou les autres enfants. Lorsque les visiteurs viennent voir le nouveau bébé et lui apporter des cadeaux on peut accorder à l'aîné quelque attention.

Il vous sera peut-être nécessaire de faire la leçon à tante Yvonne pour qu'elle mentionne Pierrot dans la conversation. Racontez les nouvelles prouesses que fait Pierrot avec sa bicyclette ou parlez du château qu'il a fait avec son jeu de construction. On peut permettre à l'enfant de déballer les cadeaux, de donner au bébé son nouveau hochet, de ranger les vêtements offerts dans les tiroirs. Des visiteurs prévenants apportent parfois, en plus, un cadeau destiné à l'autre enfant.

Dans la vie les choses agréables ne sont pas toujours de règle et les parents ne peuvent aller contre cela. S'ils s'efforcent de tout aplanir la situation peut devenir artificielle et tendue. Il y a un nouveau bébé et on ne peut pas le nier. Ce que l'aîné est capable d'apprendre est important. Par petites doses il apprendra qu'il y a de la place pour un autre, que les autres ont eux aussi des droits et des avantages particuliers, mais qu'il n'est ni oublié ni exclu lorsque le cercle de famille s'agrandit.

Les mesures employées varient selon l'âge et le caractère de la victime. Un enfant de moins de trois ans est soulagé lorsqu'on le traite à nouveau comme un bébé. Le tout petit qui ne boit plus au biberon depuis bien longtemps n'y reviendra pas pour longtemps si on le lui donne lorsqu'il le réclame.

Un enfant un peu plus vieux a des amis et des intérêts en dehors de la maison et sera peut-être bouleversé profondément par le nouveau venu. Vous l'aidez énormément en encourageant ces intérêts, en veillant à ce qu'il ait des amis au dehors et en lui accordant un régime de faveur — l'emmener faire des courses ou une promenade — lorsqu'on n'a pas besoin de s'occuper du bébé. La maman peut quelquefois consacrer une demi-heure à un autre enfant lorsque le bébé dort. Elle va au soleil avec l'enfant, lui lit une histoire, fait des pâtés de sable avec lui ou se livre à une occupation qu'ils aiment l'un et l'autre.

Si l'enfant paraît s'éloigner totalement de ses camarades et néglige ce qui autrefois l'intéressait, ou montre par ailleurs que sa jalousie ne peut être guérie, ni par lui-même ni par ses parents, il est bon d'en parler avec le médecin. L'aide d'un spécialiste peut être nécessaire.

La jalousie n'éclate pas toujours au moment même où le bébé arrive et les bébés n'en sont pas la seule raison. La rivalité peut ne pas apparaître jusqu'au moment où le nouveau bébé se met à entrer dans la vie familiale lorsqu'il apprend à marcher à quatre pattes et à participer à la vie de tous. La jalousie peut éclater à tout moment, à chaque nouveau progrès fait par l'un des enfants.

Ainsi, lorsque le bébé marche, l'équilibre qui existait entre les enfants est rompu. La maman note une recrudescence de disputes ou de bagarres jusqu'à ce que les enfants adoptent une nouvelle méthode et d'autres règles pour vivre ensemble.

L'équilibre est à nouveau rompu lorsque l'enfant plus âgé se met à faire une chose nouvelle : aller à bicyclette ou aller à l'école ; l'équilibre se rompt dans l'autre sens lorsque le plus jeune se met à lire. Et les choses oscillent d'un côté et de l'autre, entre les deux enfants ou entre deux d'entre eux, et se rétablissent lorsque les circonstances permettent à celui qui était exclu ou laissé en arrière de se sentir à nouveau important dans des domaines qui lui sont propres.

APPRENDRE A DISCERNER LE BIEN DU MAL

Vers l'âge de trois ans un enfant commence à bien connaître ce que vous approuvez et ce que vous désapprouvez. C'est par votre entremise — votre exemple, votre enseignement, les expressions de votre visage —

qu'il acquiert le sens du bien et du mal. Il ne naît pas avec. Si vous ne savez pas vous-même que penser et si votre conduite n'est pas uniforme d'un jour à l'autre, l'enfant n'est pas capable de s'y retrouver.

Au départ, vous devez être là pour le lui dire ou pour l'arrêter. Par la suite votre présence toute proche suffit. Plus tard il peut de lui-même s'empêcher de commettre des actes défendus. Il sait ce que vous voulez qu'il fasse et s'efforce de le faire, même si vous n'êtes pas là. Au bout d'un certain temps il pense par lui-même. C'est le début de ce qu'on appelle la conscience. Le petit garçon réfreine son envie de dévaliser la boîte à gâteaux lorsque sa maman est chez la voisine. Claudine crie : « C'est à moi ! » au lieu de pincer ou de donner des coups de pied à sa petite amie. Un tel contrôle du comportement indique un progrès réel.

Au cours des ans la conscience intervient plus efficacement pour freiner la mauvaise conduite et orienter vers le bien. Cela prend, bien sûr, du temps et il faut que quelqu'un soit capable et désireux d'épauler la conscience qui se développe chez l'enfant jusqu'à ce qu'il ait atteint la maturité.

La conscience se développera plus facilement dans une atmosphère de patience et de gentillesse qui a pour effet que l'enfant désire ressembler à ses parents. On ne peut appeler conscience une attitude qui n'est guidée que par la crainte — de vous, de vos punitions, d'être confondu ou d'avoir à affronter un adversaire plus fort.

La peur des conséquences arrête rarement un enfant. Il peut décider d'acheter un plaisir immédiat au prix d'une punition future, ou tabler sur la chance qu'il a de ne pas être pris. C'est une mauvaise façon de former la conscience qui, à longue échéance, doit signifier qu'on peut faire confiance à l'enfant. Vous devez réellement chercher à l'aider lorsqu'il se met à exercer un contrôle intérieur sur son comportement.

C'est par ce qu'on lui dit que l'enfant apprend ce qu'il est bon de faire, il l'apprend encore plus par l'observation et, dans une certaine mesure, par les punitions et les éloges.

Certains parents passent malheureusement beaucoup plus de temps à disputer leurs enfants pour leurs fautes qu'à les louer pour ce qu'ils ont fait de bien.

C'est une tâche ardue en soi que d'apprendre à contrôler ses impulsions, mais cette tâche est encore plus difficile dans le cas de l'enfant d'âge pré-scolaire, car il peut à peine faire la distinction entre ce qu'il a réellement fait ou ce qu'il voulait faire ou a imaginé avoir fait. S'il désire être un cow-boy, il en est un. Mais s'il a désiré que la petite sœur s'en aille — désir courant chez bien des enfants, à un moment ou à un autre — et si l'enfant tombe malade, il s'inquiétera certainement. Est-ce que c'est son souhait qui a entraîné cela ?

Il hait sa mère lorsqu'elle interrompt son jeu et le fait rentrer. Est-ce que c'est ce sentiment qui l'a fait partir — à son travail, en voyage ou au théâtre ? Il peut se sentir responsable de tout ce qui ne va pas. Il peut s'efforcer de maintenir les choses comme elles doivent être, ou de les faire chaque jour de la même façon. Il invente des rites pour se coucher ou pour dire au revoir. Il pense pouvoir de cette façon diriger le monde.

Il aime la routine car elle est fidèle et a fait ses preuves. Il ne voudra pas renoncer à ses pyjamas d'hiver avant la fin d'août et décembre est déjà là avant qu'il accepte de ne plus mettre les pyjamas légers.

Certains enfants, en exagérant certains signes comme ceux que nous venons de décrire, nous montrent qu'ils sont trop exigeants envers eux-mêmes. C'est alors que nous cherchons le moyen de les aider à acquérir à nouveau le sens de l'aventure et du plaisir joyeux éprouvé à essayer des choses nouvelles. Nous ne voulons pas, bien sûr, que la conscience d'un enfant soit si stricte qu'il en perde la joie de vivre, d'avoir un corps, des sentiments, d'être lui-même.

Vous pouvez certainement beaucoup l'aider en montrant à votre enfant que vous avez confiance en lui et que vous le respectez. En même temps vous acceptez ses émotions contradictoires, ses amours et ses haines, sa générosité et ses mesquineries, sa tendresse et ses impulsions destructrices.

S'il sent qu'il est entièrement indépendant, sans vous pour le surveiller et l'aider à se contrôler lui-même, il se peut qu'il n'avance pas du tout de peur d'exagérer. Votre certitude donne de la liberté à l'enfant de la même façon qu'une barrière de barbelés ou une palissade libère le tout petit lorsqu'il a besoin qu'on lui rappelle qu'il y a un danger.

Les parents apportent également une aide précieuse lorsqu'ils aident l'enfant à distinguer l'imaginaire du réel, ses rêves de ses actes. « Tu sais bien que tu fais semblant voyons ! », « Tu es furieux après Jacques mais tu ne peux pas lui donner des coups de pied », sont le genre de réflexions que vous pouvez faire à l'enfant pour lui assurer que ses sentiments et que ses désirs sont naturels et ne font de mal à personne.

APPRENDRE A DIRE LA VÉRITÉ

Ce que l'enfant souhaite être : ingénieur, pilote, mère, il l'est. Ses cubes empilés sont sa maison, le sillon dans le sable est une route.

Les parents n'ont pas de mal à s'accommoder de ce jeu où l'on « fait semblant ». Ils peuvent même s'en servir pour exprimer leurs directives, lui dire, par exemple : « Gare ton camion dans le coin, là-bas. Puis il faudra que le chauffeur aille dîner », ce qui permet de passer facilement du jeu au repas à prendre.

Des petits qui sont capables de détecter des différences infimes entre des avions, aussi habilement qu'un pilote chevronné, peuvent accepter sans broncher l'histoire du Père Noël et de sa hotte de jouets, tirés dans les airs par son attelage de rennes. Les enfants qui n'ignorent rien au sujet de la relation qui existe entre la poule et les œufs trouvent les cloches de Pâques ou, dans d'autres pays, les lièvres de Pâques, tout aussi vraisemblables. Le monde entier est plein de merveilles et on s'attend au merveilleux.

Les parents s'inquiètent cependant lorsque l'enfant déclare : « Je n'ai pas cassé le plat » — en souhaitant bien fort que cela soit la vérité — ou « C'est ma sœur qui a mangé les gâteaux » alors qu'il sait parfaitement bien que c'est lui le coupable. Ces mensonges indiquent que la conscience

de l'enfant s'éveille et qu'il sait qu'il a mal fait. Ils révèlent combien il distingue mal ses désirs de la réalité, ou ce qu'il aurait voulu faire de ce qu'a fait son corps maladroit et étourdi.

Les parents aident leurs enfants à dire la vérité lorsqu'ils ne rendent pas cette confession trop pénible. Amener l'enfant à dire la vérité est presque aussi important que d'arriver à ce que l'enfant reconnaisse ses fautes. Vous pouvez donc lui dire : « Qu'est-ce qui est arrivé ? » alors qu'une question comme : « Est-ce que c'est toi qui a cassé le plat ? » le pousse dans ses derniers retranchements.

Nous ne devons pas oublier que nos critères pour dire la vérité ont tendance à être assez unilatéraux. Nous attendons des enfants qu'ils disent la vérité toute nue, accusatrice, alors que nous appelons nos propres mensonges « de pieux mensonges » et les mettons sur le compte du tact et de la gentillesse. Lorsque vous marmonnez de vagues excuses pour ne pas vous rendre à un dîner chez des voisins que vous n'aimez pas, vous déguisez la vérité. Et cependant, pour beaucoup d'individus, c'est un signe de maturité sur le plan de la sociabilité que de ne pas dire la vérité tout entière dans des circonstances de ce genre.

Il est difficile d'expliquer aux enfants de telles nuances dans la vérité et le demi-mensonge. Cependant le temps, une attitude pleine de tact envers les efforts faits par l'enfant pour arriver à l'honnêteté et à la gentillesse dans ses rapports avec autrui, de même que l'honnêteté envers lui-même, l'aident à découvrir au cours des ans une solution valable.

Quant au Père Noël, aux cloches de Pâques qui jettent les cadeaux et à la petite souris qui vient la nuit mettre de l'argent à la place de la dent, toutes ces façons aimantes d'offrir quelque chose aux enfants peuvent être, elles aussi, conservées. Lorsque l'enfant approche de ses six ans il vit beaucoup plus dans le monde de la réalité et peut commencer à participer au plaisir de donner. Lui aussi peut jouer au Père Noël. Il peut aider les cloches à cacher les paquets. Et il y a de grandes chances pour qu'il vous fasse penser à la souris qui doit venir chercher sa dent de lait.

COMPAGNONS IMAGINAIRES

Il arrive parfois qu'un enfant invente un compagnon de jeux qui devient aussi vrai que nature. Personne dans la famille ne peut plus s'asseoir sur une chaise, ou fermer une porte, de peur d'écraser cet ami imaginaire. Quelquefois, l'ami est méchant, fait toutes sortes de bêtises, et il est responsable de tous les malheurs : il n'aime pas les épinards, il déteste ranger son pyjama, et bat sa maman.

Ce peut être aussi bien un animal : tigre ou ours. L'ami sera peut-être là pour quelques jours, mais l'ami imaginaire pénètre dans les maisons et y vit pendant des mois ou des années, embarrassant tout le monde.

Au lieu d'inventer un ami, l'enfant peut « devenir » quelqu'un d'autre. « Je ne suis pas Anne, je suis Jeanne », annonce la petite Anne. Elle voudra être appelée Jeanne, traitée comme le serait Jeanne, ce qui veut dire qu'elle ne fera plus la sieste comme le fait Anne, et ne portera plus de bottes.

Il est parfois facile de comprendre les raisons qui poussent l'enfant à se fabriquer un ami, s'il n'a pas de camarades, ou s'il est incapable de s'entendre avec les autres enfants. Il compensera ainsi le fait qu'il est exclu par d'autres enfants plus âgés, qui ont tendance à le laisser en dehors de leurs jeux.

En fait, l'ami imaginaire ne cause aucun mal, à moins que l'enfant ne s'isole de plus en plus et ne fasse plus d'effort pour participer à la vie familiale. Si le camarade imaginaire reçoit le blâme pour les bêtises, qui le plus souvent ont été imaginées, les parents croiront qu'ils sont trop sévères avec l'enfant et changeront rapidement leur façon de voir, devenant plus raisonnables dans leurs exigences.

Si les parents ont quelque raison de croire que l'ami imaginaire est l'expression d'un problème trop difficile ils désireront peut-être emmener l'enfant dans une clinique pour enfants caractériels. En général, pendant un certain temps du moins, il est préférable d'essayer de ne pas s'asseoir sur le petit ami, d'éviter de lui fermer la portière sur les pieds, ou tout autre accident.

IL A DE NOUVELLES FRAYEURS

Le nourrisson et le tout petit ont peur de choses réelles, mais beaucoup, dans les années pré-scolaires, ont des peurs imaginaires. Elles semblent vraies à l'enfant, et il faut en tenir compte.

Il peut se mettre à avoir peur des chiens bien qu'il ait joué avec le sien, et n'a jamais, autant que vous pouvez vous en souvenir, été effrayé par un autre chien. Lui, qui était le plus assidu des admirateurs des lions, loups et ours du zoo, rêve d'animaux effroyables. Lui, qui au début où il a trotté voulait toujours faire marcher l'aspirateur, hurle de frayeur lorsqu'on le met en marche.

L'enfant brave de deux ans a disparu. A quatre ans, il fait tant d'histoires pour une piqûre chez le médecin que ses hurlements couvrent les paroles réconfortantes de l'infirmière. Les pansements de sparadrap, vendus par milliers, sont généralement utilisés pour les jeunes enfants qui ne sont rassurés que lorsque les bords de la plaie sont rapprochés ou cachés par le pansement.

Les enfants d'âge pré-scolaire sont désespérés en voyant leurs jouets brisés, non parce qu'ils ne peuvent plus servir, mais parce qu'ils sont en morceaux. Ils détestent n'avoir qu'un morceau d'image dans un livre ou un journal, une table à trois pieds, ou la moitié d'un chien. Dans la mesure où ces peurs sont courantes à cet âge, nous pouvons dire qu'elles sont normales. Elles proviennent de ce souci nouveau qu'a l'enfant de garder son corps intact et de sa toute nouvelle conscience de son sexe. Elles se rattachent aussi à son sens encore imparfait des causes à effets. Il croit encore être le centre de l'univers et gouverner beaucoup plus de choses qu'il ne le fait en réalité. Malgré toute la puissance qu'il imagine avoir, il a peur de ses propres instincts comme de ses propres désirs.

Ses peurs sont souvent dues à ce qu'il comprend mieux les dangers,

mais en même temps, son besoin d'activité le met dans des situations dangereuses. La peur qu'avait le tout petit de perdre sa mère était plus grande lorsqu'il s'éloignait d'elle en marchant ou à quatre pattes. L'enfant de quatre ans osera s'évader de bien des façons. Il élargira son champ d'exploration à tout le voisinage. Son imagination l'emmènera encore plus loin, dans le monde de l'espace, dans les profondeurs inconnues de l'océan. Son esprit sera rempli d'animaux imaginaires qui l'effraieront.

Il surprend des fragments de conversation de grandes personnes se rapportant à des événements effrayants et horribles qu'il comprendra plus ou moins bien.

La violence et le mal deviennent trop réels pour lui, du fait que son imagination est renforcée par des programmes de télévision qui ne sont pas pour lui.

Il est difficile de calmer ces frayeurs, nées d'un grain de vérité embelli par une large dose d'imagination. La chose la plus facile, évidemment, est d'éviter ces situations effrayantes. Ne l'enfermez jamais dans le cabinet noir, et ne le menacez jamais du croquemitaine. Il vaudra mieux remettre à plus tard une opération qui peut attendre, il sera plus âgé et n'éprouvera plus l'appréhension d'être coupé en morceaux.

Si vous lui faites voir que vous êtes maître de la situation vous l'aidez à se débarrasser de ses frayeurs, vous porterez pour lui le lourd fardeau des responsabilités qui est plus qu'il ne peut supporter. Vous lui montrerez chaque jour, des douzaines de fois, que vous ne le laisserez pas aller trop loin. Quand il a peur, cajolez-le et donnez-lui le réconfort dont il a montré qu'il avait besoin.

Il est impossible de lui éviter toutes les frayeurs, puisque ce grain de vérité dans chacune existe bien. C'est de cette parcelle de vérité que vient cette prudence raisonnable qui est nécessaire à tout être humain pour survivre.

Les parents qui s'efforcent de protéger leurs enfants de la connaissance des dangers de la vie leur donnent la sensation que la vie est plus dangereuse qu'elle ne l'est en réalité et ces enfants seront les plus peureux. Ils n'apprendront pas la prudence et la crainte, et n'ont pas encore goûté cette remarquable sensation de pouvoir se débrouiller seul dans une situation imprévue, que ce soit de l'échapper belle en tricycle ou l'apprentissage du courage en face de la douleur. On doit traiter indirectement certaines frayeurs de l'âge préscolaire. Cela aidera sans doute beaucoup l'enfant si on le réhabitue à l'aspirateur, en le lui faisant patiemment mettre en marche, puis arrêter, expérimentant la force. Cela l'aidera peut-être de lui acheter un chien s'il n'en a pas. Cependant, le résultat est parfois nul.

Il vous faut examiner la vie entière de l'enfant. Peut-être trouverez-vous qu'on lui demande trop de sagesse, de contrôle de soi-même, et toutes ces qualités qui, en mettant les choses au mieux, ne viennent que lentement. Votre enfant peut vivre avec la crainte sans cesse croissante de ne pouvoir rien faire de bien.

Les enfants cachent souvent leur peur en réagissant et en devenant coléreux et batailleurs. Une telle attitude s'effacera rapidement si l'enfant s'aperçoit que vous admettez ses frayeurs et que vous lui apportez votre

soutien affectueux et constant.

La plupart des peurs pour lesquelles vous n'avez pu trouver de causes apparentes disparaîtront au fur et à mesure que l'enfant aura plus d'expérience et de sûreté de lui-même. Si l'on se moque de lui, ou si on lui fait honte, il apprendra à cacher sa peur mais restera intérieurement très troublé. Il peut en résulter des cauchemars. Une méfiance et une grande timidité peuvent étouffer l'enthousiasme naissant de l'enfant.

Bien souvent des adultes continuent de lutter contre de vieilles frayeurs enfantines car on ne les a jamais aidé à s'en débarrasser.

EN QUÊTE DE RÉPONSES: SEXE

« Qu'est-ce que c'est ? » demandait l'enfant qui commençait à parler, et indéfiniment vous deviez donner le nom des choses, et il pouvait ainsi enrichir son vocabulaire et faire des progrès extrêmement rapides. Maintenant, la question est « Pourquoi ? ». Un enfant de quatre ans et demi qui avait posé des « pourquoi » toute la journée, posera toute une série de questions à sa mère en train de le coucher :

Eh ! bien maman, pourquoi les cheveux poussent-ils sur ta tête ? Pourquoi le bois reste-t-il collé ? Pourquoi les barreaux de la prison restent-ils ensemble ? Pourquoi la tapisserie reste-t-elle au mur ? Pourquoi les œufs sont-ils bons pour nous ? Pourquoi y a-t-il seulement des numéros sur une face des cartes à jouer ? Pourquoi y a-t-il des pages dans un livre ? Pourquoi tourne-t-on la lumière ? Pourquoi y a-t-il des gâteaux d'anniversaire ? Pourquoi les boutons sont-ils cousus sur un manteau ? Pourquoi y a-t-il de la fourrure sur les chiens ? Pourquoi les gens n'ont-ils pas de queue ? Pourquoi les oiseaux volent-ils ? Pourquoi une épée est-elle coupante ? Pourquoi l'argent est-il un trésor ? Pourquoi y a-t-il des gens ?

On peut répondre à certaines de ces questions, à d'autres pas. De tous temps des gens les ont posées ! Certaines montrent les préoccupations qui dominent dans l'esprit des enfants de maintenant. Quelques-unes nous montrent combien la compréhension des causes et des effets est encore peu développée chez les enfants. Parfois c'est tout le contraire, ainsi cette petite fille qui annonçait : « Mon petit frère a un mois. Tu sais pourquoi ? C'est parce qu'il est si petit. »

Le petit garçon demandera lui aussi : « Pourquoi y a-t-il des papas et des mamans ? », « Pourquoi n'avons-nous pas un bébé ? », « Pourquoi Claudine n'a-t-elle pas quelque chose comme moi ? » L'enfant pense que votre réaction sera la même que s'il vous demande « Pourquoi l'oiseau vole-t-il ? » Il sera tout à fait dérouté si on lui répond : « Tu es trop petit pour comprendre. »

Mais il semble impossible de traiter les questions relatives au comportement sexuel des adultes de la même façon dont vous répondez à une question comme « Pourquoi les nuages avancent-ils ? » et vous ne pouvez pas lui cacher combien, pour vous, ces questions diffèrent. La naissance et la création, sont des choses lourdes de sens, et impliquent les relations humaines fondamentales. Aussi voudrez-vous lui donner deux explications

lorsqu'il s'agira de questions sexuelles. Vous voudrez lui expliquer les faits, mais aussi vous voudrez lui faire comprendre que ces faits sont spéciaux et ont pour vous beaucoup d'importance.

Bien qu'il vous soit parfois difficile de lui répondre, l'enfant ne devra pas avoir le sentiment d'avoir mal fait en posant ces questions. Faites au mieux et donnez-lui autant d'informations que possible sur la vie et la façon de vivre, d'une manière qu'il pourra comprendre.

« D'où viennent les enfants ? », de la mère. Ils grandissent en elle. Ils poussent dans un endroit spécial (cela vaut mieux que de dire qu'ils poussent dans son ventre et est, en outre, plus exact).

Comment sortent-ils ? Par eux-mêmes, lorsqu'ils sont prêts. Ils sortent par un petit endroit spécial, entre les jambes. Le docteur aidera.

Bien entendu vous avez votre propre façon d'expliquer toutes ces choses, et il n'y a pas de façon absolue pour le faire. Chaque enfant posera ces questions différemment. Généralement, ils vous questionnent au moment où vous vous y attendez le moins, et lorsque cela semble le moins facile. Remettre la réponse à plus tard est rarement nécessaire puisque le renseignement demandé est si simple.

Expliquer la part du père dans la création d'un enfant est la chose la plus difficile pour la plupart d'entre vous. Généralement l'enfant ne posera pas cette question avant d'avoir six ou huit ans. Même à ce moment-là il demandera moins de choses que vous ne pensez.

Il est parfois bon de demander : « Que veux-tu dire ? » et vous saurez mieux à quoi vous en tenir avant de commencer une leçon. On cite cette vieille histoire d'un enfant qui demandait d'où il venait, et à qui on expliqua tout le processus de la reproduction humaine. Il répliqua impatiemment : « Je veux dire : est-ce que nous venons de Paris ? Marie elle, elle en vient. »

Beaucoup d'enfants sont heureux d'apprendre que le père commence cette création d'un bébé. Assurez-vous qu'il comprend bien que le père et la mère sont nécessaires pour faire un enfant, comme ils sont l'un et l'autre nécessaires pour l'élever et prendre soin de lui. Sans doute voudrez-vous employer un mot tel que « sperme » sans vous lancer dans des explications. Comme le mot « radio », ce mot ne peut être simplifié sans lui ôter toute sa signification, aussi vaut-il mieux ne pas en parler. Plus tard, l'enfant comprendra davantage. Cela aidera également l'enfant si vous lui apprenez les mots corrects des parties du corps et de leurs sécrétions : le vagin, le pénis, les selles, l'urine, etc.

Les explications ne suffisent pas toujours. — Expliquer à l'enfant le processus de la reproduction n'est généralement pas tout. Vous savez bien que les enfants ne vous croient pas toujours. Ils veulent voir par eux-mêmes. Ils essaient de se rendre compte. Combien de fois avez-vous déclaré : « Je te l'avais bien dit » après que l'enfant eut délibérément vérifié si le couteau coupait, ou si le ballon éclaterait.

Ils ne croient généralement pas non plus ce que peut leur avoir raconté leur mère en ce qui concerne la naissance des enfants. En fait, cela semble assez incroyable après tout. A l'exception des enfants qui vivent dans des fermes et sont à même de voir des animaux mettre bas,

les enfants, de nos jours, sont habitués à voir que tout s'achète. Ils essaieront de voir où se trouve cet endroit spécial chez une petite camarade s'ils en ont l'occasion, et ils en parlent avec leurs amis. Les petites filles se contorsionnent de façon invraisemblable pour voir où cela peut être.

Cette curiosité est parfaitement naturelle. Les garçons veulent voir si les autres garçons sont faits comme eux et si les filles sont comme leurs sœurs. Le fait de laisser les garçons et les filles se servir de la même salle de bains dans les jardins d'enfants leur permet de satisfaire leur curiosité au sujet des différences de sexe. Ils se regarderont avec autant de curiosité scientifique que lorsqu'ils regardent manger une tortue et seront vite distraits par la première chose venue.

Vous aiderez peut-être un enfant qui n'a pas l'occasion d'observer le corps humain en l'emmenant voir un bébé à qui l'on donnera un bain, ou qu'on changera. Prévoyez cette visite et avertissez la maman du bébé, qui pourra lui donner l'opportunité de ces observations.

Vous ne devez vous inquiéter que si l'enfant persiste dans une curiosité malsaine et s'il est vraiment fasciné par de tels sujets. Un enfant qui touche beaucoup ses organes sexuels a certainement une peur ou un souci, et vous aurez besoin de l'aide d'une personne expérimentée pour l'en délivrer. Au moment où ils doivent aller à l'école la plupart des enfants ont déjà satisfait leur curiosité, se rendent compte que ce sont là des sujets très personnels, et leur attention se porte sur bien d'autres choses.



Rappelez-vous que lorsqu'un enfant pose des questions sur les problèmes sexuels ou montre un intérêt de son corps ou de celui des autres, on doit lui donner des explications correctes — de préférence c'est vous-même qui devez les lui donner — et ne rien lui faire dire de déformé ou de déguisé par une autre personne. Si un enfant ne pose pas ces ques-

tions, c'est que sa curiosité s'est trouvée satisfaite dans le cours de la vie familiale. Il est possible aussi que ses amis lui aient confié un secret ou fait peur de tout ce qui se rapporte à ces questions.

Si vous sentez que pour une raison ou une autre il a honte ou peur de poser des questions vous pouvez l'aider en amenant vous-même ce sujet. « Sais-tu que tante Jeanne et ton oncle Robert vont avoir un bébé ? Il est en train de pousser maintenant dans un endroit spécial. » En lui faisant partager cette merveilleuse connaissance vous pouvez donner à l'enfant l'assurance qu'il peut poser d'autres questions.

AUTRES QUESTIONS: LA MORT

Plus ou moins tôt, l'enfant entendra parler de la mort. Sa grand-mère ou un camarade de jeux peuvent mourir, son chien être écrasé, il peut trouver un oiseau mort. Les adultes éprouvent un sentiment de perte et auront du chagrin, ou quelquefois sont révoltés devant le cadavre d'un animal. Bien souvent l'enfant juge les faits — ce qui bougeait est immobile et perd tout intérêt après un ou deux coups de pied : ce qui était n'est plus.

Ne soyez pas trop surprise si l'enfant semble calme et indifférent. Il a bien des raisons pour cela. En ce qui le concerne les gens vont et viennent, et dans ses jeux le cow-boy « mort » se relève toujours et continue à se battre. Il commence tout juste à avoir le sens du « temps » et à se rendre compte que les anniversaires se répètent — à des intervalles qui semblent très, très longs — aussi « à jamais » est une idée qu'il ne peut pas non plus assimiler. Il sentira davantage que vous avez de la peine et c'est de votre attitude que dépendra la sienne.

Que cela rassure les parents qui autrement pourraient s'efforcer de le protéger de cette connaissance de la mort en remplaçant si vite l'animal favori que l'enfant a peine à réaliser le sens de cette perte. Certains parents essayent d'adoucir ce sentiment de la mort en disant que grand-mère dort, ou qu'elle est partie.

Cependant cette façon d'éluder peut créer des troubles et l'enfant peut avoir peur de s'endormir le soir, être effrayé si vous parlez d'un « sommeil spécial » pour une opération, et être soucieux si vous parlez de « partir » en voyage.

Employez des mots tout simples pour lui expliquer ce qui s'est passé. Si vous usez d'un langage imaginé ou de mots vagues il peut continuer à penser que c'est lui qui a provoqué la mort, surtout s'il a maltraité son animal favori, ou s'il a été désagréable avec sa grand-mère ou peut-être parce qu'en général il se considère comme un « méchant » garçon. Envoyer un enfant au loin chez des parents, pour le protéger, ou vous protéger vous-même dans ces moments de tristesse, n'est généralement pas un bon remède. Quel que soit le trouble il sera plus apte à le supporter en votre compagnie.

Plus tard, vous vous apercevrez sans doute qu'il a beaucoup réfléchi au sens réel de la mort. Il peut vous demander s'il mourra, comment cela

fait lorsqu'on meurt ? Et si vous aller mourir et quand ? Sont associées à toutes ces questions concernant la mort, la peur de vous perdre, la crainte des douleurs corporelles et le sombre inconnu.

Il sera sans doute content si vous essayez de le rassurer au sujet de toutes ces peurs, si vous lui donnez confiance, et essayez de démêler l'écheveau de tout ce qu'il ne comprend pas. Une philosophie au sujet de la mort elle-même ne s'acquerra que lorsque l'enfant grandira, aura plus d'expérience et commencera à comprendre votre foi dans le destin du monde.

DONNER UNE BONNE ÉDUCATION

Autrefois, lorsqu'il était question de discipline, les gens pensaient à des règlements qu'il fallait appliquer lorsqu'il en était besoin : « Que dois-je faire lorsque mon enfant désobéit ? », « Quand dois-je lui donner une fessée ? »

Maintenant il n'est plus question de règles pour ces occasions. Nous savons — comme les parents et les maîtres sensés l'ont toujours su — que la discipline naît de tout ce qui existe entre parents et enfants. Ce n'est pas une chose qu'on peut doser aux enfants. La bonne discipline est également nécessaire aux adultes. Elle aide tout le monde à être plus heureux. Elle nous permet de prendre plaisir à la société des autres et leur permet d'apprécier la nôtre. C'est le ciment de la vie.

La discipline est en fait la façon d'apprendre à se conduire. Nous voulons que ces leçons restent à l'enfant lorsqu'il sera devenu grand, et que les parents, maîtres et autres autorités auront quitté la scène. Apprendre à des enfants à se bien conduire n'est pas un travail tout simple. Nous ne voulons pas les arrêter. Leur mettre un frein ne leur apprend rien. Les enfants sont actifs, créateurs et positifs. Ils font certaines choses, et nous voulons qu'ils continuent de les faire. Cependant, et c'est là que la discipline intervient, nous voulons également qu'ils sachent qu'ils ne sont pas seuls. Nous voulons qu'ils soient loyaux et non des tricheurs. Nous voulons qu'ils soient aimables tout en étant forts. Nous voulons qu'ils soient sociables, cependant nous les voulons capables de défendre par leurs propres moyens ce qu'ils estiment juste.

Des buts aussi importants semblent fort éloignés de l'âge du parc et du tricycle. Mais vous commencez à lui inculquer des notions de discipline en lui apprenant à vous donner la main pour traverser la rue, et à ranger son tricycle hors de l'allée. Ces leçons s'ajoutent les unes aux autres et le total de tout ce que vous lui aurez appris pendant des semaines, des mois, des années, déterminera certainement la conduite de l'enfant.

Un bon maître, en n'importe quoi, discipline ou calcul, est plus efficace lorsqu'il sait capter la pensée de l'enfant. Aussi la façon dont vous lui apprendrez, dépendra de lui. Son âge aussi détermine ce qui lui convient. Pour cette raison, nous avons fait un chapitre à part, page 43, sur la façon de vivre avec un tout petit. Au fur et à mesure que l'enfant grandit vous lui laisserez prendre plus de responsabilité et de décisions.

Vous lui donnerez les raisons de votre discipline. Vous aurez moins besoin de lui donner des fessées et vous le dirigerez mieux par la parole.

La façon dont vous ferez son éducation dépend beaucoup du caractère de l'enfant, s'il est sensible ou têtue, exubérant ou tranquille, docile ou désobéissant. Si ces qualités sont beaucoup influencées par les expériences que fera l'enfant, elles sont aussi héréditaires et dureront toute la vie. A moins de pouvoir adapter votre rythme et vos méthodes à l'enfant, vous et lui ne pourrez jamais vous entendre. Si vous lui imposez votre volonté, vous êtes sûr qu'il deviendra rétif. Une maman qui travaille vite et efficacement aura beaucoup de mal à se ralentir pour s'adapter au tempo d'un enfant maladroit et rêveur. Le contraire est aussi éprouvant. De telles situations ne sont pas rares, mais elles compliquent la vie.

D'un autre côté, les parents sont parfois surpris de découvrir que l'enfant qui est « leur fidèle portrait » est celui avec lequel ils ont le plus de mal à être patients. Reconnaître chez l'enfant un trait qu'ils ont toujours détesté chez eux-mêmes déclenche de vieux et insolubles combats personnels. Ils pourront être trop stricts avec leur « rejeton ».

La façon dont les parents enseignent la discipline dépend aussi de la situation en général. Ce qui peut se faire pour un enfant unique est infaisable avec une pleine maisonnée. Certaines activités sont bonnes à un moment donné et pas à un autre. A trois ans, un enfant est capable de très subtiles distinctions. Ils sont assez intelligents pour ressentir les contraintes qui n'ont aucun sens. Ils peuvent accepter qu'on ne tienne pas une promesse ou un engagement inattendu, si vous savez leur en expliquer clairement la nécessité.

C'est une bonne chose si vous pouvez agir de façon conséquente avec l'enfant et tout le monde. Mais dans une maison où il y a beaucoup de travail, cela n'est pas toujours possible. Aujourd'hui tout a été mal — les œufs se sont cassés dans le sac à provisions, et la machine à laver a fait rétrécir le pull-over que vous préférez. La façon dont vous répondez à vos enfants un jour comme celui-là sera tout à fait différente de la façon calme et patiente dont vous leur répondrez demain. Ou bien aujourd'hui l'enfant s'éveillera de mauvaise humeur, refusera de quitter son pyjama, agacera le chat, renversera son petit déjeuner. Et tout cela n'était qu'un commencement. « Il n'est pas lui-même, direz-vous. Demain tout sera différent. »

On ne peut pas discipliner un enfant en un seul jour. Vous devez prendre votre temps, sachant que votre exemple et vos efforts continus compteront à la fin.

COMMENT LUI APPRENDRE LA DISCIPLINE

Nous savons maintenant un bon nombre de choses sur la façon dont les enfants apprennent. Nous savons qu'ils apprennent par expérience. Aussi les laissons-nous essayer autant qu'il est possible. Et c'est vrai des leçons de calcul (2 et 2 font 4 après que vous avez essayé des douzaines de fois avec des pépins, des bâtons de sucette et des billes) comme de sa conduite (si tu bats tes amis ils retourneront chez eux).

Naturellement vous ne devez pas laisser l'enfant expérimenter des choses qui peuvent le blesser. Mais avant de l'en empêcher, assurez-vous qu'il peut vraiment se faire mal. Beaucoup de parents disent sans y penser : « Ne cours pas, tu pourrais tomber » alors qu'une petite culbute sur le gazon ne lui ferait pas le moindre mal.

Vous ne pouvez pas laisser un enfant faire des expériences qui peuvent avoir pour lui des conséquences à longue échéance, qu'il ne peut prévoir, ou tout simplement que vous n'aimez pas. Ces expériences sont sans aucun doute moins nombreuses qu'il peut paraître tout d'abord mais elles existent quand même. A ce sujet, dites-lui clairement et fermement, avant si possible, ce qu'il peut faire ou pas. Et maintenez votre position. Exposez votre attitude à l'enfant et expliquez-lui clairement et posément vos raisons. « Tu ne dois pas faire cela » est un véritable défi à l'enfant intelligent et énergique. Il se dira intérieurement et même le fera : « Je peux le faire aussi, regarde-moi. » Si vous lui dites : « Roule avec ton tricycle de ce côté de la rue. Tu peux le faire de cet endroit à celui-là », vous avez exactement indiqué à l'enfant ce qu'il doit faire.

Nous savons bien que les enfants apprennent plus vite lorsqu'ils pensent qu'ils réussiront. Ce sentiment de réussite correspond à plus qu'à une simple liste de possibilités. Ce sera peut-être une atmosphère de succès, qui montera à la tête de l'enfant. « J'ai bien réussi », « Ou je suis un as », sentiment énivrant qui bouillonnera dans l'esprit de l'enfant à qui les parents ont toujours laissé sentir que tout ce qu'il faisait était bien. Bien sûr il est enfantin, sans maturité, a peu de jugement, vit l'instant présent, oublie, perd le contrôle de lui-même. C'est cela l'enfance. Mais ses parents sont enchantés car il commence à avoir plus de contrôle de lui-même, plus de connaissances, et il s'attaque mieux à la vie. Ils se rengorgent secrètement d'avoir été de bons parents, mais pas toujours secrètement. Ils peuvent être fiers, cela n'a pas toujours été très facile.

Nous savons que les enfants sont capables de se bien conduire lorsqu'ils sont très occupés et stimulés. La discipline pose de nombreux problèmes lorsque les enfants sont inoccupés ou par trop « vissés ». Aussi pour s'occuper, font-ils les bêtises. On a beaucoup écrit au sujet des adolescents qui se rebiffent contre une surveillance trop étroite. La même chose se produit avec un enfant de cinq ans, mais se remarque moins, car l'enfant est plus petit et son champ d'action plus limité. Au figuré, l'enfant de quatre à cinq ans se sent capable d'attraper un ours au lasso. Laissez-le essayer.

Soyez « chic » en ce qui concerne les responsabilités que vous lui donnez. Adaptez-les à la mesure de son âge et de ses intérêts propres. Il a besoin de matériaux pour travailler. Vous pouvez élargir son horizon en l'emmenant au zoo, à l'usine, au bureau de papa, à la ferme, à la bibliothèque, au musée, à l'aéroport, à l'usine à gaz, chez les pompiers, à la gare. Il a besoin d'amis pour jouer, d'espace pour remuer, d'endroits pour courir et grimper. Il sera heureux de prendre de nouvelles idées dans les livres et dans les conversations qu'il aura avec vous.

Il n'est pas nécessaire, ni même souhaitable, d'essayer de lui imposer dès maintenant des tâches scolaires, vouloir qu'il apprenne ses lettres et

les chiffres, et vouloir anticiper le plaisir qu'il aura à apprendre le piano, la danse, le dessin, etc. A trois, quatre ou cinq ans, il a encore besoin de faire librement des expériences avec des matériaux nombreux et variés. Il n'a pas encore assez de maîtrise de lui-même pour pouvoir accomplir des mouvements rapides et délicats. Vouloir le forcer, lui donnera un sentiment de frustration.

En le lui rappelant gentiment, il rangera son pyjama, aidera à faire des petites choses dans la cuisine, sera responsable de son tricycle ou de son camion, aidera à soigner l'animal familial. Il respectera les raisons qui font faire certaines choses, et coopérera bien plus facilement s'il connaît les « pourquoi » et les « comment ».

FAUT-IL PUNIR ?

Quand nous considérons la discipline comme une façon d'apprendre à l'enfant à se conduire, la question épineuse des punitions devient moins compliquée. Nous pouvons alors considérer les punitions comme une des méthodes pour rendre les leçons plus efficaces.

Des experts qui ont étudié la question estiment que la punition peut être nécessaire pour faire respecter certaines interdictions. Ne marche pas sur les fleurs, ne grimpe pas à l'arbre. Quelquefois, ces leçons doivent être apprises vite. La règle ne changera pas, vous ne ferez pas d'exception. La punition fixera cette idée et empêchera un enfant de recommencer.

Mais la plupart des choses que vous devez apprendre à l'enfant sont plus difficiles que cela. Vous ne pouvez pas punir pour rendre un enfant bon, généreux ou loyal.

Les experts estiment également que lorsqu'une punition est trop dure et douloureuse, les enfants oublient pour quelle raison ils sont punis et se souviennent seulement qu'ils veulent égaliser le score. C'est là une réaction saine. S'il n'ose pas frapper, en retour l'enfant peut se rebeller intérieurement. Il peut essayer de se venger sur un enfant plus jeune, ou musarder et tout ralentir. C'est encore une plus mauvaise réaction s'il est tellement abattu qu'il devient triste et qu'il en est brisé.

Les parents qui punissent fréquemment et sévèrement admettent presque toujours la frustration. Ils découvrent qu'ils doivent augmenter sans cesse le nombre et la sévérité des punitions, et cela ne donne rien de bon. Ils se désolent parce que l'enfant qui a reçu une fessée, pour avoir mouillé sa culotte, recommencera le lendemain, ou dans la nuit. L'enfant qui reçoit une tape pour avoir pris une chose défendue, recommence et frappe pour avoir ce qu'il veut. L'enfant qui est mis au lit pour avoir désobéi, désobéira encore, quand cela vous dérangera vraiment de le coucher.

Beaucoup de parents pensent qu'il faut punir de temps en temps. De petites punitions leur donnent l'impression de faire quelque chose. Un léger châtiment corporel sera mieux accepté par l'enfant que des gronderies perpétuelles, un silence tendu, ou l'air malheureux qu'adoptent certains parents dans le but de donner des remords à l'enfant. La honte et le ridicule sont les plus difficiles à supporter. Une légère punition physique

soulagera l'enfant qui veut se débarrasser de ses sentiments de culpabilité. Lorsque maman lui donne une fessée, le score est égal de chaque côté. Il a payé pour sa bêtise, tout est fini.

Malgré cela, des punitions mêmes légères sont rarement nécessaires. Il est difficile de punir un enfant sans paraître vouloir se venger. Généralement l'enfant a déjà compris ce qu'il aurait dû faire avant que le coup arrive ou que la dîme soit payée. Il accepte la punition comme si elle découlait de la différence de taille entre lui et ses parents. Il l'accepte comme inévitable, mais il a déjà appris tout ce qu'il pouvait de sa bêtise. Les récompenses et les punitions jouent seulement lorsque les sentiments entre parents et enfants sont ceux d'efforts communs de bonne entente. Une attitude qui sous-entend « nous marchons de pair » est la meilleure méthode pour enseigner la discipline.

LE JEU A TROIS ET QUATRE ANS

Occupé du matin au soir, ne s'arrêtant pour manger et faire la sieste que lorsqu'il y est forcé, l'enfant — entre trois et cinq ans — trotte sans cesse. A la fin d'une journée trépidante sa maman se demande parfois ce qu'il a bien pu fabriquer.

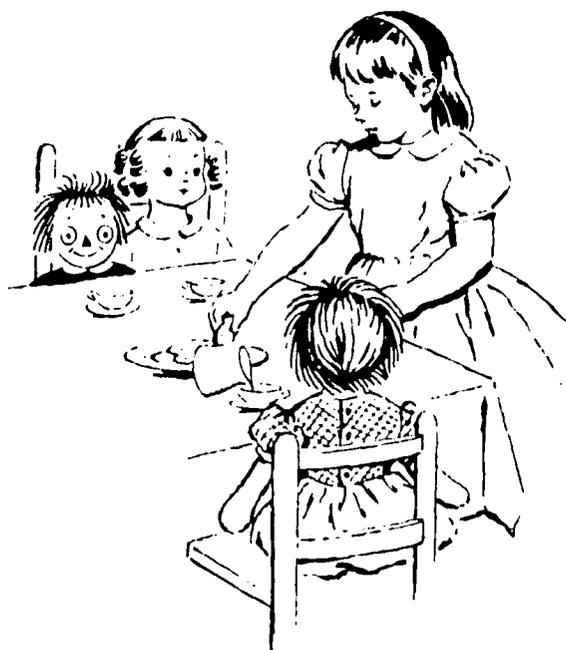
Il a beaucoup à apprendre et il n'attend pas d'aller à l'école pour commencer. Par le moyen du jeu il apprend des leçons adaptées à son âge. Sur le plan physique, ses exploits sont plus téméraires et complexes : il court, saute, grimpe, tourne des pages, tient un crayon, lace ses chaussures, boutonne une robe de poupée. Et pendant tout ce temps il s'entraîne à parler. Certains aspects de la vie en société ne dépendent pas seulement du langage : comment attendre son tour, se défendre. Ne croyez cependant pas qu'il s'y exercera. Ils seront les résultats de ses activités et non pas leur motif.

Il court rarement pour le plaisir de courir, de même qu'il ne lace et ne délace pas ses chaussures pour le plaisir de tenir les lacets et de les passer dans les œillets. Il ne fait ces choses que comme moyen d'aller quelque part ou d'être quelqu'un. Il expérimente ce que cela fait d'être une maman, un papa, un pompier ou une infirmière. Il imite le commis épicier, le receveur d'autobus et tout métier qu'il a l'occasion d'observer. Lorsqu'il y a un chantier de construction dans le quartier tous les enfants se mettent à jouer au charpentier et mendent des chutes de bois et des clous.

L'enfant, entre trois et six ans, est au comble du bonheur si d'autres enfants se joignent à ses jeux et il a de la chance s'il y a des enfants dans le voisinage. Les garçons et les filles jouent ensemble jusque vers l'âge de quatre ans et partagent les mêmes activités. Après quatre ans, les garçons aiment jouer avec d'autres garçons, les filles avec des petites filles. Jouer auprès d'un autre, même s'ils échangent peu de paroles, permet aux enfants de coopérer réellement, trois ou quatre enfants jouent alternativement à faire le ménage, à éteindre un incendie, à piloter un avion.

LE MATÉRIEL DE JEU

A cet âge les enfants jouent avec tout. Des cupules de gland seront des tasses et des feuilles, des gâteaux, si on veut faire la dînette, un métrage de coton sera tour à tour une nappe, la robe d'une princesse, le drap d'un bébé. Un vieux tube servira de télescope. Une panoplie complète de cow-boy avec éperons et grand chapeau ne parlera pas autant à l'enfant que tout ce qu'il imagine avec un simple rouleau de corde et un fusil de bois. L'instant d'après la même corde deviendra le tuyau de raccordement d'un scaphandre ou un engin téléguidé. Les parents qui offrent aux enfants des déguisements complets leur enlèvent la possibilité d'imaginer des choses bien plus merveilleuses que dans la vie réelle.



Une maison de poupée aux pièces et aux meubles minuscules n'intéresse pas autant les enfants que de grands cartons vides qu'ils peuvent disposer à leur idée et dans lesquels ils peuvent entrer et sortir. Ce sont plutôt les petites filles d'âge scolaire ou les adultes qui prendront plaisir à ces maisons de poupées. Les petits garçons aiment des trains qu'ils peuvent emmener dans toutes les directions et ce n'est que plus tard qu'ils respecteront les rails du train électrique.

On a parfois de nos jours l'impression que les gens ont inversé les rôles en ce qui concerne les jouets et le jeu et il semble que nous avons placé les jouets en premier, comme si le jeu en dépendait.

Nos grands-mères habillaient avec amour de vêtements de feuilles des poupées faites d'un épi de maïs, les enfants ramassaient des pétales de rose trémière pour en faire des ballets de danseurs aux différentes couleurs, les balles étaient faites de morceaux de tissus ou de cuir cousus et rembourrés, et on inventait bien des jeux avec des cailloux et des bâtons peints de différentes couleurs. Et que de jeux ne fait-on pas en automne avec les feuilles mortes !

Il est fort possible que ces objets très simples et ces activités étaient dans le temps plus appréciés que ne le sont les jouets des enfants d'aujourd'hui, qui en ont tellement qu'ils ne savent plus qu'en faire.

Cela n'implique pas qu'il ne faut pas offrir de jouets aux enfants. Cela signifie simplement que jouets et jeux ne sont pas identiques et ne dépendent pas totalement les uns des autres.

Les jouets peuvent représenter le moyen d'écarter l'enfant. Des parents peuvent donner des jouets à l'enfant en espérant qu'il va s'éloigner pour jouer avec. Ils peuvent être offerts pour compenser un échec sur un autre plan. Ainsi, une mère qui travaille peut couvrir de cadeaux l'enfant avec lequel elle ne peut passer que peu de temps (bien qu'elle se soit efforcée de s'organiser au mieux).

Des jouets judicieusement choisis peuvent cependant enrichir les jeux, bien amuser, apprendre ou apporter un élément de beauté ou de plaisir. Les meilleurs jouets ont plusieurs de ces qualités à la fois. Les éléments classés ci-après peuvent vous aider lorsqu'il s'agira pour vous de prévoir les distractions de votre enfant. Vous verrez cependant que certains éléments cités sous une rubrique pourraient tout aussi bien figurer dans une autre.

Matériel pour le jeu dramatique et l'imitation de la vie adulte. — Les objets qui stimulent ce genre de jeu attirent les autres enfants et sont matières à conversation.

Poupées et jouets pour jouer au papa et à la maman :

dînettes, meubles, téléphones, balais. La plupart du temps les enfants les utilisent avec plus de plaisir s'ils sont de dimensions presque réelles et suffisamment solides pour être effectivement utilisés. L'enfant sera lui-même le bébé et grimpera dans le lit de poupée ; la planche à repasser doit être stable et assez solide pour résister lorsque la ménagère affairée fera son repassage. Les jouets petits, en plastique, peuvent servir mais ils demandent plus de dextérité que n'en possèdent généralement les enfants à cet âge.

Vêtements pour se déguiser, chaussures, chapeaux, portefeuilles, gilets, cravates, métrages de tissus, un porte-document.

Marionnettes, personnages ou animaux. Attendre que l'enfant soit plus âgé pour lui offrir des marionnettes actionnées par des ficelles.

Jouets pour jouer à la marchande, caisse enregistreuse, boîtes d'épicerie et contenant des produits alimentaires (sauf s'ils sont en verre).

Animaux de ferme, barrières, tracteur, tombereaux.

Trains, camions, bateaux et avions, modèles réduits et grands modèles.

Jouets pour les jeux de construction, jouets " éducatifs ". — Jeux de construction en bois, et éléments qui s'emboîtent.

Puzzles en carton ou en bois, composés de quatre à trente éléments, suivant son habileté.

Marteau et chevilles, boulrier.

Aimant, kaléidoscope.

Animaux vivants : chien, chat, grenouille, tortue, salamandre, poisson, cochon d'Inde, lapin, hamster, perruche, canari.

Marteau, clous, scie, tenailles, rabot et autres outils solides qui fonctionnent réellement. Les outils de taille réduite, légers, à arêtes arrondies, frustrent l'enfant. Prévoyez une table solide ou un établi avec un étau pour serrer le bois.

Des jeux simples comme les jeux des sept familles, un jeu de loto, de grands dominos.

Instruments musicaux : cloches, xylophone, harmonica, boîte à musique, tourne-disques et disques.

Matériel de jeu favorisant le développement musculaire et la dépense d'énergie. — Gros cubes creux (peints pour pouvoir séjourner à l'extérieur) et boîtes.

Cubes moins gros : un père bricoleur peut les fabriquer en bois dur, coupé en prenant pour arête une longueur fixe (c'est-à-dire 10, 15 ou 18 cm, etc.) et soigneusement poncés. On peut rajouter de temps à autre de nouveaux éléments lorsque l'enfant entreprend des constructions de plus en plus importantes.

Balançoires, barres, échelles de corde, agrès. Que le portique soit, de préférence, en ciment.

Echelles, tonneau, chèvre, larges planches lisses.

Chariot, traîneau, patinette, voiture de poupée, brouette.

Cerceau, patins à roulettes, pneu à faire rouler.

Jeu avec des palets, jeu de la grenouille.

Petits équipements de sports.

Ballons gonflables, punching-ball.

Outils de jardinage solides : pelle, râteau, bêche, déplantoir.

Matériel pour jeux servant à l'éducation des sens et au développement de l'esprit créatif. — Certains des matériaux les plus satisfaisants que l'enfant peut utiliser sont empruntés aux artistes : crayon, craies, peinture, papier, argile. Les cubes, le sable et l'eau appartiennent également à cette énumération car ils présentent aussi des possibilités infinies pour exprimer des idées et des sentiments et servir de tremplin à l'imagination. On peut aussi signaler la boue qui sert à pétrir, à faire des pâtes et à modeler. Et la saleté part aussi facilement que s'il s'agissait de peinture à l'eau. Les instruments de musique simples et les disques encouragent également l'expression personnelle.

Avec de l'argile ou d'autres substances à modeler l'enfant crée des formes. Il fait, défait, refait, voyant les formes se changer sous ses doigts. Il aime cette sensation. Il peut creuser, pincer, frapper, sans faire de mal.

La couleur suffit au peintre débutant. Plus tard il peindra des dessins et des tableaux. Grâce à eux il peut exprimer la beauté, la tristesse, la colère et d'autres sentiments qu'il est beaucoup trop difficile d'exprimer

par des mots. Si on n'attend pas de l'enfant qu'il peigne ou modèle pour faire plaisir à quelqu'un d'autre, ces matériaux offrent réellement la possibilité d'élargir sa vie.

Ils sont passionnants aussi et la plupart des enfants passeront plus de temps à s'occuper de ces matériaux « bruts » qu'à jouer avec autre chose s'ils peuvent faire ce qu'ils veulent. Cela ne veut pas dire que l'enfant doit être autorisé à mal s'en servir — à jeter de l'argile ou de la peinture sur le mur — mais cela signifie que vos commentaires doivent se limiter aux usages appropriés et non aux résultats.

Les livres à colorier n'offrent pas tout à fait la même possibilité. On a déjà donné une forme aux idées. Bien des parents ne sont pas satisfaits lorsque l'enfant laisse courir son imagination et peint le visage de la petite fille en vert ou gribouille sur toute la page. Et cependant, la plupart des enfants, jusqu'à cinq ans ou six ans, ne peuvent pas respecter les lignes lorsqu'ils colorent les images et celles-ci ont souvent peu de sens pour eux ou même pas de sens du tout. Une feuille de papier blanc ferait tout aussi bien l'affaire.

La peinture. — Il est difficile pour un jeune enfant de se servir de petits pinceaux et de godets de peinture placés dans une boîte. Il désire mettre une large tache de peinture en quelques secondes. Donnez-lui un gros pinceau et un petit pot — ou plusieurs petits pots — contenant de la peinture à la colle ou des couleurs pour pancarte. Il est facile de les retirer des vêtements, des mains (de même que des murs ou des planchers). Un chevalet, ou un autre dispositif pour maintenir le papier à bonne hauteur lorsque l'enfant peint debout, est un cadeau merveilleux. Cependant le jeune artiste sera tout aussi content de peindre par terre. Mettez la peinture dans une boîte ronde à biscuits afin d'éviter que la peinture se renverse.

Au début, vous pouvez avoir l'impression que vous ne pouvez pas vous habituer à cette peinture et que vous n'avez pas le temps de surveiller et de garder les peintures en bon état. Vous serez plus rassurée si vous gardez la peinture pour les occasions spéciales ou les jours de pluie ou si vous décidez que le chevalet ne devra être employé que dehors, ou dans le garage.

Si vous ne voyez pas la possibilité de laisser l'enfant peindre dans l'appartement cela ne changera certainement pas son avenir, mais examinez si vous n'avez pas tendance à le priver de toutes les autres possibilités de donner libre cours à ses sentiments. Permettez-lui par ailleurs de se réjouir de la texture, des couleurs et du toucher des choses. Laissez-le remuer et « faire des saletés ». Peindre à l'extérieur, avec de l'eau, satisfait les enfants et plaît aux mamans car cela ne fait pas de saleté.

La peinture avec les doigts présente des avantages — et des problèmes — similaires. Lorsque l'enfant peint avec ses doigts — ou ses coudes, ses poings ou l'avant-bras — il éprouve un plaisir énorme à ce contact direct avec la peinture, mélangeant et effaçant couleur et motif. Il n'a pas besoin de se préoccuper d'un pinceau ou d'un crayon. Peindre avec les doigts est une opération qui plaît aux enfants de tous âges, excepté à ceux qui ont peur de se salir ou ont été dressés à rester propres.

Vous pouvez acheter cette peinture destinée à être étalée avec les doigts ou la faire vous même en ajoutant de la couleur (couleur pour aquarelle, peinture à la colle, peinture en poudre, ou colorants pour pâtisserie) à de l'amidon tout fait ou à de l'amidon cuit ou à de la colle de pâte. Si vous en faites une certaine quantité vous pouvez la conserver au réfrigérateur, dans un récipient fermé. Vous pouvez aussi mélanger directement sur la surface que l'enfant va peindre un peu de couleur à un peu d'amidon.

Il faudra un papier qui ne boive pas afin qu'il ne s'use pas lorsque l'enfant passe et repasse le doigt. Du papier pour garnir les étagères, du papier sulfurisé, ou du papier pour la boucherie font bien l'affaire. Vous pouvez avoir une table recouverte de formica ou de linoléum sur laquelle l'enfant peut travailler directement. La peinture doit être lavée dès que l'enfant a terminé mais, de toute façon, comme pour la plupart des choses que font les enfants, l'action elle-même est plus importante que le résultat.

Peindre avec les doigts en utilisant de l'eau très savonneuse arrive parfois après une partie de bulles de savons. Alors que l'enfant a commencé avec de l'eau et du savon (les détergents irritent la gorge de l'enfant s'il lui arrive d'en avaler) et des pailles, des bobinettes de fil vides ou une pipe en terre, il peut finir par barboter directement.

Argile et pâte. — Vous avez peut-être la chance d'avoir une rivière à proximité sur les bords de laquelle vous pouvez trouver de l'argile. Vous pouvez aussi acheter de l'argile pour un prix modique. Ajoutez de l'eau de temps en temps afin qu'elle reste malléable. Conservez-la dans un récipient qui ne rouille pas et qui ferme ou dans un sac en plastique bien fermé. L'argile à modeler durcit lorsqu'elle est exposée à l'air.

La plasticine est une argile traitée de façon à garder sa plasticité. Elle reste malléable. La plasticine qui contient de l'huile, tache les meubles et les planchers.



De la pâte pour jouer peut être faite avec de la farine et du sel, en employant deux fois plus de farine que de sel. On y ajoute de l'eau

jusqu'à ce que la pâte soit bien malléable. Ajouter un peu d'huile à salade pour que la pâte soit lisse. Le sel agit comme produit de conservation et le mélange se conservera longtemps, en particulier s'il est couvert et au réfrigérateur. Vous pouvez parfois ajouter un colorant à pâtisserie pour changer un peu l'aspect de la pâte. La pâte pour jouer est une substance à modérer bon marché, propre, et stimule l'ardeur des enfants à jouer à la maison, armés de rouleau à pâtisserie et de moules à gâteau.

Papier — Toutes les variétés de papier offrent des possibilités. Les rames de papier journal reviennent le moins cher. Coupez les feuilles en quatre si cela est nécessaire. Pour peindre, une feuille de 21 centimètres sur 27 centimètres semble suffire. Des feuilles plus petites conviendront au dessin.

On peut également utiliser du papier journal imprimé pour peindre. Les sacs en papier à surface lisse conviennent bien au crayon, à la craie, à la peinture. Mettez de côté les papiers colorés qui emballent les cadeaux. Ils seront découpés avec des ciseaux à bouts ronds. Un assortiment de papier bulle coloré ne manque pas non plus de charme.

Livres — Si les livres peuvent à peine être appelés un matériel de jeu ils n'en deviennent pas moins des biens précieux, que l'on traîne partout et que l'on prend avec soi au lit. Une bonne histoire rassemble la famille — et même un pays. Les enfants à qui l'on fait fréquemment la lecture ont de la chance.

Choisissez pour les plus jeunes des histoires brèves et simples. Attendez-vous à devoir les relire des milliers de fois. L'enfant, à deux ou trois ans, aime des histoires qui se rapportent aux personnes et aux choses de tous les jours. Vous le captiverez si vous bâtissez une histoire autour des aventures personnelles et journalières de l'enfant, mais gardez-vous bien d'en changer une syllabe lorsque vous la raconterez à nouveau.

Lorsque les enfants grandissent ils aiment les livres sur les insectes et les coquillages, les voitures à incendie et les dinosaures, les histoires des pays lointains et du temps jadis. Ils suivent les intrigues les plus compliquées. Cependant, les personnages devront faire des choses qu'ils connaissent, ils doivent pouvoir comprendre leurs pensées et leurs motifs.

C'est pourquoi beaucoup de personnes pensent que les enfants au-dessous de six ans ne sont pas aptes à comprendre des contes de fée. Lorsqu'ils apprendront à discerner les faits de l'imaginaire ils seront plus en mesure de s'occuper des dragons, des princesses-fées et des méchantes sorcières, et des animaux qui se changent en êtres humains.

Vous serez peut-être tentée de dépenser une somme importante pour un bon livre qui, tout d'abord aimé pour ses illustrations, pour le texte que l'enfant entend, sera redécouvert lorsqu'il aura huit ou neuf ans et saura lire tout seul. Mais la plupart des livres n'ont pas besoin d'être bien coûteux. Des livres bien écrits, habilement illustrés foisonnent. Il vous faudra cependant les choisir avec soin car tous les livres publiés pour les enfants ne valent pas le temps passé à les écouter ou l'argent dépensé.

Un bon livre pour enfant a une qualité éternelle et plaît autant aux adultes qu'aux enfants. Il n'a pas besoin d'être terne ou insipide, écrit incorrectement ou de piètre façon.

Des emprunts fréquents à la bibliothèque municipale augmenteront la variété des livres que l'enfant peut lire et lui feront connaître de bonne heure les joies de ce genre de bibliothèque.

L'ÉCOLE MATERNELLE

Bien des enfants de trois ans et de quatre ans vont à l'école. Certains passent une partie de la journée à l'école maternelle ou dans des garderies pour enfants. Les mères qui travaillent envoient parfois les enfants dans ces garderies mais la journée de classe dure alors de 8 à 9 heures. Lorsque l'enfant est prêt à s'éloigner de chez lui et à se séparer de sa maman plusieurs heures par jour, fréquenter une école organisée selon les intérêts et les besoins des enfants de son âge peut lui permettre de faire une expérience enrichissante. La plupart des enfants de trois ans ont suffisamment de maturité, la plupart des enfants de deux ans ne sont pas prêts à jouer longtemps avec d'autres enfants et ont besoin de plus de soins individuels qui seront donnés par une garde lorsque la maman doit s'absenter.

Il ne faut pas envoyer votre enfant n'importe où. Il n'est pas facile de trouver une bonne garderie et elles ne sont pas toujours bon marché. De toute façon, visitez l'école que vous envisagez pour votre enfant. Dans une bonne école, vous serez bien accueillie.

Aux Etats-Unis, des mères se sont groupées et ont organisé une école maternelle coopérative. Elles engagent une maîtresse et travaillent étroitement avec elle en servant d'assistantes. Elles s'occupent également de toutes les questions relatives au financement, à l'achat de matériel et à la gestion. Du fait que les pères comme les mères ont des contacts étroits avec l'école et savent ce qui s'y passe, nombreuses sont, dans cette catégorie, les écoles ayant un très haut niveau. L'éducation des parents est un élément fondamental dans ces écoles coopératives.

Une bonne école offre généralement des espaces de jeu plus grands, tant à l'intérieur qu'à l'extérieur, et un équipement plus varié que la plupart des foyers. Il faut compter au minimum trois mètres carrés par enfant pour les jeux de l'intérieur et jusqu'à vingt mètres carrés par enfant pour le terrain en plein air ; ces terrains doivent être disposés de façon à pouvoir être facilement surveillés. Les pièces doivent être peintes de couleurs gaies mais être équipées pour permettre les jeux turbulents. Les meubles doivent être adaptés à la taille de l'enfant et l'installation sanitaire doit l'être elle aussi.

Au sein d'un petit groupe d'enfants de son âge l'enfant n'est ni favorisé, ni défavorisé par rapport aux autres pour apprendre à vivre en société. Il ne s'essoufflera pas toujours derrière les plus vieux lorsqu'ils prendront le virage et il ne sera pas non plus toujours le chef de bande comme il aurait tendance à l'être s'il est le plus vieux du groupe. Tout est bien plus amusant lorsqu'on est au milieu de compagnons de son âge.

Dans une bonne école les maîtres ont reçu une formation pédagogique spéciale leur permettant de comprendre les besoins physiques et

psychologiques du jeune enfant. Ils doivent être également cordiaux et compréhensifs.

Il faut qu'il y ait des maîtres en quantité suffisante pour que chaque enfant puisse être traité d'une façon presque individuelle et pris de temps à autre sur les genoux. Une jardinière pour cinq enfants de trois ans n'est pas de trop bien que des normes récentes prévoient une jardinière et une assistante pour un groupe de douze à quinze enfants de trois à quatre ans ou pour un groupe de quinze à vingt enfants de quatre à six ans.

Le programme doit être adapté aux enfants. A des jeux à l'intérieur ou en plein air succèdent des moments de calme. La nourriture est servie à des intervalles calculés pour convenir à de petits estomacs. L'enfant dispose de moments bien à lui, et autrement, est avec la maîtresse et les autres enfants, lorsqu'ils bavardent ou chantent tous ensemble, utilisent des instruments de musique et regardent des livres ou se servent de matériaux créatifs.

Certaines activités reviendront régulièrement et, entre-temps, les enfants pourront choisir eux-mêmes. Dans toutes les activités l'enfant sera encouragé à se débrouiller par lui-même. Ainsi que le déclarait l'un d'eux : « A l'école, on s'apprend nous-mêmes ». Pour favoriser cela tout sera prévu pour l'aider (patères placées à sa hauteur pour qu'il y accroche lui-même son manteau, étagères basses et couvertes pour ranger les jouets, petit tabouret sur lequel il peut grimper pour être à la hauteur du lavabo s'il veut se laver les mains). Il sera aidé par l'attitude de la maîtresse qui laissera suffisamment de temps pour que réussissent ses efforts malhabiles.

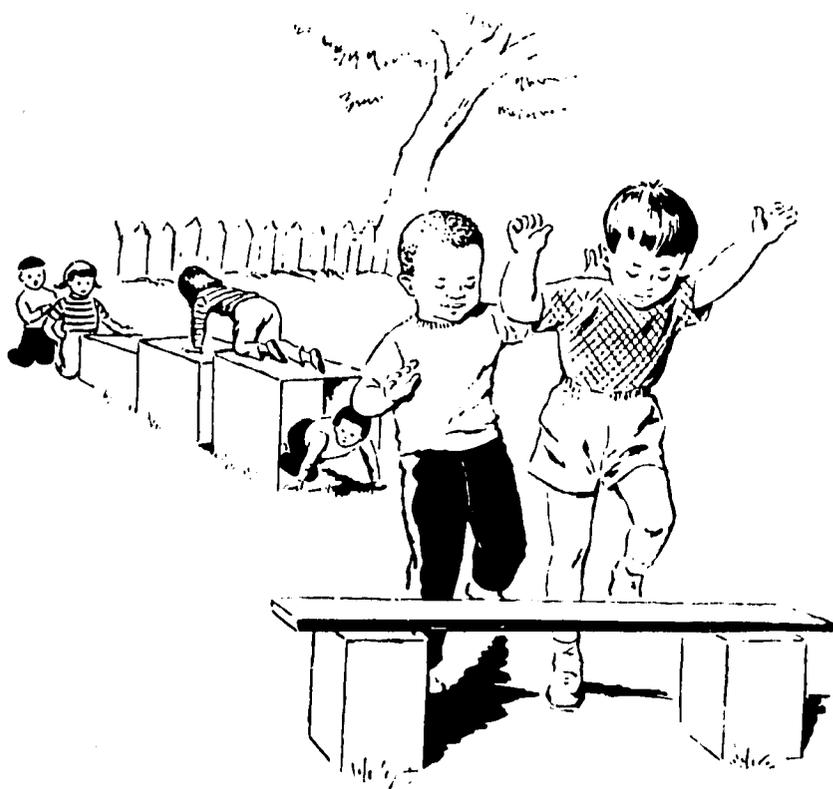
Aucun enfant ne devrait être admis à l'école s'il a l'air malade. Une infirmière ou une maîtresse ayant reçu une formation spéciale doit examiner les enfants lorsqu'ils arrivent. En outre, une maîtresse active fera de petites vérifications au cours de la journée. Elle posera des questions si un enfant a l'air endormi ou reste dans un coin sans dire mot. Elle éloignera l'enfant malade des autres enfants en attendant qu'on le ramène chez lui.

Au cours de la première année où l'enfant mènera cette vie en commun il se peut qu'il attrape plus fréquemment des rhumes ou des petites maladies bénignes. Cela semble être le cas, qu'il commence à aller à l'école à trois ou à six ans seulement, et la plupart des enfants ne s'immunisent que lorsqu'ils sont en contact avec d'autres. Si votre enfant est sans arrêt enrhumé ou s'il est diminué, parlez-en à votre médecin, si vous avez l'intention de l'envoyer à l'école maternelle.

Les premiers jours d'école — L'enfant met en général un certain temps à s'habituer à la vie en groupe. Evitez donc de le faire entrer à l'école au moment où survient un bouleversement dans la vie familiale, par exemple lors de l'arrivée d'un nouveau bébé ou lorsque la maman se met à travailler. Vous devez vous y prendre bien à l'avance.

Certains enfants vigoureux qui aiment les jeux en plein air adoptent l'école maternelle dès le premier jour et s'y plaisent toujours. Mais tous les enfants ne sont pas aussi prêts à adopter un nouveau mode de vie et les débuts devront être plus prudents. Ayez pour principe d'aller visiter l'école avec lui et d'y rester environ une heure. Le jour suivant, retournez

là-bas avec lui et restez. Vous pouvez décider avec la maîtresse la marche à suivre par la suite. Vous aurez peut-être à l'accompagner pendant une semaine ou même plus.



Lorsqu'il pourra se passer de vous, dites-lui au revoir d'un air détaché et indiquez-lui quand vous allez revenir. Cette précaution sera payante, même si, sur le moment, il a considéré que votre départ l'a dérangé dans son jeu. Si vous partez en cachette vous préparez le terrain pour de nombreuses difficultés.

Certains enfants veulent avoir leur mère auprès d'eux, pleurent lorsqu'elle les quitte, mais s'arrêtent dès qu'elle a disparu. C'est qu'ils veulent avoir et l'école et leur maman. Leur dire un au-revoir sans réplique les aide à vaincre l'obstacle. On a presque l'impression qu'ils pleurent simplement parce que c'est l'attitude qu'on attend d'eux. S'arranger pour que ce soit le papa qui emmène ses enfants à l'école peut éliminer le conflit.

Si l'enfant fait des histoires pour aller à l'école ou s'il paraît inhabi-

tuellement fatigué ou grognon lorsqu'il rentre, alors que vous avez fait le nécessaire pour ne pas le bousculer les premières journées et pour tout préparer avec soin, consultez la maîtresse. Vous déciderez peut-être de retirer l'enfant récalcitrant et de l'envoyer lorsqu'il sera plus vieux. Si vous restez avec lui à l'école deux ou trois fois par semaine, cela donnera peut-être de bon résultats. Il se peut aussi que la classe dans laquelle il est entré soit trop nombreuse et le programme trop chargé pour lui.

L'ENFANT DE CINQ ANS

De quelle main se sert-il? — Il devient travailleur. — Les préjugés. — La télévision. — Etre prêts, lui, et vous, au départ pour l'école.

Cinq ans ! autant d'années qu'il y a de doigts à une main ! Un enfant de cet âge a l'impression qu'il ne peut pas aller plus loin. Il a attendu cet anniversaire aussi loin que remontent ses souvenirs. En fait, nous avons tous tendance à considérer ce cinquième anniversaire comme une date marquante. C'est sans doute parce qu'il signifie pour la moitié environ des enfants américains le départ pour l'école.

Sur le plan physique rien de particulièrement remarquable pour indiquer ces cinq ans. La croissance est plus lente qu'au cours de toute autre période entre la toute petite enfance et l'adolescence. Il grandit certes, mais ses pantalons durent un certains temps et il n'est pas besoin de redéfaire aussi souvent les curllets des robes des petites filles.

Au cours de cette année il peut grandir de 5 à 7 centimètres et prendre 1,5 à 3 kilogrammes. Un groupe d'enfants de cinq ans présente de grandes différences, plus grandes qu'auparavant, car tout au cours de ces cinq années ils ont constamment grandi ou grossi à des rythmes différents. Leur taille peut varier de 1 mètre à 1,15 mètre et leurs poids de 15 à 23 kilogrammes. Il se peut que ce soit une fille qui soit la plus grande ou la plus forte du fait que les différences sont encore plus accentuées chez les filles.

Les genoux cagneux et les ventres ressortis disparaissent et l'enfant de cinq ans peut avoir des difficultés pour empêcher son pantalon de tomber. Heureusement que la colonne vertébrale commence à accuser des courbures d'adulte.

Cependant sa maturité n'est pas totale. Il existe toujours une tendance à être presbyte et la coordination entre la vue et le toucher est imparfaite. C'est pourquoi la moyenne des enfants de cinq ans n'est pas prête à faire des travaux de près et exigeant de la concentration et ne peut, sans un énorme effort, s'adapter à la taille des caractères du premier livre de lecture ou à l'écriture.

L'enfant attend beaucoup de lui-même et peut dépasser les limites de son endurance. Il y a des chances pour que sa fatigue se traduise plus souvent par de l'agitation que par des larmes. Les enfants de cinq ans doivent encore se reposer dans la journée, ou même encore faire la sieste,

et ils doivent avoir au moins dix heures de sommeil la nuit. Certains ont même besoin de onze et douze heures de sommeil.

DE QUELLE MAIN SE SERT-IL ?

A l'âge de cinq ans la plupart des enfants préfèrent une main à l'autre. Certains enfants ont une nette préférence dès le départ et d'autres continuent à utiliser indifféremment la main droite ou la main gauche jusqu'à ce qu'ils aient trois ans ou plus. Au cours de ces années de formation la main préférée peut changer plus d'une fois.

Personne ne sait exactement ce qui détermine le choix de la main, pas plus celui du pied ou de l'œil, mais les spécialistes sont d'accord sur le fait que cette préférence est un élément de base du physique de l'individu, élément peut-être même héréditaire. Etant donné qu'elle est si profonde, forcer un enfant à aller à l'encontre de cette tendance naturelle le bouleverse profondément.

Environ 90 % des enfants sont droitiers. Le nombre d'enfants gauchers s'est accru dans la dernière génération du fait que nous avons cessé de vouloir rendre droitiers ceux qui se servaient tout naturellement de leur main gauche. Certains, bien sûr, se servent indifféremment de leurs deux mains.

Si l'enfant paraît avoir du mal à se décider pour une main ou est particulièrement maladroit de ses deux mains, vous désirerez sans doute lui faire passer des tests pour déterminer quelle est la meilleure solution. Consultez votre médecin. Une fois que la main la plus habile a été déterminée, encouragez-le à s'en servir en mettant son verre près de cette main, en lui passant des objets, et par bien d'autres moyens. Sur le plan du travail scolaire ou de l'habileté athlétique vous n'avez pas à vous inquiéter si votre enfant est gaucher.

IL DEVIENT TRAVAILLEUR

La croissance suit son cours normal. En fait, la majeure partie de ce qui a été dit au sujet des enfants de trois et quatre ans s'applique aux enfants de cinq ans. Un changement plus marqué se note chez l'enfant de cinq ans : il paraît plus réfléchi et impatient de se mettre au travail.

Les enfants de cinq ans sont souvent drôles du fait de leur attitude « virile » ou « féminine ». Le petit garçon de cinq ans entrera chez lui d'un air important et poussera un gros soupir avant de se mettre au travail, image frappante de son père ! La petite fille, lorsqu'elle joue à la poupée, mime fidèlement les attitudes maternelles. L'imitation fidèle des adultes ne sera jamais aussi fidèle, ni si passionnante pour les enfants.

L'enfant de cinq ans n'est plus aussi ouvert ni perméable qu'il l'était auparavant. A trois ans et à quatre ans l'attitude de l'enfant est souvent le miroir fidèle de ce qu'il pense, mais lorsqu'il a cinq ans vous ne savez pas toujours ce qui se passe dans sa tête.

A cinq ans les enfants commencent à faire une double discrimination. Ils distinguent leur monde de celui des adultes. Ils essayent de considérer ce que leurs compagnons du même âge pensent et s'inquiètent moins de ce que les adultes peuvent penser ou dire. La communication simple et directe que les parents ont tant appréciée commence à s'estomper.

Dans leur candeur les enfants mettent tous les adultes — parents, maîtres et autres — dans une catégorie appelée « les grandes personnes » mise à l'écart et, semble-t-il, parfois même bannie.

Certes, cela ne se fait pas d'un seul coup et n'est pas non plus total par la suite. L'enfant accepte volontiers ses parents la plupart du temps. Il désire nettement les avoir auprès de lui au moment de se coucher, s'il est malade ou lorsqu'il est bouleversé par quelque chose. Il se peut qu'il s'éloigne moins de la maison que l'enfant de quatre ans. Il reviendra souvent à sa « base » juste pour s'assurer d'une présence. Une fois qu'il a trouvé que sa maman était là il est prêt à repartir. Il aime qu'elle soit à la maison lorsqu'il revient de l'école et peut être très contrarié si elle n'est pas là. Qu'importe si son excuse est valable ! Les explications qu'elle lui donne importent peu.

Entre-temps il est très indépendant mais cette indépendance est faite de moins d'insouciance que lorsqu'il avait deux ans car elle est tempérée par une notion assez exacte de ses capacités réelles. S'il déclare qu'il n'y a pas de danger qu'il tombe de l'arbre il ne tombera vraisemblablement pas. Il sait évaluer avec honnêteté ses capacités et celles de ses compagnons, ce qui a pour effet que les disputes sont moins fréquentes entre enfant de cinq ans. Ils sont non seulement capables de s'exprimer mieux à l'aide du langage mais ils sont assez objectifs en ce qui concerne les différences — divergences d'opinions et de points de vue aussi bien que les différences d'habileté.

La plupart du temps leurs amitiés sont basées sur des intérêts communs — une activité que les deux enfants aiment — ou sur le fait qu'ils sont tous deux capables de faire les choses de façon plus ou moins heureuse. Ils aiment un compagnon dont les idées correspondent aux leurs mais ils acceptent également un enfant qui a des dons de chef et d'organisateur.

Tout cela est vrai s'ils ont le choix. S'ils n'ont pas le choix ils préfèrent accepter de grandes différences plutôt que d'être seuls. En général, ils s'entendent mieux avec un seul autre compagnon ou avec tout un groupe. Pour l'enfant de cinq ans, trois personnes constituent déjà un groupe.

LES PRÉJUGÉS NAISSENT LORSQUE L'ENFANT A DES DOUTES

A moins d'y avoir été forcé par des adultes, un enfant ne s'occupe jamais de question de rang, de couleur, de race ou de religion lorsqu'il se fait des amis. Même lorsqu'il a cinq ans un enfant peut avoir à peine conscience de la couleur de la peau d'un enfant avec lequel il aime jouer. Un observateur raconte l'histoire de deux petits garçons qui avaient décidé de jouer un tour à leur maîtresse en échangeant leurs imperméables.

« Dis donc, déclare l'un d'eux, il faut aussi que tu me donnes ta casquette. »
Aucun des deux ne se rendait compte que la maîtresse pouvait les reconnaître du premier coup puisque l'un était un Hindou et l'autre un petit Anglais.

Des études ont établi que les préjugés — de race, de religion, de fortune — naissent plus facilement chez les individus qui ressentent un besoin de sécurité, de statut, ou d'égalité, et qui doutaient de jamais pouvoir y parvenir. Ils cherchent alors à s'assurer un avantage en refusant à d'autres le droit. Il est donc évident qu'un enfant qui n'est pas très sûr de sa position, n'est pas certain d'être un être attachant, ou ne peut faire confiance aux autres, sera le premier à avoir des préjugés.

Un enfant que l'on a toujours aidé à surmonter ses sentiments de jalousie ou de colère est plus à même de juger les autres d'après ce qu'ils valent.

L'enfant qui a été traité avec justice est plus enclin à respecter les droits d'autrui. L'enfant qui a appris à maîtriser les impulsions qui le poussaient à attaquer ceux qui lui barraient le chemin disposera de forces qui briseront les préjugés. Grâce à ces leçons journalières notre monde pourra peut-être réaliser un jour plus pleinement la fraternité humaine.

IL DÉSIRE DES RÈGLES AUXQUELLES SE PLIER

Vers cinq ans l'enfant désire bien faire les choses. Pareil à une éponge il absorbe tous les renseignements relatifs aux automobiles et aux stations à essence. Les petites filles aiment faire la cuisine en employant de véritables ingrédients. Leurs dessins commencent à ressembler à des objets ou à des gens et ils veulent que ce qu'ils construisent fonctionne réellement. Ils commencent à voir que des règles sont nécessaires pour arriver aux résultats recherchés. Ils comptent sur vous — et peut-être encore plus sur leur maître ou autres autorités qui connaissent les réponses. Ils se mettent à jouer à des jeux régis par des règles qu'ils n'ont pas eux-mêmes établies.

En fait, ils peuvent exagérer avec les règles. Certains enfants ont tendance à surveiller les autres et à faire le gendarme. Ils sont également extrêmement stricts envers eux-mêmes. Des attitudes aussi strictes peuvent les amener (cela se produit souvent chez les filles) à rapporter à la maîtresse ou à la maman et à raconter les bêtises plus ou moins graves des autres. En général les adultes ont horreur des rapporteurs et les traitent avec dédain. D'autres encouragent cela, ce qui peut mettre l'enfant dans une situation difficile vis-à-vis de ses camarades.

Un enfant qui a tendance à « rapporter » peut avoir besoin d'être aidé. Il peut indiquer par là qu'il a peur de faire lui-même la chose défendue et désire vérifier — juste pour s'assurer des règles. Il faut peut-être l'aider à se laisser un peu aller et l'encourager à s'exprimer lui-même avec plus de spontanéité.

Certains rapporteurs sont envieux de l'autre et recherchent le réconfort que leur apporte l'approbation. Il faudrait la leur donner, mais il faut

également les aider à apprendre comment recueillir aussi l'approbation des gens de leur âge.

Cette appréciation croissante des règles et des règlements constitue peut-être la raison pour laquelle l'enfant de cinq ans n'a pas peur de grand-chose. Il compte sur une autorité extérieure pour faire marcher le monde. Il est moins enclin à imaginer des choses terrifiantes, bien qu'il puisse avoir peur de perdre sa mère, peur du noir, ou d'autres éléments inconnus. Même alors, ses craintes sont moins aiguës qu'auparavant. Il se peut qu'il se plaigne avec bruit pour une écorchure ou une coupure, mais s'il souffre réellement sa bravoure sera touchante.

L'ENFANT ET LA TÉLÉVISION

L'intérêt pour la télévision n'est pas une chose nouvelle chez un enfant de cinq ans car son attirance joue chez les très jeunes enfants. Le mélange de son, de lumière et de mouvement attire et captive les enfants. Certains semblent vouloir rester toute la journée assis devant le petit écran.

Lorsque l'enfant est en âge d'aller au jardin d'enfants vous pouvez vous en inquiéter car il se peut qu'il désire rester plus longtemps à regarder la télévision et soit encore plus captivé. Plus jeune, il restait près de l'appareil mais jouait de temps à autre avec son camion ou sa poupée. Maintenant, il comprend mieux ce qu'il voit (ou le comprend de travers et d'une façon qui le bouleverse), c'est pourquoi des parents prévoyants doivent étudier le contenu des programmes.

Des études ont révélé que les enfants passaient un nombre d'heures étonnant devant la télévision — autant d'heures qu'à l'école ! Et bien des gens se demandent si c'est du temps bien employé.

C'est aux parents qu'il revient de choisir quelles sont les valeurs qu'ils considèrent — tant pour eux que pour leurs enfants — lorsqu'il s'agit des loisirs. Vous êtes en droit de décider vous-même et personne d'autre ne devrait le faire à votre place.

Afin de mieux pouvoir choisir vous devez savoir quels sont les faits. Vous chercherez donc à déterminer combien de temps votre enfant passe devant le petit écran et vous le noterez. Vous devez savoir en outre ce qu'il assimile. Remarquez quelles émissions il choisit, non pas tous les jours, mais cependant suffisamment souvent pour en avoir une idée. Si vous parlez des programmes de télévision vous aiderez l'enfant à commencer à les juger.

De nombreuses familles sont convaincues que la télévision leur a fourni un nouveau moyen de prendre plaisir à être ensemble. De temps en temps, ils ont une réunion de famille autour de l'écran de télévision, déjeunent ou prennent une collation. Certaines émissions sont attendues avec impatience par toute la famille. Lorsqu'on regarde la télévision, les différences d'âge jouent moins que pour certaines autres activités. Ainsi, le père et le fils peuvent prendre plus de plaisir à regarder le même

reportage sportif qu'à jouer ensemble au ballon, surtout si le père s'impatiente de la façon maladroite dont son fils lance ou rattrape le ballon.

Dans d'autres familles, la télévision est une source de discussions. Cependant, la façon dont vous agissez avec votre enfant lorsqu'il désire regarder une émission que vous ne jugez pas pour lui, n'est pas différente de la méthode que vous employez pour l'empêcher de manger des choses qui ne lui conviennent pas. Cela revient au même que de régler toute autre activité saine dans certaines limites, mais dont il ne faut pas abuser.

Vous discuterez avec l'enfant des émissions que vous lui permettez de regarder afin que vous soyez tous deux bien d'accord. Une fois le choix fait, ne changez plus vos positions. Lorsque vous voudrez le lui rappeler ne soyez pas catégorique, usez de votre imagination. Vous pouvez lui suggérer que c'est l'heure d'aller jouer dehors ou qu'il pourrait bien terminer son château fort. Si l'enfant fait la sourde oreille, aidez-le à surmonter sa déception passagère.

En un sens, c'est un peu la même chose que lorsque vous, vous lisez un bon livre. Vous déclarez : « Attends que je finisse mon chapitre », et avant de vous en être rendu compte vous avez déjà parcouru la moitié du chapitre suivant. Vous avez besoin qu'on vous rafraîchisse la mémoire pour vous arrêter.

Vous remarquerez que l'enfant reste rarement devant la télévision s'il y a quelque chose de mieux à faire. « Et si nous allions faire des gâteaux ? » ou « Allons nous promener » sont le genre de phrases qui seront toujours entendues, même pendant l'émission la plus bruyante.

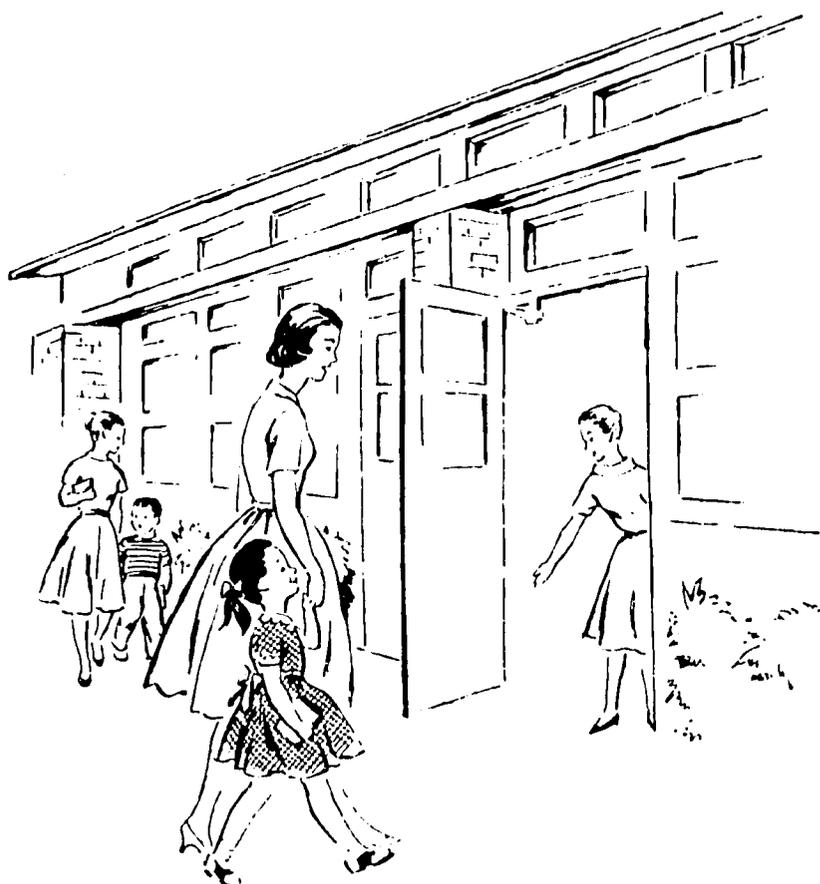
Cela vous indique quelles sont les mesures que vous pouvez adopter si votre enfant paraît enclin à passer tous ses loisirs devant le petit écran. Il se peut qu'il n'ait rien de mieux à faire. Il se peut qu'il lui paraisse impossible de se débrouiller dans la vie réelle et que la télévision soit une compensation. Un coup d'œil sur l'ensemble de la vie de l'enfant peut fournir des renseignements que vous ne trouverez pas en vous contentant de feuilleter les programmes de télévision.

PRÉPARER L'ENFANT A ALLER A L'ÉCOLE

Dans la plupart des cas c'est l'âge qui est choisi comme le critère le plus pratique et le plus équitable pour admettre les enfants à l'école. Certains enfants doivent attendre jusqu'à ce qu'ils aient six ans révolus. Aux Etats-Unis, il est prévu dans environ la moitié des écoles un jardin d'enfants pour les enfants de cinq ans.

De nombreux éducateurs critiquent cet usage de l'anniversaire pour déterminer si l'enfant est prêt ou non à fréquenter l'un de ces établissements. Ils soulignent les grandes différences qui existent entre les enfants, non seulement sur le plan physique mais aussi sur le plan de la maturité intellectuelle et de la sociabilité. Mais tant que d'autres critères n'auront pas été mis au point on se base en général sur le calendrier.

En fait, au cours de toutes ces années vous avez préparé votre jeune enfant à ce départ pour l'école. Vous l'avez préparé en lui assurant une



vie riche et joyeuse au sein d'une famille aimante. Vous l'avez également préparé en prévoyant un contrôle médical régulier, en lui faisant faire en outre tous les vaccins recommandés et en faisant surveiller sa vue, ses oreilles et sa dentition. De plus, au cours de ces années vous avez œuvré afin qu'il soit prêt lorsque vous :

Lui avez appris à s'habiller tout seul. A cinq ans, il peut tout faire sauf fermer des fermetures compliquées, boutonner des boutons placés dans le dos et lacer ses chaussures. Certaines petites filles sont cependant capables de le faire.

Lui avez appris à s'occuper de ses affaires, y compris de ses vêtements pour sortir. S'ils sont neufs, laissez-le les manier suffisamment afin qu'il soit capable de les reconnaître. Cela l'aidera certainement si vous mettez une marque dans tous les vêtements qu'il devra retirer à l'école.

Lui avez demandé de pouvoir se débrouiller sans vous, pour de petits moments. S'il n'a pas fréquenté l'école maternelle, habituez-le un peu en échangeant de temps en temps vos enfants avec une voisine. L'école du dimanche permet également à l'enfant d'avoir un premier contact agréable avec un membre du corps enseignant.

Lui avez donné des renseignements sur le monde qui nous entoure. Lorsque vous l'encouragez à poser des questions et y répondez vous lui donnez des bases pour l'étude à l'école. Vous avez accru ses dons d'observation en lui faisant remarquer les différences et les similitudes qui existent entre les animaux et les plantes, les voitures et les camions. Vous lui avez fait la lecture et vous avez discuté avec lui des livres et des programmes de télévision qu'il regarde. Vous avez voyagé — pas nécessairement plus loin que la banlieue de votre ville — mais vous avez parcouru celle-ci en tous sens.

Lui avez appris à écouter les instructions données et à les suivre. L'école œuvre, certes, à augmenter cette capacité mais cela aide énormément l'enfant s'il a déjà commencé avant de fréquenter l'école.

Lui avez appris à traverser la rue. Votre enfant doit savoir suivre les indications données par les signaux lumineux et les membres des patrouilles scolaires afin d'arriver sans encombre à l'école. Au cours des années, votre exemple est le meilleur enseignement qu'il ait pu recevoir sur ce point.

SOYEZ PRÊTS VOUS AUSSI

Ce n'est pas sans éprouver des sentiments mitigés que la plupart des parents confient leur enfant à une autre personne, à son premier professeur. Ils ressentent bien sûr un certain soulagement et de la fierté, mais ils ont tendance à éprouver des sentiments moins agréables, même s'il s'agit du deuxième ou du cinquième enfant de la famille. Ils peuvent craindre que la maîtresse ne découvre chez l'enfant des défauts qu'elle imputera à l'éducation qu'ils lui ont donnée. Lorsque la date de l'entrée à l'école approche ils se mettent à examiner l'enfant comme s'il s'agissait d'un étranger, d'un œil critique. Que va penser de lui la maîtresse ? Que va-t-elle penser d'eux ?

Ils peuvent également penser qu'aucune maîtresse ne sera capable de voir combien leur enfant est un être à part. Cette crainte sera peut-être fondée si elle doit s'occuper d'un trop grand nombre d'enfants. Les éducateurs estiment qu'au jardin d'enfants et dans les petites classes une classe ne devrait jamais compter plus de vingt ou vingt-cinq enfants, mais bien des écoles doivent accepter d'avoir des classes de quarante et même plus. Les parents qui déplorent le fait que leurs enfants soient perdus dans cette foule et vraisemblablement ignorés désireront sans doute faire partie d'une association de parents d'élèves afin de chercher à remédier à cette situation.

Même si l'école est parfaite il se peut que les parents se sentent un peu déprimés les premiers jours. Cela n'a rien à voir avec le fait que l'en-

fant se plaise ou se déplaise à l'école. Vous avez l'impression de l'avoir perdu. Il ne raconte presque rien de ses journées à l'école ou les indications qu'il vous donne sont tellement fragmentaires que vous n'avez qu'une faible idée de ce qui se passe. Et, de plus, cette idée peut être partielle.

Attendez-vous à ce que l'enfant soit déprimé lui-aussi. Depuis des mois il a rêvé de l'école ! Il se peut qu'il ait été effrayé de ce qui allait se passer si des enfants lui ont raconté des choses affreuses. Pendant les quatre ou cinq premières semaines presque tous les enfants présentent des signes de tension. Certains se remettent à mouiller leur lit, à se ronger les ongles, mangent à peine ou pas du tout au déjeuner et au petit déjeuner, ou sont irascibles et pleurent pour un rien. Si ces signes de tension n'ont pas disparu au bout de plusieurs semaines, prenez un rendez-vous avec la maîtresse afin d'en discuter avec elle.

Certains parents ont tant de mal à se séparer de leur enfant qu'ils rendent l'adaptation plus difficile. Une maman se sentira blessée si sa petite fille lui demande par inadvertance « Madame Pavis, est-ce que je peux... » Bien sûr, madame Pavis, au jardin d'enfants entendra aussi souvent « Maman, est-ce que je peux... ? » mais les mères n'en savent rien !

Vous prendrez, vous et l'enfant, un meilleur départ si vous allez tous deux visiter l'école un certain temps auparavant. Retournez plusieurs fois là-bas si c'est possible. Voyez avec la directrice à quel moment doivent se faire ces visites. Certaines écoles ont des jours de visite pour les futurs écoliers. L'enfant désirera savoir par quelle porte il rentrera, où il accrochera son manteau, quels sont les jouets dont on dispose, où sont les toilettes, et il aimera avoir une idée de sa maîtresse. Les mamans se sentiront plus à leur aise elles aussi si elles peuvent voir tous les détails de leurs propres yeux.

A longue échéance vous noterez que cela vaut la peine de collaborer étroitement avec l'école. Vous pouvez aider de bien des façons. Un papa ou une maman qui disposent de très peu de temps peuvent cependant contribuer à la tâche de l'école, non pas en aidant directement à l'école, mais en s'intéressant aux objectifs de l'école et aux méthodes pédagogiques employées. Une collaboration étroite entre les membres de l'enseignement et les parents qui comprennent les méthodes employées par l'école et ses problèmes aboutit à de meilleures écoles pour tous.

PROBLÈMES PARTICULIERS

Déménagements. — Séjour à l'hôpital. — Lorsque l'enfant est un handicapé.

Tous les enfants sont particuliers, d'une façon ou d'une autre, et tous, au cours de leur croissance, rencontrent des problèmes plus ou moins graves. La vie n'est pas toujours aussi simple, en dépit de nos efforts, et les ennuis qui menacent la famille sont inévitables. Les effets immédiats ou ultérieurs sur l'enfant varieront selon de nombreux facteurs, y compris son âge et son caractère. Être séparé de la mère, par exemple, a un effet différent selon que l'enfant a 1 ou 4 ans. Un enfant calme, facile ressentira les mêmes choses différemment qu'un enfant timide et sensible.

Cependant, c'est dans une large mesure votre attitude qui déterminera les répercussions de l'événement. Un planing judicieux pourra minimiser les effets indésirables d'une situation qui l'est déjà par elle-même. Lorsque des événements affligeants surviennent brusquement le problème sera plus supportable pour l'enfant si vous avez l'esprit plein de ressources.

Nous exposons ci-après certains des problèmes qui peuvent se poser à une famille :

DÉMÉNAGEMENTS

Chaque année, aux Etats-Unis, une famille sur cinq déménage. On s'installe parfois quelques pâtés de maisons plus loin, quelquefois à des centaines de kilomètres, laissant derrière soi le monde familial.

Pour le très jeune enfant un déménagement ne sera peut-être pas un événement aussi bouleversant que c'est parfois le cas pour des enfants plus vieux qui ont horreur de devoir dire adieu à des maîtres et à des camarades auxquels ils sont attachés. Tant que l'enfant reste à la maison les choses s'arrangent en général assez vite, en particulier lorsqu'il a retrouvé son petit lit, sa chaise et ses jouets familiers. C'est pourquoi cela vaut la peine de déménager des objets usés et en mauvais état, mais auquel il est attaché. Grâce à ces possessions l'enfant recrée le monde familial dans le cadre nouveau. Voir les objets qu'il chérit jetés à la poubelle est déjà dur en temps normal, mais c'est encore un spectacle plus bouleversant lorsque les grandes personnes sont affairées et préoccupées, voire bouleversées par le déménagement.

Déménager fait effectivement peur à certains enfants. Ils peuvent ne rien montrer au début mais être rétifs ou irascibles quelques semaines après. D'autres sont bouleversés dès le début, ont des cauchemars, mouillent leur lit, sont timides ou ne vous quittent pas d'un pas.

Ces signes sont particulièrement gênants à un moment où vous avez tant à faire pour vous installer. Vous avez hâte de sortir pour aller acheter de nouvelles tringles à rideau, du papier pour garnir les étagères et ces mille autres objets dont vous avez besoin pour la nouvelle maison. Vous serez néanmoins récompensée si vous vous efforcez de consacrer un maximum de temps à l'enfant transplanté et mécontent. En fin de compte vous économiserez du temps et des émotions. L'enfant dont on néglige les besoins pourra exiger de vous beaucoup plus de temps par la suite.

SÉJOURS A L'HOPITAL

Lorsque votre enfant va à l'hôpital vous êtes déjà inquiète du résultat de l'opération ou de ce que va donner sa maladie. Il ne faut donc pas s'étonner si lui aussi s'inquiète. En outre, vous ne savez pas exactement quels sont les règlements de l'hôpital. Vous ne désirez pas gêner les soins qui seront donnés à votre enfant. Vous ne savez pas très bien comment vous comporter. L'enfant sent cette inquiétude, mais ne sait pas qu'elle peut provenir de raisons qui n'ont rien à voir avec lui. A l'étrangeté de l'hôpital — à son odeur même — s'ajoutent les douleurs et les troubles qu'il peut avoir. Tout cela ne serait pas aussi dur si vous pouviez rester avec lui.

C'est pourquoi ce départ pour l'hôpital est un cas typique de séparation inévitable et beaucoup de ce qui suit s'applique aux cas où l'enfant est éloigné de chez lui ou lorsque ses parents le laissent.

Les bébés de quelques mois ne seront pas particulièrement bouleversés tant qu'ils recevront beaucoup de soins et ne seront pas trop longtemps partis. Du fait cependant que l'enfant est profondément attaché à sa mère il n'est pas facile de la remplacer. Le père comme la mère sont bien sûr importants, mais l'enfant a généralement acquis une intimité plus grande avec sa mère et, à tout moment pénible, se tourne plus passionnément vers elle.

Un enfant de moins de 3 ans ne peut être vraiment préparé à cet événement. Même si vous lui dites que vous devez le quitter il ne peut s'imaginer ce que sera la vie sans vous, jour après jour. Sur ce point, même un enfant plus âgé ne pressentira jamais combien il se sentira perdu lorsque le moment viendra.

Lorsqu'il s'agit d'un enfant de plus de 3 ans vous pouvez le préparer un peu à l'avance. Si vous passez en vous promenant près d'un hôpital, montrez-le lui, comme vous lui montrez tout centre d'intérêt, sans insister, et parlez-en sur le même ton si une de vos amies est à l'hôpital pour accoucher. Vous pouvez peut-être lui faire visiter l'hôpital où il est né.

Parlez de choses que l'on fait dans un hôpital. La plupart des enfants de 3 et 4 ans seront intéressés d'apprendre qu'un appareil de radiographie

permet de prendre des photographies des os qui sont dans notre corps, ou qu'il existe des lits équipés de poulies pour soulever un bras ou une jambe.

Il existe des livres d'images qui montrent comment est la vie à l'hôpital — comment manger couché, la drôle de chemise de nuit qu'on y porte, la gentille infirmière qui vous aidera, le masque que peut porter le médecin. Cependant la plupart de ces livres ne font pas allusion aux côtés déplaisants d'un séjour à l'hôpital et parlent surtout des choses agréables et de la glace qu'on pourra manger une fois que les amygdales sont retirées. L'enfant doit savoir qu'il aura mal et qu'il pourra parfois ne pas se sentir bien.

Si ce séjour à l'hôpital est prévu à l'avance, prévenez l'enfant quelques jours auparavant. La date à laquelle vous le faites n'est pas aussi importante que la façon dont vous le faites. Donnez-lui quelques informations à la fois et encouragez-le à vous poser des questions. Respectez la vérité tout en insistant pas trop sur les côtés déplaisants. Ne donnez pas trop de détails sur tout ce qu'on peut lui faire, injections ou lavements par exemple. Mais prévenez-le au sujet du bassin et de ce sommeil spécial à la suite duquel il se réveillera dans une autre pièce. Assurez-lui que vous saurez où il sera et que vous le trouverez lorsque vous viendrez lui rendre visite. Dites-lui que d'autres enfants seront là aussi et que certains pleureront parfois.

Faites ensemble sa valise. Assurez-vous que vous avez bien pris le jouet ou le mouchoir sans lequel il ne peut s'endormir. Montrez-lui que tout est prêt pour son retour ; ses chaussettes propres rangées dans le tiroir et le tricycle dans son coin habituel.

L'enfant doit savoir pourquoi il doit aller à l'hôpital et que tout ce qui sera « retiré » — les amygdales par exemple — le laisseront le même qu'avant. Sans cela il peut s'imaginer qu'il a été méchant et qu'il est puni. Il n'est pas rare d'entendre un enfant déclarer : « Je vais être sage maintenant, je veux aller à la maison. »

Plus vous pourrez passer de temps auprès de l'enfant, mieux cela vaudra, même si cela implique que les choses ne vont pas aussi bien à la maison. Il est permis dans certains hôpitaux que les mères y passent la nuit et on leur demande d'assurer la plupart des soins habituels donnés à l'enfant : le baigner, le faire manger, l'emmener aux toilettes, l'habiller. On reconnaît de plus en plus dans les hôpitaux le rôle important joué par la mère dans la santé de l'enfant et les heures de visite varient.

Le petit malade n'aura pas toujours l'air content de vous voir car il peut vouloir cacher, à vous comme à lui-même, combien vous lui manquez. Mais vos visites fréquentes lui assurent qu'il a toujours un papa et une maman. Lorsque vous venez, votre visite peut le délivrer d'inquiétudes qui, sans cela, resteraient trop longtemps en lui, entraînant un trouble durable. Laissez-le vous exprimer, par des paroles ou des actes, combien il est seul, ou mécontent, et n'attendez pas de lui qu'il vous rassure.

Lorsqu'il est l'heure de repartir, oubliez un objet auquel vous tenez, petite bourse, paire de gants. Il sera sûr ainsi de vous voir revenir. Dites-lui au revoir rapidement. Vous pouvez le faire selon les rites habituels :

« Je te ferai signe en arrivant à la porte et ton ours devra agiter sa main pour me dire au revoir. »

Lorsque le jour du retour à la maison arrive enfin, tout le monde s'attend à ce qu'il marque la fin des difficultés. Les jours à l'hôpital sont finis et tout est bien. Il en est cependant rarement ainsi car l'enfant se laissera peut-être complètement aller après avoir fait preuve de bravoure au cours de la séparation. Il peut devenir très difficile pendant des semaines et même des mois. Le meilleur « soldat » sera peut-être le pire. Cela dépend de la longueur de l'absence de l'enfant. Mais même après un séjour très bref à l'hôpital, les difficultés peuvent être hors de proportion avec tout ce que vous avez pu imaginer.

Il faut beaucoup de patience pour s'occuper d'un enfant qui réagit ainsi après un séjour à l'hôpital (ou après toute autre séparation pénible). Il est extrêmement important de lui donner ce qu'il indique qu'il a besoin — un reconfort aimant.

Ne taquinez plus l'enfant pour sa mauvaise conduite. Si vous agissez ainsi il sentira d'une autre façon qu'il compte pour vous. Il a l'impression que vous l'avez trahi et doit apprendre à nouveau qu'il peut vous faire confiance. Si l'enfant a des expériences répétées qui finissent par détruire sa confiance dans les personnes qui comptent pour lui il n'a plus d'assise pour croire en quoi que ce soit.



LORSQUE L'ENFANT A UN HANDICAP

De nombreux enfants ont un handicap, physique, mental ou émotionnel qui gêne une croissance et un développement normaux. Les problèmes sont très divers. Un enfant naît avec une fissure de la voûte palatine ou avec un bras en moins. Un autre aura besoin d'un corset orthopédique bien avant qu'il soit en âge de marcher. D'autres ont une intelligence inférieure à la moyenne. D'autres encore doivent faire face à plusieurs handicaps, d'ordre mental comme d'ordre physique.

Chacune de ces situations pose des exigences différentes, à l'enfant comme à vous, ses parents. Ce que vous ressentez à cet égard est peut-être hors de proportion avec la chose en soi. Un défaut léger peut vous désespérer autant qu'un grave handicap. Une légère différence peut paraître au début insurmontable.

Chaque problème exige un traitement adapté à l'enfant et à sa famille. La plupart de ces enfants ont besoin de soins spécialisés et une équipe de spécialistes est parfois nécessaire. Figurent au nombre de ceux-ci le pédiatre, le psychologue, l'assistante sociale, l'infirmière d'Etat, l'orthopédiste, parfois le psychiatre ou un autre médecin spécialiste. Selon le problème on peut faire appel à d'autres personnes : physiothérapeute, neurologue, spécialiste de l'élocution, audiologue, spécialiste en art dentaire et autres.

Il n'est pas possible d'examiner ici les différents handicaps. Nombre d'entre eux sont étudiés dans d'autres publications du Bureau de l'Enfance dont la liste est donnée en dernière page. Même si vous avez l'intention de les consulter, n'oubliez pas certains points qui s'appliquent à tous les handicaps.

NE PAS ATTENDRE

Dès que vous vous inquiétez de la façon dont se comporte l'enfant — de ce qu'il fait ou de ce qu'il ne fait pas — il est très important que vous cherchiez à avoir l'opinion de la personne la plus compétente en la matière. Vous pouvez essayer de reculer ces craintes qui vous rongent en déclarant : « Bah ! il dépassera ce stade, c'est l'affaire d'un certain temps. » Ce peut être vrai mais il y a des chances, si vous êtes inquiète, que le temps seul ne suffira pas.

Lorsque l'attention de l'enfant n'est soutenue que pour très peu de temps, ce peut être normal à son âge mais ce peut être également l'indication d'un trouble auditif. C'est à votre médecin de trancher la question. L'enfant qui n'est pas capable de s'entendre avec autrui, qui est tellement timide qu'il pleure rien qu'à l'idée d'être avec d'autres enfants et ne veut parler à personne a besoin d'être immédiatement aidé. S'il doit attendre le moment d'aller à l'école pour que la maîtresse le « fasse débiter » il partira avec un handicap encore plus grand.

Dans certains cas, s'attaquer très tôt au problème posé permet d'éviter qu'il ne s'aggrave comme il le ferait s'il était négligé au cours de ces

années de formation. Le traitement peut consister à équiper l'enfant de chaussures correctives ou d'un corset orthopédique, il peut impliquer aussi une longue série de discussions avec une assistante sociale, un psychiatre ou d'autres personnes formées à aider les individus à démêler leurs sentiments.

Si le problème est d'ordre physique le médecin peut vous diriger sur une clinique spécialisée dans le traitement des jeunes infirmes. Certains problèmes de comportement indiquant la frustration proviennent d'un désordre physique, c'est pourquoi vous ferez passer à l'enfant un examen médical complet. Le médecin vous conseillera peut-être de discuter avec une assistante sociale, de vous adresser à une agence pour l'adoption des enfants ou à une clinique pour enfants caractériels si le problème est d'ordre psychique.

Dans certains cas un traitement donné très tôt permettra d'éviter des réactions secondaires et les nouveaux problèmes que cela poserait, même si on ignore comment guérir l'état premier. Certaines choses se déroulent en chaîne, un maillon se rattache à l'autre. S'occuper très tôt d'un problème empêche la chaîne de s'allonger, de peser plus et d'être plus enchevêtrée.

Le handicap n'est pas tout. — Etre handicapé ou différent des autres est un coup très dur pour un enfant. Mais c'est encore plus pénible si ceux qui comptent pour lui s'occupent tellement de ce handicap qu'ils ne voient plus que cela. Certains parents ont le sentiment d'être responsables et cherchent à réparer en gâtant trop l'enfant.

Parfois des mots comme « aveugle », « retardé », « parents divorcés » ou « trouble émotionnel » prennent une telle importance que les parents oublient qu'il y a un enfant derrière eux. Ils oublient alors, qu'en tant qu'enfant il a besoin de toutes ces choses que nous savons bonnes pour les enfants. Il aura besoin de bons soins physiques, y compris les inoculations et les visites chez le dentiste. Il a besoin de s'amuser et d'avoir des amis. Il a besoin qu'on lui apprenne comment se conduire. Il a besoin d'être formé et de recevoir une éducation. Toutes les fois que cela est possible, donnez-lui la vie la plus normale qu'il peut vivre, avec ses expériences.

Auparavant la plupart des enfants handicapés étaient placés dans des institutions afin qu'ils y reçoivent des soins spéciaux. Du fait que les ressources sont plus grandes dans les collectivités beaucoup plus d'enfants peuvent rester au sein de leur famille, tout en recevant la thérapie et l'entraînement spéciaux dont ils ont besoin.

L'enfant qui a un handicap désire rarement et a rarement besoin d'être le centre d'intérêt. La vie entière de la famille ne peut graviter autour des différences qu'il présente. De temps en temps bien sûr, chacun des enfants peut avoir besoin qu'on s'occupe particulièrement de lui et tout le reste doit passer pour un certain temps à l'arrière-plan. Cependant les plans à longue échéance doivent tenir compte des besoins individuels de tous les membres de la famille, y compris des vôtres.

Si vous admettez dès le début le défaut, que ce soit devant les autres membres de la famille ou les étrangers, la vie sera plus simple pour

l'enfant comme pour vous. Il vaut mieux que les autres enfants de la famille sachent exactement à quoi s'en tenir. Cela leur retire des doutes ou la crainte que leurs parents ou eux-mêmes aient pu être responsables. S'ils comprennent, ils pourront mieux parler de cet handicap avec leurs amis.

Vous désirerez avoir une idée nette de ce qu'on peut attendre de l'enfant handicapé, dans la mesure où ce peut être déterminé. Cela vous fournira un critère pour juger si vous vous occupez bien de lui ou non. Si vous ignorez dans quelle mesure le handicap de l'enfant peut modifier sa croissance vous pouvez lutter pour arriver à l'impossible. Ou bien, vous pouvez sous-estimer ses capacités réelles.

Les parents qui doivent faire face à des problèmes particuliers ont trouvé un réconfort à se joindre à un groupement de parents ayant des problèmes similaires, outre l'aide qu'ils ont reçue sur le plan pratique. Il existe de nombreuses organisations sur le plan national et de nouveaux groupes se forment chaque jour. Le service de la Santé de votre localité ou de votre région peut vous indiquer les adresses de ces différents groupements auxquels vous pouvez écrire pour demander des renseignements ou des brochures relatives à ces questions.

GARDER L'ENFANT EN BONNE SANTE

Quels sont les facteurs qui déterminent sa taille? — Importance d'une bonne dentition. — Aliments pour les enfants. — Vous et le médecin qui s'occupe de votre enfant. — Prévention des maladies. — Mesures de sécurité.

Un enfant en bonne santé est plein d'activité, éveillé et s'intéresse à tout. Il a de bonnes couleurs, les yeux vifs, les cheveux brillants. Selon son âge il joue avec énergie, rampant, courant, grim pant, sautant. C'est un compagnon fatigant du fait de son insatiable désir d'activité. Il est en général assez bruyant, bavardant gaiement avec autrui et se parlant à lui-même, il chante, fait du bruit. Mais une fois arrivé le moment d'aller au lit, il dort profondément. Il n'a pas besoin d'encouragements pour manger. Ses dents sont nettes et en bonne condition. Il ne souffre d'aucune douleur. Au cours des mois son poids et sa taille s'accroissent régulièrement.

Les parents avaient l'habitude de croire qu'une grande taille était synonyme de santé. Ils se rapportaient aux tableaux de tailles et de poids moyens établis pour les enfants. Si leur enfant était au-dessus de la moyenne ils étaient satisfaits. Dans le cas contraire, ils s'inquiétaient et s'efforçaient de trouver le moyen de le faire manger plus afin qu'il devienne « grand et fort ». Les parents se rendent mieux compte aujourd'hui que ces comparaisons ne sont pas réellement utiles du fait que de nombreux facteurs déterminent la taille de l'enfant.

Les normes de taille et de poids sont maintenant indiquées sous forme de diagramme qui tient compte des variations normales. Un enfant de trois ans en parfaite santé peut mesurer 87 cm, un autre, exceptionnellement grand, jusqu'à 1,10 m. Quant au poids, il peut varier de 12 à 20 kilos. Les variations moyennes s'accroissent avec l'âge.

Même dans ce cas, les kilos et centimètres ne sont que de simples mesures de quantité. La description faite plus haut d'un enfant en bonne condition donne d'autres indications plus déterminantes d'une bonne santé. La proportion de graisse par rapport aux os et aux muscles, la capacité de résistance des tissus aux maladies, sont également importants pour déterminer si l'enfant est en bonne condition.

QUELS SONT LES FACTEURS QUI DÉTERMINENT LA TAILLE ?

Les enfants ont tendance à avoir la même configuration physique et la même stature que leurs ancêtres : élancés, ramassés, grands ou petits. Les caractères dont ils héritent proviennent évidemment de deux familles, si bien que le résultat est déjà imprévisible. D'une génération à l'autre la taille des enfants s'accroît quelque peu. Leur croissance est influencée, comme l'a été celle de leurs parents, par le régime alimentaire, le climat, la santé ou la maladie, et une atmosphère ambiante de compréhension ou de tension. Du fait que certaines conditions défavorables ont été écartées au cours des ans, les jeunes corps sont plus susceptibles de réaliser sans entrave leur potentiel de croissance maximum.

Il y a des enfants qui grandissent vite et d'autres qui grandissent lentement. A certaines exceptions près, un enfant aura tendance à garder le même rythme de croissance. Le tout petit qui est plus grand et plus lourd que la moyenne à un an ou deux ans, aura tendance à garder cette avance tout au cours de son enfance.

Bien que chaque individu possède son rythme propre de croissance, tous les enfants se développent suivant les mêmes grandes lignes. Les bébés grandissent très rapidement au cours de la première année mais cette croissance se ralentit au cours de la seconde. A deux ans, la taille de l'enfant est à peu près la moitié de la taille qu'il aura adulte, bien qu'il ne pèse que le cinquième de son poids adulte. S'il continuait à grandir au même rythme que pendant sa première année, il atteindrait 800 mètres. L'augmentation totale en poids et en taille au cours des trois années qui suivent sera moins importante que le gain acquis au cours de la première année. Les enfants au-dessous de six ans grandissent d'environ 7,5 cm et prennent de 1,8 kg à 2,2 kg par an.

Au cours des premières années, les garçons ont tendance à être un peu plus grands et un peu plus lourds que les filles. Mais celles-ci, dès la naissance, possèdent un pourcentage plus important de leur taille et de leur poids futurs. Leur structure osseuse, bien que plus légère, est également plus avancée. Au départ, un bébé de sexe féminin a une avance d'environ un mois. A six ans son développement physique peut présenter une avance d'un an par rapport à celui d'un petit garçon du même âge. A douze ans, elle peut avoir deux ans d'avance. Cela donne aux petites filles un avantage pour apprendre comment s'habiller seules, comment écrire, et faire d'autres choses qui dépendent du contrôle des muscles.

IMPORTANCE D'UNE BONNE DENTITION

L'enfant a deux dentitions différentes. Alors que les premières dents, ou dents de « lait » sont les seules visibles au cours des cinq premières années, les dents permanentes commencent à se former dans la mâchoire dès la naissance et sont presque terminées lorsque l'enfant est en âge d'aller à l'école. La nourriture prise par l'enfant au cours de ces cinq

années sera le matériau de base pour les dents permanentes. Il n'y a donc rien d'étonnant à ce que le dentiste insiste sur un régime alimentaire comprenant assez de minéraux et de vitamines lorsqu'il s'agit de jeunes enfants.

Les frères et les sœurs ont tendance à être semblables en ce qui concerne la dentition. La plupart des enfants percent leur première dent à huit mois. Ils auront de deux à dix dents à un an, la moyenne est de quatre à six. Si un enfant de un an n'a pas encore de dent il faut le faire examiner par le médecin.

Les dents continuent à percer généralement par deux à la fois jusqu'à ce que l'enfant ait deux ans et demi à trois ans, âge auquel l'enfant a toutes ses dents de lait (20) et où il peut avoir un régime alimentaire identique à celui des adultes. Lorsqu'une dent perce, l'enfant peut être de mauvaise humeur ou agité et avoir peu d'appétit pendant quelques jours. Mais le fait de percer des dents ne suffit pas à lui seul à expliquer une maladie. Du fait que ce processus est fort long c'est une solution facile de mettre sur le compte des dents tous les malaises de l'enfant, mais il est plus sûr d'éliminer tout d'abord toutes les autres causes.



Les quatre dents permanentes qui percent les premières sont les molaires de « six ans », qui apparaissent entre le cinquième et le septième anniversaire. Elles apparaissent derrière les dernières dents de lait, des deux côtés, à la mâchoire supérieure et à la mâchoire inférieure, et on les

prend quelquefois pour des dents temporaires. Il faut prendre très soin de ces molaires de six ans car elles doivent durer la vie entière.

Toutes les dents de l'enfant sont importantes. Elles lui permettent de bien mastiquer ses aliments et aident à la digestion. La présence des dents de lait aide à développer des rapports intermaxillaires normaux. Le type masticatoire de l'enfant ou l'occlusion des dents est largement déterminé par l'hérédité mais peut être modifié par la perte prématurée de dents de lait. Il est donc nécessaire que les premières dents soient examinées régulièrement par un dentiste et vérifiées entre-temps si une carie apparaît ou si une dent est ébréchée ou cassée à la suite d'une chute. L'enfant peut commencer à laver ses dents avant d'avoir trois ans. Il faudra cependant le lui rappeler et le surveiller pendant de nombreuses années.

Afin d'être certains que leurs enfants bénéficieront toute leur vie durant de dents saines et d'une bonne implantation tous les parents désireront que leurs enfants aient un régime alimentaire comprenant beaucoup de lait, de légumes et de fruits, et peu de sucre et de bonbons. Trop de nourritures et de boissons sucrées font que l'enfant néglige d'autres aliments plus essentiels. Il est nécessaire que les enfants soient examinés régulièrement par le dentiste, et ce, dès l'âge de deux ou trois ans. Si on débute tôt, l'enfant se fera un ami du dentiste lors des examens et des nettoyages, les caries seront découvertes au départ et facilement soignées. Si la première visite chez le dentiste se fait à un âge plus avancé, ce premier contact avec le dentiste a des chances d'être moins agréable.

Une alimentation en eau potable qui contient de la fluorine a l'avantage d'aider à éviter les caries. De nombreuses communes ont voté l'addition de fluorine dans l'eau de ville si celle-ci n'en contient pas suffisamment par elle-même. Il est certain qu'un taux suffisant de fluorine dans l'eau potable ne présente aucun danger et peut réduire des deux tiers le nombre des caries des concitoyens non adultes. Si l'eau de ville que vous recevez ne contient pas suffisamment de fluorine, le dentiste désirera peut-être appliquer régulièrement une solution de fluorine sur les dents de votre enfant.

ALIMENTS POUR LES ENFANTS

Les petits enfants ont besoin d'aliments qui les aideront à grandir, qui donnent des muscles, des os, du sang et des dents saines. Ils ont besoin d'un régime qui leur permette d'être la plupart du temps en bonne santé et de guérir des rhumes et autres maladies. Les enfants dépensent d'énormes quantités d'énergie en courant, grim pant et traînant leurs jouets. Une bonne nourriture pour les enfants signifie des aliments qui leur apportent en abondance des éléments pour leur croissance, des éléments régulateurs et énergétiques.

Un enfant recevra les substances qui ont ces fonctions s'il mange régulièrement des aliments figurant dans chacun des groupes donnés dans le tableau ci-après. Tous ces aliments peuvent être achetés dans un maga-

sin d'alimentation, bien qu'il soit généralement nécessaire de compléter avec des vitamines D le régime des enfants qui ne prennent pas un litre de lait par jour.

La vitamine D est la vitamine fournie par le soleil, qui ne se trouve pas en quantité suffisante dans la nourriture et que le soleil aide l'organisme à fabriquer. La plupart des enfants, aux Etats-Unis, ne reçoivent pas suffisamment de soleil, du fait du temps, des vêtements qu'ils portent, et du nombre d'heures passées à l'intérieur. C'est pourquoi le médecin prescrit 400 unités de vitamines D par jour, toute l'année, été comme hiver, au cours de ces années pré-scolaires.

Ce supplément sera administré sous forme de gouttes, de capsules, de comprimés ou de lait auquel on a ajouté de la vitamine D. Si votre enfant ne boit pas un litre de lait par jour il est prudent de lui donner en plus des vitamines D, afin qu'il en prenne 400 unités par jour. Une quantité excessive de vitamines D est dangereuse. Ne pas lui en donner plus que le docteur ne le prescrit.

ALIMENTS NÉCESSAIRES AUX BESOINS DES ENFANTS ET DE LEUR FAMILLE

GENRE D'ALIMENTS	CONSOMMATION PAR JOUR
PRODUITS LAITIERS	
Lait	3 à 4 tasses (il y a des moments où l'enfant en boit moins).
Fromage et glaces } Fromage blanc } Aliments crémeux }	de temps à autre, en plus du lait.
LEGUMES, FRUITS	
Sources de vitamine C	une ou plusieurs fois.
Pamplemousse, orange, tomate (fruit entier au jus); chou cru, poivron doux vert ou rouge, brocoli, fraises fraîches, goyave, mangue, papaye.	
Sources de vitamine A	une ou plusieurs fois.
Vous pouvez les reconnaître à leur couleur vert foncé et jaune soutenu : abricots, brocoli, cantaloup, carottes, légumes verts, courges, patates douces, potiron.	
Autres, y compris les pommes de terre ..	une ou plusieurs fois.
VIANDE, etc.	
Viande, volaille, poisson	une ou plusieurs fois.
Haricots secs, pois, beurre de cacahuètes ..	parfois à la place de viande.
Œufs	un par jour.

CEREALES ET PAIN

Pain et céréales à base de grains entiers, enrichis ou restaurés quatre fois par jour ou plus.
 Gruau d'avoine, macaroni, spaghetti, riz.

AUTRES ALIMENTS

Beurre ou margarine enrichie (contiennent de la vitamine A) et autres graisses .. un peu chaque jour.
 Vitamine D sous une forme quelconque .. 400 unités par jour.
 Sucre et bonbons parfois, en petite quantité.

Composition des repas. — Les mères ont toujours souhaité que leurs enfants mangent beaucoup et seront vraisemblablement toujours inquiètes s'ils ne le font pas. C'est un réflexe bien naturel. Lorsque vous étudiez les aliments importants figurant au tableau précédent, vous pensez sûrement qu'il est très difficile de les utiliser tous. Si on les répartit dans les différents repas de la journée, la tâche est moins difficile. En choisissant différentes viandes, différents légumes, fruits et céréales vous pouvez à la fois assurer de la variété, équilibrer vos finances, et vous tiendrez compte des goûts des membres de la famille. Les menus types donnés ci-après et convenant à l'enfant montrent combien vous avez peu à modifier — si même cela est nécessaire — les menus prévus pour le reste de la famille.

PETIT DÉJEUNER	DÉJEUNER	DINER
Fruit ou jus de fruit. Céréales et lait. Toast. Beurre ou margarine. Lait.	Plat de résistance : surtout viande, œufs, poisson, volaille, haricots ou pois secs, fromage, beurre de cacahuètes. Légume ou salade. Pain. Beurre ou margarine. Dessert ou fruit. Lait.	Viande, volaille ou poisson. Légume. Crudités ou salade. Pain. Beurre ou margarine. Fruit ou entremet. Lait.

Collations. — Du fait que souvent un petit enfant ne peut pas manger de grandes quantités à la fois, vous pouvez prévoir une ou plusieurs collations au cours de la journée. Celles-ci lui redonnent de l'énergie au moment où il en a besoin — au milieu de la matinée, au milieu de l'après-midi, ou avant d'aller au lit. A ces moments-là, donnez-lui des aliments qui entrent dans son régime journalier, des aliments qui contribueront réellement à le nourrir. Grignoter çà et là quelques biscuits, gâteaux secs, du pain ou des chips et des aliments de ce genre, accompa-

gnés de boissons sucrées pour les faire passer, enlève tout appétit pour les repas bien équilibrés. Ces petits grignotages créent également dans la bouche des conditions favorables au développement de caries.

De saines collations peuvent être établies en se basant sur l'un ou sur les deux groupes suivants :

Céréales sèches, avec du lait ou nature.	Jus de fruit. Lait.
Biscuits ou galettes simples.	Boisson à base de lait et de jus de fruit.
Légumes crus.	
Fruits en boîtes, frais ou séchés.	
Toast, nature ou avec de la cannelle.	
Morceau de fromage.	
Sorbet aux fruits ou glace.	

Si un enfant a un petit appétit, donnez-lui, lors de ces collations, des fruits ou des jus de fruits, du lait écrémé plutôt que du lait entier, ou du lait plutôt que des glaces. Du fait qu'ils contiennent moins de graisse, ils sont susceptibles de moins couper l'appétit de l'enfant pour le repas suivant.

Autres aspects. — Il faut également considérer d'autres facteurs que la valeur nutritive. Les enfants aiment les aliments faciles à manger. Lorsqu'ils apprennent à manger seuls ils se fatiguent facilement et deviennent plus maladroits si la nourriture est difficile à saisir, même lorsqu'ils sont pleins de bonne volonté. Ils sont enclins à renoncer à l'effort. On peut donner le potage dans une tasse, ce qui permet à l'enfant de le boire. Beaucoup d'aliments peuvent être mangés avec les doigts. Même un adulte prend plaisir à manger avec ses doigts et à ronger une cuisse de poulet. On peut donner aux enfants, pour qu'ils les mangent avec les doigts, de la viande, des légumes et des fruits.

La variété dans la consistance plaît aux enfants. Les aliments peuvent être mous, élastiques ou croustillants, et lors d'un même repas ils devront être différents. La purée de pommes de terre, le potiron écrasé et de la viande hachée ont tous la même consistance, mais si vous remplacez le potiron par des haricots verts, l'assiette présente plus d'intérêt. Les enfants préfèrent les viandes et les légumes juteux aux aliments secs, durs et gluants. Un morceau de foie cuit à la cocotte, par exemple, sera préféré à une tranche de foie poêlée.

Les couleurs flattent les jeunes mangeurs. Ils aiment les puddings colorés et les légumes aux vives couleurs, ou découvrir dans leur assiette un peu de persil ou de laitue.

La plupart des enfants n'aiment pas les températures extrêmes et ils aiment, comme le petit ours du conte, que leur nourriture soit « juste à point ». Le lait et les autres boissons plaisent généralement mieux à l'enfant s'ils sont servis à température ambiante plutôt que glacés. En général, un enfant accepte que sa nourriture soit tiède.

Les légumes cuits et à goût prononcé ne sont pas très aimés. Les enfants acceptent mieux le chou, les brocolis ou le chou rouge lorsqu'ils sont servis crus ou accompagnés d'aliments sans beaucoup de saveur.

La plupart des enfants n'aiment pas les mélanges d'aliments. Ils sont méfiants quant à la prochaine bouchée prise dans cette mixture. Une assiette compartimentée fait bien l'affaire dans le cas d'enfants très difficiles.

En tant que peuple, nous avons tendance, nous autres Américains, à donner une grande importance aux desserts. Il ne faut donc pas s'étonner si les enfants considèrent le dessert comme une récompense lorsque les adultes ont la même façon de penser. Si les repas peuvent être établis de façon à ce que le dessert constitue une partie valable du repas — salade d'oranges ou crème, par exemple — il peut être mangé lorsque l'enfant le désire, au début du repas ou plus tard. Cependant, dans tous les pays, ces desserts sont en général servis à la fin du repas. Ce n'est donc pas trop exiger de l'enfant que de l'obliger à adopter lui aussi cette coutume.

Le confort ajoute au plaisir du repas. Les pieds de l'enfant doivent reposer sur un support ou sur le sol. La chaise devra être à bonne hauteur par rapport à la surface sur laquelle sont posés les ustensiles. Des tasses ou des verres de petite taille ne se renversent pas aussi facilement et, lorsque cela arrive, le malheur n'est pas aussi grand. Les assiettes et les tasses en plastique peuvent être attrayantes et donnent toute tranquillité d'esprit à la mère comme à l'enfant. Prévoyez un revêtement de sol lavable (carré de linoléum ou journaux) et des murs lavables pour le débutant.

Lorsqu'un enfant est trop fatigué pour manger, l'aide d'un enfant plus âgé ou d'un adulte peut lui permettre de venir à bout du repas. Évitez une trop grande fatigue et prévoyez pour cela un court moment de repos avant chaque repas. Laissez l'enfant s'allonger, jouer calmement ou parcourir un livre d'images. Le mot « à table » est le bienvenu lorsque l'enfant en a assez de se reposer.

Au cours du repas, on peut souvent permettre à l'enfant de se lever pour un moment de détente. Il peut porter son assiette vide à la cuisine et revenir au moment des fruits ou du dessert. Il faut certes, empêcher l'enfant de jouer au moment des repas, mais avec un peu d'ingéniosité une mère peut trouver le moyen de laisser l'enfant s'ébattre un petit peu. Lorsqu'il a terminé son repas, autorisez-le à sortir de table, car il trouve que c'est un vrai supplice que de rester assis alors que les autres s'attardent à bavarder.

La quantité donnée varie. — Donnez à votre enfant des portions raisonnables. Évaluez les quantités en raison de ce que vous êtes sûre qu'il mangera et non pas sur ce que vous voudriez qu'il mange. Si vous le faites manger, mettez à chaque fois de petites quantités dans la cuillère. Une petite cuillère d'un mets nouveau suffit pour commencer, pour goûter. S'il aime le plat, vous pouvez lui en donner plus. S'il ne l'aime pas, il l'acceptera peut-être la fois suivante. Si vous lui donnez des portions raisonnables il y a de grandes chances pour qu'il mange tout. Les enfants finissent souvent leur assiette puis sont distraits par une autre chose et ne

voudront pas s'occuper de la nouvelle portion que vous espériez qu'ils allaient demander.

Comme nous tous, les enfants n'ont pas toujours le même appétit et leurs préférences changent. Ils ont des lubies et demandent toujours le même plat et puis, tout d'un coup, ils refusent tous leurs mets favoris. Il est compréhensible qu'une maman soit contrariée lorsque l'enfant refuse de manger ce qu'elle a préparé spécialement pour lui, comptant lui faire plaisir. Si elle sait que les goûts varient de temps à autres elle acceptera ces caprices avec plus de calme.

Les enfants ont parfois des « lubies » en matière de nourriture. Si un enfant veut pendant quelque temps avoir deux à trois œufs par repas, il convient de les lui donner. Il se calmera et mangera à nouveau des repas normaux. C'est l'ensemble, de semaines en semaines et de mois en mois qui est la chose importante qu'il faut garder présente à l'esprit.

Aliments qui ne conviennent pas. — En général, les aliments qui sont sains pour les adultes conviennent également aux enfants. Si les goûts de la famille sont trop portés sur les plats très relevés, les pâtisseries riches, et beaucoup de friandises, il faudra composer des menus spéciaux pour les enfants. Même lorsqu'une famille mange raisonnablement, les enfants découvriront vite les boissons sucrées, les sucreries, et autres éléments qui n'ont que peu de valeur nutritive. Vous avez tout à fait raison de mentionner les aliments que vous ne considérez pas comme sains pour votre enfant sur une liste défendue. Certaines hésitent, de peur d'être considérées comme vieux jeu ou tâtilloises, ou s'imaginent à tort qu'elles privent leur enfant. Votre enfant n'a aucun moyen d'apprendre ce qui est bon pour lui à moins que vous ne l'aidiez à faire ce choix. Ses goûts seuls le guident. En fait, les enfants sentent que leurs parents les aiment, autant par ce qu'ils ont le droit de faire que par ce qu'ils n'ont pas le droit de faire. On peut entendre dire avec fierté : « Maman ne me laisserait pas avoir ça. »

Certains aliments provoquent des ennuis. Aucune sorte de noix n'est bonne pour les enfants au-dessous de deux ans. Si l'enfant s'engoue, des fragments durs peuvent facilement être entraînés dans les poumons. L'enveloppe des grains de maïs présente le même danger. Les grains de maïs en épis peuvent être tranchés avec un couteau bien affûté. Lorsque l'enfant mordra, la pulpe molle du grain jaillira, laissant l'enveloppe extérieure. On ne doit pas donner de popcorns aux enfants de moins de deux ans.

L'appétit varie. — Même en tenant compte des différentes quantités, maximales ou minimales, mangées par l'enfant d'un jour à l'autre et des différences que présentent plusieurs enfants, vous pouvez cependant continuer à penser que votre enfant est un cas parce qu'il mange très peu ou est très difficile sur ce qu'il mange. Avant de le cajoler et de l'amadouer, de le forcer ou de le punir, prenez un temps d'arrêt afin de faire le point de la situation.

Tout d'abord, puisque vous êtes inquiète en partie à cause de la santé de l'enfant, voyez avec son médecin. Celui-ci peut découvrir que vous n'avez pas tenu compte de tout ce que mange votre petit ou que vous avez une idée fautive de la quantité de nourriture qui lui est nécessaire.

C'est souvent le cas lorsque l'enfant a environ un an et demi, car sa croissance se ralentit et il a besoin de moins d'aliments qu'auparavant. Le médecin saura s'il existe des raisons de s'inquiéter. C'est lui qui est apte à prescrire un médicament ou une préparation pharmaceutique.

Puis, vous devez admettre que vous êtes en partie contrariée parce que vous pensez que vous — et la nourriture que vous préparez — avez été repoussées. Vous êtes un peu en colère après votre mangeur récalcitrant. Vous ne pouvez rien faire contre vos sentiments, mais il est judicieux de les maîtriser. Il vous sera facile de vous occuper de l'enfant si vous êtes capable d'admettre qu'une partie seulement de votre contrariété est due à des inquiétudes relevant de sa santé.

Il est presque impossible d'avoir réellement l'esprit libre et d'être indifférente en ce qui concerne ce que mangent ou ne mangent pas vos chers petits. Un enfant se rend très rapidement compte que ce qu'il consomme a une importance énorme pour sa mère. Il y a des époques — vers deux, puis vers quatre ans à nouveau — où l'enfant désire être indépendant. Il a tendance à être indépendant en ce qui concerne ce qu'il mange — comment et où — aussi bien que sur le point de venir quand on l'appelle ou d'aller se coucher au moment voulu. Etant donné que c'est là une étape normale où il essaie de « voler de ses propres ailes », tâchez de le suivre, dans les limites raisonnables, et évitez les heurts de front qui préparent le terrain pour des batailles durables sur la nourriture.

Quelles sont les « limites raisonnables » ? Selon les familles, il existe de grandes différences quant à leur indulgence en matière de repas. Cependant, il ne devrait être permis à aucun membre de la famille de gâcher le repas des autres. Il sera peut-être préférable qu'un enfant traversant une crise de rébellion mange tout seul, avant les autres. Sa mère peut le surveiller du coin de l'œil mais il n'y aura pas de public pour voir sa méchanceté ou sa musarderie. L'efficacité d'une attitude intéressée, mais sans plus, vis-à-vis de la façon dont mange l'enfant peut être souvent constatée dans les jardins d'enfants ou dans les crèches. Le « mangeur-faiseur-d'histoires » disparaît dans l'atmosphère détendue où chacun mange.

Les enfants qui mangent seuls, malgré leur saleté initiale, gardent souvent une ardeur à manger que perdent ceux que l'on a fait trop longtemps manger. Un enfant peut refuser la nourriture s'il se sent seul ou délaissé ou pour se venger des autres. Il éprouve de la satisfaction à découvrir ce moyen de s'attirer un excès d'attention — maman supplie, papa fait de l'acrobatie, et sa tante lui passe ses disques favoris. A l'autre extrême nous trouvons l'enfant qui mange tout le temps. Lui aussi peut substituer la nourriture à l'affection. Il est préférable de s'intéresser à l'enfant lui-même tout au long de la journée et de ne pas s'attacher seulement à ce qu'il mange.

L'enfant qui a peu d'appétit sera peut-être amené à manger et à boire plus si on lui permet de se servir lui-même, de verser lui-même son lait contenu dans une petite théière ou une petite cruche. Si son verre est trop grand il doit verser moins fréquemment et est découragé par la quantité à boire.

Il est préférable de faire coïncider la petite fête organisée pour un

anniversaire avec l'heure d'un repas habituel. Sinon, les rafraîchissements servis enlèveront inévitablement tout appétit pour le repas suivant. Partager son déjeuner ou un dîner avancé de quelques heures avec deux ou trois amis fait attendre avec impatience cet événement dont on se souviendra longtemps.

Les mets servis lors de ces fêtes n'ont pas besoin d'être compliqués. Les enfants aiment les aliments qui leur sont familiers et faciles à manger.

VOUS ET LE MÉDECIN QUI S'OCCUPE DE VOTRE ENFANT

Les parents modernes croient qu'il est préférable d'emmener l'enfant chez le médecin afin de le maintenir en bonne santé, plutôt que d'attendre qu'il soit malade pour le faire venir. Ils choisissent un médecin avant ou aussitôt après la naissance de l'enfant. Grâce à des examens réguliers, le médecin peut suivre la croissance de l'enfant, conseiller les parents au sujet des soins à lui apporter et de ses besoins, et s'assurer qu'il est protégé contre certaines maladies grâce à l'inoculation ou à la vaccination (cf. 3^e page de couverture.) Lorsque vous emmenez votre enfant régulièrement chez le praticien vous êtes sûre que les défauts ou les conditions inhabituelles sont dépistés au départ, et vous pouvez commencer le traitement adéquat avant que la chose n'empire. Ces années pré-scolaires sont les meilleures pour dépister des problèmes de la vue, de l'ouïe, de l'élocution ou de nature orthopédique par exemple.

Ce médecin peut être un pédiatre — c'est-à-dire une spécialiste pour enfants — ou le médecin de famille (en général médecin de médecine générale). Vous pouvez également emmener l'enfant dans une clinique pour enfants bien portants afin qu'il soit sous surveillance médicale jusqu'à ce qu'il atteigne l'âge scolaire.

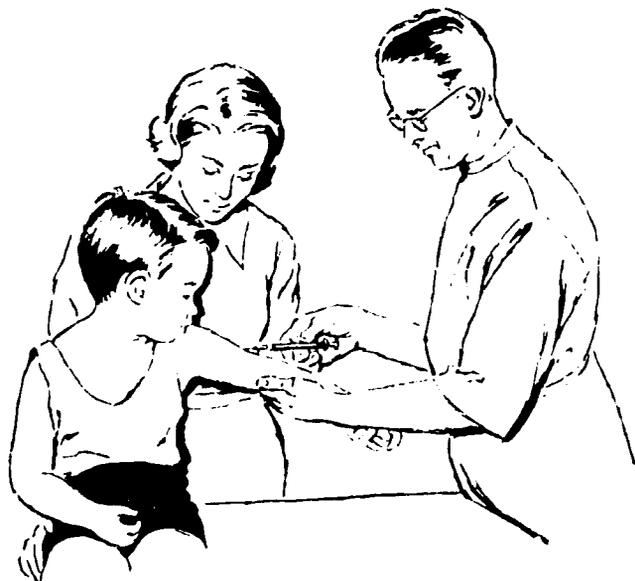
Le médecin désirera examiner l'enfant au moins deux fois par an jusqu'à ce qu'il ait six ans. Ces visites se font en plus de celles relatives aux immunisations.

Les enfants n'aiment pas être examinés entre l'âge de un à six ans. Vers un an, l'enfant peut être très méfiant à l'égard des étrangers et refuser de se laisser examiner les oreilles, les yeux et la bouche. Cette méfiance disparaîtra en partie lorsque l'enfant aura deux ans et demi, trois ans, en particulier s'il sait que sa mère restera auprès de lui. Vers quatre ou cinq ans, l'enfant peut de nouveau être effrayé lors des piqûres de rappel, bien qu'il soit plus grand.

La meilleure aide que peuvent apporter les parents à l'enfant consiste à être calmes et énergiques au sujet de tout ce que fait le médecin. Lorsqu'il a trois ans, l'enfant se comporte mieux s'il sait à l'avance ce que le docteur va faire. Il peut cependant y avoir des pleurs. Ne vous moquez jamais des peurs de l'enfant et ne le traitez pas de « poule mouillée. »

PRÉVENTION DES MALADIES

En donnant à l'enfant de bons soins journaliers vous contribuez de beaucoup à la prévention des maladies. Celle-ci ne repose pas sur des mesures énergiques de temps à autre. Donner à l'enfant un foyer propre et joyeux, une alimentation saine, beaucoup de repos et de sommeil, des jeux en plein air et des vêtements appropriés, c'est travailler à sa santé. Vous y contribuez encore lorsque vous lui faites subir régulièrement des examens médicaux et lorsque vous veillez à ce que l'enfant soit immunisé contre certaines maladies.



Chaque enfant devrait être immunisé contre cinq maladies qui, dans le passé, ont entraîné de nombreux décès. Il s'agit des maladies suivantes : diphtérie, coqueluche, tétanos, poliomyélite (paralysie infantile) et variole.

De nos jours, heureusement, il n'est plus besoin que de quelques injections séparées. Le médecin peut faire une injection qui contient des éléments qui immunisent contre les trois premières maladies indiquées¹. Connue sous le nom de vaccin D.C.T. (vaccin triple) il est appelé d'après les initiales des maladies considérées (Diphtérie, Coqueluche, Tétanos). En outre, votre enfant doit être vacciné contre la poliomyélite et contre la variole. Vous avez vraisemblablement déjà fait faire tous ces vaccins

1. (N. du T.) Il existe aux Etats-Unis un vaccin « quadruple » c'est-à-dire D.C.T. + polio ; dans les autres pays le vaccin contre la poliomyélite fait l'objet d'injections séparées ou est pris par voie buccale.

puisqu'il est recommandé de les faire faire avant que l'enfant ait un an, mais il vous faudra les faire refaire au bout d'un certain temps.

Notez les piqûres données et les dates auxquelles elles ont été faites. Vous aurez besoin de ces renseignements si vous changez de médecin, si vous emménagez dans une autre ville et lorsque l'enfant entrera à l'école ou fera un camp. Votre praticien vous fournira peut-être une fiche sur laquelle vous noterez ces renseignements, vous pouvez également les noter sur le tableau qui figure à la troisième page de couverture de cette brochure. Mettez-le soigneusement de côté, avec votre livret de famille par exemple.

La réaction au vaccin triple et au vaccin antipoliomyélitique est en général faible — éventuellement un peu de fièvre, de l'agitation, ou un point sensible à l'endroit de l'injection. C'est là bien peu de chose en comparaison des maladies considérées. Les injections ne provoquent ni rhumes de cerveau ni toux. Des symptômes de ce genre résultent d'une infection et n'ont rien à voir avec le vaccin.

Lorsque l'enfant est vacciné contre la variole la réaction se produit une semaine environ après, quand le vaccin commence à « prendre ». Laissez la pustule qui se forme à l'air, ou recouvrez-la d'un peu de gaze si cela est nécessaire pour empêcher l'enfant de se gratter. Arrêtez les bains et les douches depuis le moment où la pustule se forme jusqu'à celui où la croûte qui la recouvrait tombe. Contentez-vous de laver l'enfant avec un gant de toilette.

Ce n'est qu'au bout d'un certain temps que les piqûres ont été faites que l'immunisation se développe dans le corps. Si votre enfant est exposé à l'une des maladies visées et s'il n'a pas encore été vacciné il est trop tard pour le faire. Demandez à votre médecin ou aux services de santé de votre région ce que vous devez faire si vous êtes certaine que votre enfant a été exposé à la contagion.

AUTRES MESURES PRÉVENTIVES

Il existe d'autres éléments qui ont un rôle pour protéger la santé de votre enfant dans certaines circonstances.

Tests pour dépister la tuberculose. — La tuberculose se propage d'une personne à l'autre et les petits enfants ont encore moins de résistance à cette maladie que les enfants plus grands ou les adultes. Dépister cette maladie à ses débuts assure les meilleurs chances de guérison. Beaucoup de médecins ont pour habitude de comprendre ces tests dans leurs examens réguliers des enfants et ce, jusqu'à ce que l'enfant ait dix-huit ans. Si vous avez des raisons de penser que votre enfant a pu être en contact avec la tuberculose faites-lui subir immédiatement un test.

Ce test consiste à injecter un faible volume d'un liquide sous la peau du bras. Si, à l'endroit de la piqûre sous-cutanée, la peau se durcit deux ou trois jours après, cela indique que l'enfant, à un moment donné de son existence, a été en contact avec des bacilles de Koch. On procèdera alors

à d'autres tests afin de déterminer si la maladie est active ou si elle est déjà guérie.

La tuberculose est beaucoup moins courante de nos jours mais elle n'a pas pour autant disparu. Lorsque vous engagez une nouvelle bonne, une femme de ménage, ou une personne qui sera fréquemment en contact avec votre famille, demandez-lui de prouver qu'elle (qu'il) n'a pas cette maladie. Ne laissez pas les enfants s'approcher d'une personne qui a une toux dont on ignore l'origine ou d'une personne qui, on le sait, a la tuberculose. Le lait cru ou des aliments à base de lait cru peuvent également être porteurs de germes. Chez les enfants la maladie ne se localise pas seulement dans les poumons, elle peut attaquer la peau, les glandes ou les ganglions, les articulations ou les os, ou le revêtement intérieur et les membranes recouvrant des parties du corps.

Voici quelques-uns des symptômes communs à toutes les catégories de tuberculose : amaigrissement, impossibilité de reprendre du poids, fièvre inexplicée, ganglions du cou enflés, pâleur et fatigue chronique. A la différence des adultes, les enfants présentent rarement la toux comme symptôme de la maladie.

La rougeole peut être atténuée ou évitée — La rougeole est souvent considérée comme une maladie « infantile » que chacun attrapera à un moment ou à un autre et on ne traite pas cette maladie avec le sérieux qu'elle mérite. La rougeole et les complications qui peuvent en découler peuvent être très graves chez un jeune enfant et c'est pourquoi la plupart des médecins préfèrent la retarder afin d'attendre que l'enfant soit plus vieux et plus fort. Si vous croyez que votre enfant a eu des risques d'être contaminé, voyez avec votre médecin. Il se peut qu'il juge alors bon de donner une injection qui, si elle est donnée en temps, peut protéger l'enfant, ou, dans le cas où il l'attrape, permet de n'avoir la rougeole que sous une forme atténuée.

L'injection a un effet temporaire. Si la maladie a été évitée l'enfant devra recevoir une nouvelle injection lorsqu'il risquera à nouveau la contagion. Si, par contre, il a contracté une forme atténuée de rougeole, son immunité est aussi bonne que s'il avait eu une rougeole normale.

Fièvre typhoïde. — Aux Etats-Unis la vaccination contre la typhoïde n'est pas automatiquement nécessaire car cette maladie est aujourd'hui très rare dans la plupart des régions de ce pays. Si des cas de typhoïde sont signalés dans votre région, si vous avez l'intention de vous rendre dans un pays où cette maladie est courante, ou lorsqu'il y a des risques de contagion, il est bon de faire vacciner votre enfant. Les doses préventives sont données sous forme de trois injections ou plus, pratiquées à des intervalles pouvant aller de une à quatre semaines.

Morsures d'animaux — Lorsque l'enfant est mordu par un animal (chat, chien, écureuil, chauve-souris ou autre), même s'il s'agit d'un animal familier, l'enfant doit être immédiatement examiné par le médecin. La morsure en soi peut ne présenter aucun danger mais la salive de l'animal peut contenir des germes, y compris ceux de la rage (hydrophobie). Souvent, il est nécessaire de faire une piqûre antitétanique, même si le trai-

tement antirabique n'est pas nécessaire. Si vous ne pouvez pas atteindre votre médecin, allez dans un hôpital ou une clinique.

Il est important de capturer l'animal, vivant si possible, afin qu'il puisse être gardé en observation pendant dix jours. Si l'animal est contaminé, la rage se déclarera au cours de cette période. Les parents doivent veiller à ce que leurs animaux familiers soient vaccinés contre la rage. Apprenez aux enfants à se tenir éloignés de tout animal, domestique ou sauvage — dont le comportement paraît bizarre.

Bien des morsures de chien et des griffures de chat, ainsi que les craintes qu'ils suscitent, auraient pu être évitées. Un jeune enfant est enclin à traiter un animal familier comme il traite un jouet, sans se soucier des sentiments de l'animal ou de ses réactions naturelles. Apprenez à vos enfants comment se comporter avec les animaux, à prendre soin d'eux et non à les exciter ou à les maltraiter. Tâchez d'éviter d'avoir un jeune chien ou un jeune chat (de moins d'un an) lorsque vous avez un enfant de moins de trois ans.

Radiographie — Laissez votre médecin ou votre dentiste utiliser les rayons X sur votre enfant lorsqu'il juge que cela est nécessaire mais, sinon, ne le poussez pas à faire de radiographie.

Lorsque vous achetez des chaussures à l'enfant, ne laissez pas le vendeur se servir d'un appareil utilisant les rayons X pour voir si les chaussures vont bien. De nombreux pays ont interdit l'emploi de ces appareils.

On a beaucoup parlé des retombées de radiations atomiques mais, dans ce pays (les Etats-Unis) la principale source de radiation à laquelle est exposée la population est constituée par les rayons X utilisés en médecine ou en art dentaire. Les rayons X feront plus de mal que de bien s'ils ne sont pas correctement utilisés.

MESURES DE SÉCURITÉ

Chaque année les accidents entraînent plus de décès chez les enfants que la maladie. Les accidents laissent plus d'enfants infirmes que la maladie. Et cependant, la plupart de ces accidents auraient pu être évités. De temps à autre regardez votre intérieur afin de voir si c'est un lieu sûr pour votre enfant.

Cela n'a pas été trop difficile de tenir le bébé à l'abri des accidents. Mais lorsqu'il commence à se déplacer vous devez faire plus attention. Un tout petit ne comprend rien à la sécurité, ni au danger. Puisqu'il est curieux, que tout recoin et toute fissure ne présentent aucun danger. Puisqu'il goûtera à tout ne laissez aucun poison à sa portée. Du fait qu'il est un grand imitateur, il copiera tout ce qu'il vous voit faire. Montrez-lui à faire les choses sans danger.

Lorsque les enfants grandissent leur champ d'exploration s'agrandit lui aussi, tant à l'intérieur qu'hors de la maison. Ils vont plus loin mais si vous leur avez soigneusement appris comment agir correctement vous pouvez commencer à vous en remettre à leur jugement lorsqu'ils ont quatre

ans. Ne les tentez cependant pas trop en laissant des objets dangereux à portée de leurs mains curieuses. Ne laissez jamais un enfant seul dans la maison.

Expliquez pourquoi une chose est dangereuse. Au lieu de tout simplement interdire un acte, apprenez-lui à le faire sans danger — à traverser une rue, à se servir d'une scie, à grimper à un arbre. Laissez-le faire tout cela lorsque vous êtes à proximité et pouvez le rattraper ou le conduire. Vous désirez encourager l'enfant à se lancer dans le monde et vous savez apprécier sa confiance et son courage. Surtout, puisque vous désirez qu'il vive la grande aventure de la vie, vous voulez qu'il ait quelque chose à raconter.

Mais nous donnons ci-après certaines mesures que vous pouvez prendre pour protéger l'enfant :

Automobiles. — N'attendez pas d'un enfant de trois ans ou de moins de trois ans qu'il n'aille pas lui-même dans la rue. Il vous faut enclore son terrain de jeu ou rester constamment avec lui. Vérifiez où se trouve chaque enfant avant de sortir en marche arrière.

Conduisez vous-même avec prudence. Respectez fidèlement le code de la route. Traversez toujours la rue avec prudence.

Ne roulez jamais sur un carton ou un tas de feuilles mortes sur la route. Les enfants adorent s'y cacher.



Prévoyez des ceintures de sécurité dans votre voiture, pour tous les passagers et le conducteur.

Enseignez à l'enfant les principes de sécurité pour se comporter en voiture. Ne jamais laisser l'enfant se tenir debout lorsque la voiture est

en marche ou sortir sa tête ou son bras par la fenêtre. Equipez les portières arrières de fermetures de sécurité. Si les enfants ne se tiennent pas tranquilles pendant que vous conduisez, rangez-vous le long du trottoir et arrêtez-vous. Ne vous remettez en marche qu'une fois que vous êtes arrivée à les calmer.

Brûlures et incendie. — Ayez toujours un extincteur et faites-le vérifier chaque année. Ne soyez pas négligent avec les allumettes et les briquets.

Mettez un écran devant le feu. Ne jamais laisser un bébé ou un tout petit seul dans une pièce où brûle un feu de cheminée ou bien où se trouve un poêle.

Remplacez les fils électriques et l'équipement électrique lorsqu'ils commencent à s'user.

Que les bouilloires ou les vaporisateurs soient hors de la portée de l'enfant.

Poisons. — Suivez toujours fidèlement les prescriptions du médecin lorsque vous donnez un médicament à l'enfant. Mesurez la dose avec précaution. Et ne parlez jamais d'un médicament en disant que c'est une friandise.

Jetez les vieux médicaments dans les toilettes.

Gardez les médicaments et les produits ménagers sur une étagère haut placée ou dans un placard fermé. Rangez-les immédiatement après usage. Ne cachez pas des bonbons ou d'autres friandises appréciées près de produits dangereux.

Apprenez aux enfants à ne jamais goûter aux objets inconnus qu'ils découvrent : baies, racines, fruits ou champignons, pilules ou comprimés, ce qui reste dans des bouteilles.

Ne jamais mettre des produits détergents, des produits pour diluer la peinture, des produits pour permanente, des solutions d'acide borique ou autres poisons dans des récipients pour boissons ou nourriture.

Lisez le mode d'emploi et les recommandations indiquées sur les emballages des médicaments ou des produits chimiques à chaque fois que vous vous servez de ces derniers.

Pour les meubles, les jouets et les murs des pièces n'employer que de la peinture qui ne contient pas plus d'un pour cent de plomb. Assurez-vous que le pot porte la mention suivante : « Conforme à la norme V.S. Z 66.1 — 1955, pour être utilisé sur des surfaces susceptibles d'être mordillées par de jeunes enfants. » si vous utilisez un produit des Etats-Unis.

Suffocation et étouffement — Ne jamais donner à un enfant un sac en plastique (comme ceux qui protègent les objets rentrant de chez le blanchisseur) et ne pas en utiliser pour couvrir un matelas ou un oreiller. Les détruire ou les garder hors de la portée des enfants car ils collent aux narines et peuvent provoquer l'étouffement.

Retirer les poignées des portes des glacières ou des coffres, les enfants aiment s'y cacher et peuvent y mourir étouffés.

Vérifier que les appareils à gaz ne présentent pas de fuite. Remplacez le tube en caoutchouc — qui peut se fissurer — par un tube en métal.

Par temps froid, lorsqu'un poêle marche, laisser une fenêtre entrebâillée dans la maison afin d'assurer la ventilation.

Ouvrir une fenêtre si on utilise un produit détachant et ne pas laisser celui-ci à proximité d'une source de chaleur.

Retirer tous les petites arêtes du poisson et tous les petits os du poulet si ces aliments sont destinés à un enfant de moins de trois ans.

Gonfler les ballons avant de les donner aux enfants pour qu'ils s'amuse. Un jeune enfant qui ne sait pas souffler peut avaler le ballon et étouffer.

Essoreuse de la machine à laver. — Qu'elle soit pourvue d'un dispositif de sécurité.

Débrancher la machine après usage.

Que le fil électrique soit hors de la portée des enfants.

Ne jamais laisser l'essoreuse en marche si vous vous éloignez de la machine.

Eau. — Surveillez votre enfant à tout instant si vous êtes à la plage, à la piscine ou au bord d'un lac.

Attendez-vous à ce que votre enfant recherche dans le voisinage toutes les surfaces d'eau intéressantes : piscine, égout, fouille, guet, mare, etc. Regardez si ces endroits sont surveillés ou bien enclos.

Ne laissez jamais un enfant de moins de deux ans seul lorsqu'il est dans le bain, même pour une minute. Videz le bassin en fin de journée. Même cinq ou huit centimètres d'eau dans le fond sont dangereux.

LORSQUE L'ENFANT EST MALADE

Aménager la chambre du malade. — Distraire le convalescent. — Comment soigner l'enfant. — Maladies et troubles.

En dépit des bons soins que vous lui prodiguez chaque jour l'enfant tombera malade. La plupart des maladies seront bénignes mais certaines seront graves. Toutes exigeront de vous de la patience, de l'ingéniosité, des qualités d'infirmière et écourteront vos nuits.

Soyez prudente dès que vous noterez les détails, même les plus infimes, indiquant que l'enfant est souffrant. Il est impossible de déterminer au départ comment évoluera la maladie. Vous n'aurez aucun regret s'il se réveille frais et dispos le lendemain matin, mais si vous négligez les premiers symptômes d'autres peuvent contracter la maladie ou celle-ci peut être plus longue.

Voici quelques symptômes qui indiquent que l'enfant est souffrant :
Sang à la tête et peau sèche et brûlante, ou pâleur et froid inhabituels.
Transpiration abondante sans motif apparent.
Somnolence, en particulier aux moments où il est généralement très éveillé.

Yeux larmoyants ou vitreux.
Écoulement nasal, éternuements, toux.
Mal de gorge, voix rauque ou enrouée, ganglions enflés.
Nausées, vomissements, diarrhées.
Raideur du dos ou du cou.
Maux d'oreilles, de tête, douleurs thoraciques, d'estomac, abdominales ou articulaires.
Eruptions, apparitions de boutons, pustules, taches.
Convulsions, attaques, au cours desquelles l'enfant se raidit et est agité de mouvements convulsifs.

Chacun de ces symptômes peut indiquer une maladie bénigne ou grave. Le temps seul révélera ce qu'il en est. En attendant que l'enfant soit au calme, au lit s'il a de la fièvre. Eloignez-le des autres personnes de la maison car beaucoup de maladies sont extrêmement contagieuses à leurs débuts. Surveillez attentivement l'enfant. Il se peut qu'il mange moins que d'habitude, mais il n'y a pas lieu de s'en inquiéter. Faites-le souvent boire — eau, jus de fruit, lait ou bouillon.

Si l'enfant vomit ou est atteint de diarrhée, ne rien lui donner à manger mais donnez-lui de temps à autre un peu d'eau à boire. S'il vomit à nouveau, arrêtez même de lui donner de l'eau. Au bout de deux heures, faites-lui boire quelques gorgées d'eau, de limonade, de thé léger et sucré ou de la glace pilée. S'il les garde, donnez-lui en toutes les heures ou même plus souvent. Ayez une bouteille thermos près du lit du petit malade, ce qui vous évitera de vous déranger constamment.

Dès qu'il est possible de discerner la nature de la maladie, voyez avec votre médecin quelle est la marche à suivre. Il désirera savoir si l'enfant a de la fièvre, ainsi que tout autre symptôme. Ne donnez aucun médicament à l'enfant sans l'avis du médecin.

Aujourd'hui, les enfants, même sérieusement malades, peuvent être gardés à la maison plutôt qu'envoyés à l'hôpital. Les médecins, de nos jours, sont plus conscients des résultats psychologiques fâcheux que provoque chez l'enfant le fait de l'éloigner de chez lui. Ils considèrent ce facteur et la maladie lorsqu'il s'agit de déterminer si l'enfant sera ou non hospitalisé. En outre, de nouveaux médicaments ont modifié le cours de bien des maladies. Toutes les maladies cependant ne réagissent pas aux antibiotiques et aux médicaments, n'insistez donc pas pour que le praticien prescrive des médicaments s'il juge qu'ils ne sont pas indiqués.

Si vous avez besoin de conseils pour savoir comment soigner chez vous un enfant malade, vous pouvez téléphoner aux services de santé de votre localité. Une infirmière à domicile ou une infirmière du centre pourra peut-être vous répondre. Cette aide vous permettra de mieux suivre les prescriptions du médecin. Vous ne perdrez pas votre temps si vous suivez des cours sur la façon de soigner chez soi des personnes malades, cours organisés par l'école des adultes ou la Croix-Rouge.

AMÉNAGER LA CHAMBRE DU MALADE

Si vous en avez la possibilité, placez l'enfant dans une pièce à proximité de la salle de bains. Retirez les meubles inutiles. Il est agréable pour l'enfant d'être près d'une fenêtre, ce qui lui permet de regarder dehors, mais placez le lit de telle façon qu'aucun courant d'air n'y sera senti lorsque la fenêtre sera ouverte. Bien des enfants prennent plaisir à avoir une sonnette grâce à laquelle ils peuvent vous appeler lorsqu'ils s'ennuient ou ont besoin de votre aide.

Une table de fortune placée près du lit vous évite bien des fatigues. A l'aide d'épingles à linge fixez après les montants du lit des sacs en papier kraft ou en tissu dans lesquels seront rangés les jouets de l'enfant, ses mouchoirs en papier et tous les autres objets dont il aura besoin.

DISTRAIRE LE CONVALESCENT

En général, l'enfant reste sans difficulté au lit pendant la période où il est malade. Dès qu'il commence à aller mieux les choses changent ! Les

enfants ont un pouvoir extraordinaire pour récupérer et dès qu'une maladie grave est terminée, ils se sentent en forme et commencent à réclamer à cor et à cri la permission de se lever. Au lieu de gronder l'enfant pour qu'il reste au lit, une maman astucieuse cherchera le moyen de le distraire. Mais si cette privation le met dans tous ses états elle peut être plus nuisible que le fait de le laisser se lever. L'enfant pourra quelquefois rester tranquillement allongé sur un sofa ou dans le lit de ses parents, plus près du centre des activités de la famille. Il faut éviter de trop le laisser regarder la télévision.

Un nouvel animal en peluche ou une poupée, ou même des jouets anciens mais favoris, des perles à enfiler, des livres à colorier ou un petit téléphone suffisent pour distraire un jeune enfant. Un poisson rouge, une petite tortue ou un oiseau lui tiennent compagnie et l'amuse. Un objet léger attaché à un fil, qui se meut au moindre courant d'air, que l'on fait soi-même, procure des distractions lorsqu'on le fabrique puis lorsqu'on le regarde bouger une fois suspendu.

D'autres enfants s'amuse avec des pegboards¹, des métiers à tisser et des jeux de patience (que vous pouvez fabriquer en collant un dessin sur du carton et en le découpant au gré de votre fantaisie). Les revues et les catalogues des grands magasins sont des sources inépuisables de distractions. Vous pouvez découper des vieilles cartes de vœux et les coller sur un album fait de sacs en papier ou de feuilles de papier de couleur reliés entre eux.



1. Ce jeu consiste à enfoncer à l'aide d'un petit maillet des chevilles de tailles différentes dans des trous de diamètres différents percés dans une planche.

Vous trouvez peut-être que la peinture et la pâte à modeler — et autres jeux pour lesquels il faut de l'eau — font trop de saletés pour que l'enfant puisse jouer avec lorsqu'il est couché. Si vous acceptez ces inconvénients vous verrez que ce sont là des occupations qui distraient merveilleusement bien les enfants et les font se tenir tranquilles. Vous pouvez aussi lui donner des stylo-encreurs. L'enfant de quatre ans ou plus s'amusera bien si vous lui donnez de quoi faire des bulles de savon et la plupart des enfants de cet âge sont capables de jouer sans renverser le petit pot qui contient le liquide.

Les enfants malades préfèrent, en général, des activités moins compliquées que celles auxquelles ils se livrent lorsqu'ils sont en bonne santé.

COMMENT SOIGNER L'ENFANT

L'enfant qui a eu de la fièvre devra être gardé au calme (couché de préférence) pendant un jour au moins après que sa température soit redevenue normale. S'il a eu de la fièvre pendant plus de deux ou trois jours, le médecin peut conseiller qu'il reste encore couché pendant un jour ou deux. Cette précaution permet d'éviter bien des actions tardives de la maladie.

L'enfant malade doit être lavé entièrement chaque jour avec un gant de toilette, dans son lit, puis, lorsqu'il va mieux il peut être baigné. Prenez bien soin à ce qu'il ne prenne pas froid pendant ou après ces opérations.

Donnez environ toutes les heures à boire à l'enfant, lorsqu'il est éveillé, en particulier s'il a de la fièvre. S'il n'a pas été à la selle pendant deux jours ou souffre de douleurs dans le ventre, voyez avec votre médecin. Ne lui donnez jamais un lavement ou un suppositoire sans l'avis de votre médecin. Ils peuvent être très dangereux, en particulier s'il souffre du ventre ou si l'abdomen est gonflé.

Comment prendre la température. — Vous pouvez généralement dire si l'enfant a de la fièvre rien que par son apparence ou son comportement — s'il est endormi ou agité, congestionné, a les yeux brillants, le visage et le cou brûlants. Lorsque vous notez ces signes, mettez-le au lit. Vous désirerez peut-être mesurer la température réelle de son corps avec un thermomètre. Votre médecin vous demandera d'établir une courbe de température. C'est pourquoi vous désirerez acheter un thermomètre et savoir comment vous en servir.

Prenez-le par la tige et tournez-le de façon à bien voir la colonne de mercure.

La température normale du corps varie entre $36^{\circ}, 8$ et $37^{\circ}, 5$. Sur la plupart des thermomètres figure un trait rouge à 37° mais si la température est un peu au-dessus ou un peu au-dessous de la normale cela peut provenir de variations dues aux individus, de l'activité, de l'heure à laquelle est prise la température, ou d'autres facteurs.

Vous pouvez prendre la température de trois façons différentes. Vous n'avez pas besoin d'un thermomètre spécial selon la méthode employée.

Après usage lavez le thermomètre avec de l'eau tiède et du savon. De l'eau très chaude pourrait le faire éclater.

Température par la bouche : pour enfants ayant plus de trois ou quatre ans. Mettez le thermomètre sous la langue de l'enfant et dites-lui de garder la bouche fermée. Dites-lui de faire bien attention à ne pas mordre la fine tige de verre ou l'extrémité du thermomètre. Laissez le thermomètre en place pendant trois minutes environ.

Température par voie rectale : pour les enfants plus jeunes ou très malades. Prenez-le sur vos genoux, sur le ventre, ou mettez-le sur le côté. Enduire l'extrémité de l'instrument d'un peu de crème ou de vaseline. Introduire doucement le thermomètre dans le rectum et l'y maintenir pendant trois minutes environ. Faites attention aux mouvements brusques qui pourraient blesser l'enfant. Un thermomètre rectal a une extrémité arrondie ce qui rend l'opération plus facile. Par ailleurs, il est exactement identique aux thermomètres destinés à prendre la température par la bouche.

Au creux de l'aisselle (température axillaire) : Retirez suffisamment de vêtements à l'enfant de façon à pouvoir glisser facilement le thermomètre au creux de son aisselle. Tenez bien l'enfant afin que son bras soit bien appuyé le long de son corps. Laissez le thermomètre de quatre à cinq minutes. La température sera légèrement plus faible que si on utilise les autres méthodes mais les renseignements indiqués suffisent largement dans la plupart des cas.

Indiquez à votre médecin la méthode utilisée.

En général, prendre la température le matin et le soir suffit. Le soir, on note en général une légère élévation de la température bien que cela puisse varier selon les enfants et les maladies. Vous n'êtes vraiment certains que la fièvre a disparu que lorsque la température est normale au moment de la journée où vous avez auparavant noté les températures les plus fortes.

La fièvre ne vous indique pas nécessairement la gravité de la maladie. Une brusque poussée de fièvre peut indiquer le début d'un simple rhume, alors qu'une maladie plus grave n'entraînera peut-être jamais une élévation de température de plus d'un degré ou deux. En général les enfants ont plus facilement la fièvre que les adultes et elle est souvent plus forte.

Si l'enfant a plus de 40° ou cette température, soulagez-le de façon temporaire en lui passant sur le corps une éponge imbibée d'eau froide. Prenez garde qu'il n'attrape pas froid. S'il se met à avoir des convulsions, surveillez-le. Envoyez quelqu'un téléphoner au médecin. Empêchez l'enfant de se blesser, mais vous êtes incapables d'arrêter les convulsions.

Inhalations et pulvérisateurs. — Les jeunes enfants qui ont des bronchites, des laryngites, des rhumes, le croup ou de l'asthme sent souvent soulagés s'ils respirent un air chaud ayant un haut degré d'humidité. Afin de soulager l'enfant faites-lui respirer de l'air chaud et humide pendant dix à quinze minutes et renouvelez cette opération trois ou quatre fois par jour.

Il existe quelques moyens simples d'assurer une humidité accrue de l'air. Mais il faut toujours se méfier pour éviter les brûlures ou échaudures.

Restez toujours avec un enfant de moins de trois ans dans tous les cas où on utilise de la vapeur.

Mettez l'enfant dans la salle de bains alors que l'eau chaude coule à flots, ou dans une petite pièce où bout une bouilloire. Que la bouilloire ou le pulvérisateur soit hors de la portée de l'enfant.

Une tente à vapeur est un dispositif qui dirige la vapeur vers l'enfant et l'y maintient. On peut en fabriquer une en mettant un drap au-dessus du lit. Un parapluie placé derrière l'enfant peut servir de bouclier.

MALADIES ET TROUBLES

Les brèves descriptions que nous vous donnons maintenant et qui ont trait aux maladies et aux troubles vous donnent les informations élémentaires dont les parents ont besoin lorsqu'ils vivent avec les enfants — ces enfants avec leurs boutons, leur nez qui coule et leur respiration sifflante. Ces informations ne remplacent pas évidemment le diagnostic du médecin. De plus, si cette énumération peut paraître inquiétante, aucun enfant ne les contracte tous.

Les maladies sont groupées de façon à ce que les parents puissent consulter les groupes de symptômes, et non pas comme elles le seraient dans un manuel de médecine.

Allergies. Qu'est-ce qu'une allergie ? — Lorsqu'une personne est sensible à une substance normalement anodine, elle a une allergie. Si elle reçoit une quantité plus grande d'irritant qu'elle ne peut tolérer elle aura une réaction allergique. Une allergie peut se manifester sous la forme de rhumes, de troubles de l'estomac, de maladies de la peau et de bien d'autres troubles.

Il existe une variété si grande de réactions allergiques qu'il est en général nécessaire de procéder à une série de tests pour déterminer leur véritable nature. Les allergies ne sont pas des infections et ne peuvent être « attrapées » ou transmises. Si elles sont très rarement fatales elles provoquent cependant des ennuis et des inconvénients — plus ou moins graves — et peuvent précéder des infections.

Un enfant qui a une allergie devra recevoir les soins d'un médecin qui, au moyen de tests, de régimes alimentaires divers, et de changements dans le milieu où vit l'enfant, s'efforcera de découvrir à quoi l'enfant est allergique.

Qu'est-ce qui provoque les allergies ? — Un enfant peut hériter d'une tendance à l'allergie, mais ses réactions à une substance donnée peuvent être différentes de celles de ses parents ou il peut encore être allergique à des substances totalement différentes. Tout enfant peut cependant contracter une allergie. Le climat, la saison, le degré d'exposition, l'état d'esprit et bien d'autres facteurs semblent avoir une influence sur l'intensité et la fréquence de la réaction. La réaction elle-même peut évoluer ou disparaître lorsque l'enfant vieillit. Souvent, outre les irritants spécifiques, le médecin étudiera la vie entière de l'enfant — la tension dans laquelle il vit — afin de déterminer la cause de l'allergie.

Un individu peut être allergique à certains aliments (œufs, chocolat, fraises, lait, poisson par exemple), à de fines particules qu'il respire (poussière, pollen, plumes), à des irritants qu'il touche (toxicodendron, poils de chat ou de chien, laine, colle, savon, détergents), à des médicaments qui sont pris par voie buccale ou en injections (sédatifs, antibiotiques, antitoxines), ou à des germes répandus dans l'organisme par une infection.

Il est parfois relativement facile de déterminer ce qui provoque l'allergie et de l'éliminer de la vie de l'enfant, si bien que celui-ci ne présente plus aucun trouble. Dans d'autres cas l'enfant est sensible à tant d'éléments ou à des substances si répandues ou si peu connues que la cause du mal ne peut être éliminée.

Voici quelques réactions allergiques communes :

Asthme. — Irritation des bronches qui rétrécit les passages pour l'air et provoque la formation de mucus, ce qui rend la respiration difficile. L'enfant éternue et tousse de façon inquiétante. L'asthme peut être plus intense lorsque l'enfant est allongé et il doit donc dormir presque assis. Les attaques ont fréquemment lieu la nuit et varient considérablement selon la saison. Il arrive parfois qu'un rhume précède une crise d'asthme.

Rhume des foins. — Ressemble à un rhume ordinaire avec éternuements, yeux qui piquent et sont larmoyants, sensation d'avoir la tête pleine du fait de l'enflure des muqueuses nasales. Il est en général provoqué par le pollen des mauvaises herbes, des herbes et des arbres et c'est pourquoi, à la différence d'un rhume ordinaire, il se produit seulement à certaines périodes de l'année. Rare chez les enfants de moins de trois ans.

Eczéma. — Tache rouge et rugueuse sur la peau, souvent sur les joues, dans les plis de la peau du coude ou derrière le genou. L'eczéma provoque une démangeaison, si l'enfant se gratte il se produira un suintement qui formera des croûtes. N'est pas contagieux, mais les plaies peuvent s'infecter facilement.

Urticaire. — Cloques sur la peau qui ressemblent à de larges piqûres de moustique et provoquent une démangeaison. En général elles apparaissent et disparaissent d'un seul coup. On peut soulager l'enfant qui a une crise d'urticaire en mettant de la glace sur les cloques ou en lui faisant prendre un bain au bicarbonate de soude (une tasse de bicarbonate pour une baignoire à demi-remplie).

L'ENFANT MANQUE DE VITALITÉ

Si l'enfant se fatigue rapidement, s'il est pâle et agité et manque de cette vitalité que vous attendez, quelque chose ne va pas, bien que n'apparaisse aucun symptôme de maladie grave. Une mauvaise santé et un manque de vitalité chroniques peuvent avoir des origines bien différentes. Tant que vous ne connaissez pas la cause vous êtes incapable d'améliorer réellement la situation. N'achetez pas des aliments spéciaux ou des fortifiants mais faites examiner l'enfant. Si le médecin prescrit quelque chose vous saurez alors que vous subvenez aux besoins spéciaux de l'enfant.

L'enfant qui manque d'énergie et paraît abattu peut souffrir :

- d'une *infection chronique* qui lui retire toute vitalité.
- du *manque de sommeil* : ralentissez le rythme de la journée de l'enfant, prévoyez une sieste au milieu de la journée et avancez l'heure du coucher. Vous obtiendrez peut-être des résultats merveilleux — pour lui comme pour vous !
- d'*anémie* : insuffisance de la substance rouge du sang (hémoglobine). L'anémie peut se produire si l'enfant a perdu une grande quantité de sang ou a eu une maladie grave. A moins que la perte ne soit trop grande son organisme fabriquera à nouveau et suffisamment vite des globules rouges, mais le médecin peut estimer qu'une transfusion de sang est nécessaire pour pallier rapidement à ce manque d'hémoglobine. Le praticien peut également prescrire des médicaments à base de fer. Par ailleurs, de bons soins généraux suffisent, on doit donner plus d'aliments riches en fer, comme la viande (en particulier le foie, les rognons et du cœur), les jaunes d'œufs, les légumes verts herbacés, le pain à farine complète ou enrichie, les céréales, la mélasse, les raisins secs et autres fruits séchés.

L'anémie peut également être due à une maladie qui détruit le sang, à un régime alimentaire mal équilibré, ou à un état héréditaire. Dans chacun des cas le traitement sera déterminé par l'origine de l'anémie.

- d'une *nourriture trop pauvre*. Dans certains cas l'enfant est abattu parce que la nourriture qu'il prend ne fournit pas suffisamment d'énergie ni de matériaux de croissance à l'organisme. Si son régime alimentaire est mal équilibré, reportez-vous à la liste donnée page 100 pour l'améliorer. Dans des cas très rares l'organisme de l'enfant ne peut assimiler les matériaux qu'ils contiennent, votre médecin devra alors vous prescrire quoi lui donner.
- de *problèmes d'ordre émotionnel*. L'enfant qui vit dans un foyer désuni où règne une atmosphère tendue en souffrira inévitablement et profondément. De ce fait la majeure partie de son énergie sera employée à s'inquiéter et à être malheureux et il aura tendance à être vite fatigué et à ne pas s'intéresser au jeu. Sa façon de se tenir indiquera même ce découragement. L'enfant est parfois troublé par des problèmes et vous ne savez vraiment pas pourquoi.

Si vous pensez que votre enfant cherche à résoudre des problèmes d'ordre émotionnel qui sont hors de sa portée — et de la vôtre — n'hésitez pas à consulter un spécialiste de ces questions. Vous pouvez vous adresser tout d'abord à votre médecin ou à une assistante sociale d'une agence pour l'adoption des enfants. Vous pouvez également souhaiter avoir l'avis d'un psychiatre et vous pourrez pour cela vous adresser à une clinique pour enfants caractériels.

RHUMES ET AUTRES INFECTIONS DES VOIES RESPIRATOIRES

Au cours de ces années pré-scolaires les enfants attrapent un nombre décourageant de rhumes, de maux de gorge. Il existe un grand nombre de maladies de ce genre : croup, maux d'oreilles ou oreilles qui coulent, influenza, grippe, ganglions gonflés, etc. Certaines de ces maladies sont nommées d'après la partie du corps considérée : laryngite, amygdalite, adénoïdite, bronchite, pharyngite. Bien des mamans ont l'impression qu'elles pourraient les énumérer toutes. C'est une consolation que de savoir que l'enfant sera moins fragile en grandissant et qu'il réagira de façon moins violente s'il en contracte certaines.

Au début, vous ne savez jamais ce dont il s'agit exactement. Ce qui a commencé comme un simple rhume de cerveau peut s'avérer après un jour ou deux être une de ces maladies infantiles courantes, avec une éruption caractéristique, la varicelle par exemple. Ce peut être le premier signe d'une infection plus grave, mais il se peut aussi, malgré la brusque poussée de fièvre ou une convulsion, qu'il ne s'agisse que d'un simple rhume. Il arrive souvent que chaque enfant réagisse de façon différente à l'infection. L'un attrapera le croup à chaque fois. Un autre ne l'attrapera jamais mais hurlera de douleur tellement ses maux d'oreille sont violents.

Tout ce que peuvent faire les parents, c'est de s'assurer que tout rhume, mal de gorge, toute toux, soient soignés au mieux. Consultez votre médecin et prévenez-le si les symptômes se modifient. Il décidera s'il doit examiner l'enfant ou si cela n'est pas nécessaire. Gardez l'enfant à la maison, au lit s'il a de la fièvre, et donnez-lui tous ces soins aimants que vous savez lui prodiguer.

C'est ainsi que vous pourrez éviter les complications qui peuvent surgir lorsqu'une infection légère prépare une infection plus grave.

N'usez qu'avec prudence des gouttes pour le nez et des médicaments contre la toux que le médecin n'a pas prescrits. Ils ne guériront pas le mal. Gardez l'enfant au chaud, mettez-lui un peu de vaseline ou de crème sous le nez afin d'éviter l'irritation ; que sa chambre soit à bonne température mais qu'il n'y fasse pas trop chaud, ajoutez de l'humidité à l'air si vous pensez que cela le soulagera, gardez l'enfant éloigné des autres personnes de la maison.

Diphthérie : c'est une maladie grave qui peut être évitée. Si l'enfant a reçu trois injections lorsqu'il était bébé et si les piqûres de rappel ont été faites en temps voulu (cf. troisième page de couverture), il n'a pratiquement aucune chance de l'attraper. Cette maladie débute par un mal de gorge et de la fièvre, la voix peut devenir enrouée et la toux sèche. La gorge et les amygdales peuvent prendre une apparence blanchâtre. Si un enfant qui n'a pas été immunisé risque d'avoir contracté cette maladie le médecin lui donnera immédiatement de l'antitoxine afin d'éviter la maladie.

Lorsqu'un mal de gorge est provoqué par un streptocoque, il prend le nom de *pharyngite à streptocoques* ou, s'il y a éruption cutanée, celui

de *fièvre scarlatine* (cf. page 143). Continuez à donner à l'enfant les médicaments ordonnés par le médecin pendant toute la durée prescrite, même si les symptômes disparaissent rapidement. Pour éviter toute complication ultérieure on devrait les donner pendant toute la durée du traitement.

Un mal de gorge qui prend des proportions anormales peut provoquer de l'infection dans une autre partie du corps. La *fièvre rhumatismale* est l'une de ces complications et c'est une maladie très grave car elle peut affecter le cœur. Les enfants d'âge scolaire ont plus de chance d'être atteints, mais cela arrive de temps en temps chez les enfants d'âge pré-scolaire.

La fièvre rhumatismale se présente sous différentes formes, et peut être trompeusement légère — une simple fièvre périodique et faible — ou très aiguë avec des douleurs et provoquant une enflure aux articulations. Elle a tendance à revenir sans cesse et c'est pourquoi vous devez prendre au sérieux la première attaque, même si elle a été très faible. De plus, l'importance des symptômes n'est nullement en rapport avec l'importance des ravages de cette maladie. Le médecin peut vous indiquer ce qu'il faut faire pour éviter d'autres attaques et peut prescrire des doses régulières et préventives de médicaments.

Le médecin doit examiner l'enfant qui se plaint de douleurs dans les jambes ou de faibles douleurs dans les articulations, qui est pâle et fatigué, qui a une légère fièvre depuis plusieurs jours sans cause apparente.

La *chorée* ou *danse de Saint-Guy* peut être un symptôme de fièvre rhumatismale. L'enfant a des mouvements saccadés du visage, des bras, du tronc ou des jambes qui peuvent varier chaque fois. Ne pas confondre cette danse de Saint-Guy avec l'agitation d'un enfant qui en a assez d'être assis, ou avec ces tics nerveux comme des clignements d'yeux, des mouvements de la tête ou autres manies que l'enfant imite. L'enfant atteint de chorée devrait être sous surveillance médicale. Il a besoin d'être traité avec compréhension dans sa famille car il a tendance à pleurer facilement et à se sentir frustré par ces mouvements saccadés qui se produisent dès qu'il désire s'habiller tout seul, ou manger seul, ramasser de petits objets ou se servir d'un crayon.

Une infection à la suite d'un mal de gorge peut se localiser dans les reins, provoquant une néphrite. Dans le cas de néphrite les urines sont rares, foncées ou contiennent du sang. Prévenez immédiatement votre médecin dès que la quantité ou la couleur des urines de l'enfant varie. (Cf. diabète, pyélite, vaginite.)

La *pneumonie* est le nom courant donné à l'infection des poumons et peut être provoquée par un virus, une bactérie ou un corps étranger. Le traitement diffère selon les causes. En général, les symptômes sont la toux, la fièvre et une respiration difficile et rapide. Dans la plupart des cas les médicaments modernes permettent une guérison rapide lorsque le traitement est commencé au début de l'infection. L'enfant atteint de pneumonie peut ne pas paraître très malade mais la maladie peut durer longtemps et il faut que l'enfant soit jusqu'au bout sous surveillance médicale.

Les *amygdales* et les *végétations* sont de petites masses spongieuses

de tissu situées dans l'arrière gorge, qui ont des fonctions similaires aux autres glandes du corps, en particulier aux ganglions situés sur le côté du cou, à l'aisselle et à l'aîne. Comme ces autres glandes, les amygdales et les végétations luttent contre les microbes, elles sont touchées à chaque fois que l'enfant a un rhume ou mal à la gorge. Après des troubles respiratoires répétés elles peuvent être si enflées qu'elles gênent la respiration ou la déglutition. Si la situation devient grave, le médecin peut estimer qu'il est nécessaire que les amygdales et les végétations soient retirées. De nos jours, cette ablation n'est jamais faite automatiquement dans le but d'améliorer la santé de l'enfant d'une façon quelconque et vague. Ne demandez pas à votre médecin de procéder à cette ablation des amygdales et des végétations, il le fera s'il juge qu'elle est vraiment nécessaire.

INFECTIONS DE LA PEAU ET DES YEUX

Les démangeaisons, morsures et plaies de la peau sont courantes chez les enfants. Certaines peuvent gagner d'autres membres de la famille. Traitez avec soin toute écorchure car elle présente une voie d'accès facile pour les microbes. C'est pourquoi vous devez garder propre tout endroit douloureux et déconseiller à l'enfant de se gratter, même s'il ne s'agit que d'une simple piqûre de moustique. Si vous coupez ses ongles à ras les dommages seront moins grands s'il se gratte dans son sommeil.

Il vous faudra l'aide d'un médecin pour soigner toutes les maladies indiquées ci-après. Utiliser les médicaments classiques peut perdre du temps ou augmenter l'irritation. Si une personne est atteinte d'une maladie de la peau, veillez à ce que ses serviettes de toilette, son gant de toilette, son linge et ses vêtements ne soient pas mélangés avec ceux des autres membres de la famille. Lavez-les à l'eau très chaude et repassez-les avec un fer très chaud.

Infection fongique du pied ou mycose du pied : c'est une infection fongique qui apparaît généralement entre les orteils car à cet endroit la peau est chaude et humide. Le médicament que vous utilisez devra être prescrit par le médecin. Que les pieds de l'enfant restent propres et secs. Poudrez-les avec du talc. Cette mycose du pied est surtout tenace et fréquente en hiver. Changez chaque jour les socquettes de l'enfant et aérez ses chaussures. Des chaussures ouvertes ou des sandales peuvent diminuer la transpiration du pied.

Aphtes : ce sont des ampoules désagréables qui apparaissent sur les lèvres, dans la bouche ou sur la langue, elles guérissent généralement d'elles-mêmes et ne résistent pas à la propreté. Elles semblent apparaître chez certains enfants lorsqu'ils sont enrhumés ou ont une maladie. Des rinçages de bouche faits avec de l'eau tiède à laquelle on a ajouté une demi cuillerée de sel ou de bicarbonate de soude par verre, soulagent les aphtes situés dans la bouche. Si l'enfant a de la fièvre, se plaint d'avoir très mal à la bouche ou a les gencives qui saignent, appelez votre médecin ou le dentiste. Ces symptômes peuvent être ceux de l'angine de Vincent.

La *conjonctivite* est une maladie provoquée par une variété de bactérie et est extrêmement contagieuse. Vous vous en apercevrez peut-être tout d'abord lorsque l'enfant, au réveil, aura les paupières collées par le pus. Cette maladie sera rapidement contractée par tous les autres membres de la famille à moins qu'on ne prenne grand soin de séparer tous les objets de toilette et les serviettes de la personne contaminées de ceux des autres.

Vous pouvez soulager les yeux enflammés en appliquant des compresses chaudes mais voyez avec votre médecin quant au traitement à suivre. Négliger cette maladie peut endommager la vue de l'enfant.

Les yeux et les paupières d'un enfant peuvent être rougis pour bien des raisons. L'allergie (cf. page 119) provoque parfois une rougeur ou une inflammation des yeux. Envisagez la possibilité de fatigue de l'œil si l'enfant cligne des yeux, louche, ou est en général irritable. On peut faire porter des lunettes même à de très jeunes enfants.

L'*eczéma* et l'*urticaire* sont traités sous la rubrique allergie (page 120).

L'*impétigo* est une maladie de peau très contagieuse. Il commence généralement sur le visage par une bulle qui démange, suinte du pus et se couvre d'une croûte. L'enfant peut facilement infecter d'autres personnes ou d'autres régions de son corps en transportant des germes de la première bulle.

Un traitement rapide peut faire rapidement disparaître l'infection. Consultez votre médecin. Si l'impétigo est négligé il se propage rapidement et ouvre la voie à d'autres infections.

Les *poux* sont de tout petits animaux qui se fixent sur les cheveux et la peau et provoquent une irritation. Si l'enfant se gratte — ce qu'il fera certainement — les excréments des poux provoqueront une démangeaison encore plus grande. En général, on peut voir les poux ou leurs œufs appelés lentes. Le médecin peut prescrire un traitement. Souvent on utilise le DDT pour détruire les poux et leurs œufs (5 à 10 % de DDT dans du talc). Que tous les vêtements de l'enfant, sa literie et lui-même soient très propres afin d'éviter que les poux ne se propagent ou reviennent.

La *teigne microsporique* est un champignon qui peut attaquer le cuir chevelu. L'infection s'étend vers l'extérieur en cercles concentriques alors que le centre guérit. Souvent les cheveux se brisent. C'est une maladie tenace et assez contagieuse. Le médecin doit la soigner.

Parfois l'enfant portera un bonnet de nuit enserrant bien le crâne (on utilise souvent un bas) qui pourra être souvent changé et que l'on fera bouillir pour tuer les germes. Cela évite que les autres n'attrapent la teigne mais n'a rien à voir avec le traitement de l'infection.

Une autre forme de teigne provoque des taches rondes et écailleuses de la peau. Elle sera traitée plus facilement. La mycose du pied est une autre variété de teigne.

La *gale* est provoquée par un animal minuscule qui s'enfonce sous la peau pour y vivre et y pondre ses œufs. La démangeaison intense sera souvent plus forte la nuit et l'enfant pourra s'écorcher en se grattant dans son sommeil.

Votre médecin vous indiquera une pommade adéquate. Appliquez-la après que l'enfant a pris son bain lorsque la peau est encore humide. La literie devra être stérilisée si l'enfant a eu la gale.

Orgelets et furoncles sont provoqués par des bactéries. Les boutons sont des infections similaires. Des compresses humides et chaudes ou des bains d'eau chaude soulageront la douleur et aideront à localiser l'infection. Ne pas percer un furoncle ou un clou. Lorsqu'il perce, retirez le pus avec une compresse stérilisée. Dans le cas de furoncle mettre un pansement stérilisé.

Si l'enfant a toute une série de furoncles ou d'orgelets, demandez l'avis de votre médecin.

TROUBLES DE L'ESTOMAC, DE L'INTESTIN ET DES VOIES URINAIRES

Les nausées, les vomissements, les diarrhées et la constipation ainsi que les douleurs abdominales sont tous des symptômes de nombreuses maladies dont la gravité est très variable. Manger trop, ou une nourriture qui ne convient pas, peut provoquer des vomissements. Par ailleurs ce peut être le premier symptôme d'une maladie infantile courante ou d'une maladie interne. Des douleurs d'estomac, des selles liquides ou dures peuvent aussi bien provenir d'une émotion qu'être provoqués par des vers.

Voyez avec votre médecin dès que quoi que ce soit d'inhabituel se produit. Les traitements varieront selon les causes, non selon les symptômes. Si l'enfant vomit, cf. page 115.

Il est rarement urgent de soulager un enfant qui est constipé et l'utilisation habituelle de lavements ou de suppositoires n'est pas recommandée. En fait, ils peuvent compliquer gravement la situation si l'appendice de l'enfant est enflammé. Beaucoup de liquides, des légumes et des fruits frais ne font aucun mal. Voyez avec le médecin avant de donner tout médicament.

La *diarrhée* est très ennuyeuse chez un petit enfant. Un enfant ayant des selles fréquentes et liquides devra être surveillé attentivement. La diarrhée peut se produire lorsque l'enfant a mangé des aliments irritants ou gâtés, lorsqu'il perce des dents, a un rhume de cerveau, mal à la gorge ou toute autre infection. Ce peut être une infection connue sous le nom d'*entérite* ou de *dysenterie*. Cela est très sérieux. Si l'enfant, de plus, a des vomissements son organisme peut se déshydrater, ce qui mettra sa vie en danger. Jusqu'à ce que vous ayez pu consulter votre médecin, gardez l'enfant au lit et essayez souvent de lui faire boire des liquides.

Les *vers* peuvent provoquer soit la constipation, soit la diarrhée. Il se peut cependant qu'aucun de ces symptômes ne soit présent. En fait, on notera peut-être pour la première fois la présence de vers en découvrant dans les selles de l'enfant ou en notant qu'il paraît avoir des démangeaisons au rectum ou une certaine irritation. Les vers les plus courants chez les

enfants sont les oxyures qui ressemblent à de petits morceaux de fils blancs, d'environ un centimètre et très mobiles, et les nématodes, qui sont des vers de couleur pâle, lisses, ressemblant à des vers de terre. Le ténia est moins commun et les ankylostomes ne s'attrapent que dans certaines régions.

L'enfant peut ramasser des œufs de vers n'importe où. Veillez à ce que ses mains et ses ongles soient propres.

Si le médecin pense que l'enfant a des vers il désirera voir les selles car il lui faut savoir exactement de quel vers il s'agit. Pour parvenir à tuer les vers il faut que le médicament soit énergique. C'est pourquoi il ne faut donner que la dose prescrite et la mesurer avec soin de façon à ce que le médicament ne fasse aucun mal à l'enfant lui-même.

Un aspect inhabituel des selles peut être l'un des signes de la *fibrose kystique du pancréas*. Des selles importantes et nauséabondes peuvent être dues à une mauvaise absorption des graisses des aliments que mange l'enfant. Cette maladie est héritée de parents porteurs du trait héréditaire et qui, en général, ne présentent personnellement aucun symptôme de cette maladie. Le cas échéant, elle peut perturber de nombreuses fonctions de l'organisme. Un enfant atteint de fibrose kystique du pancréas sera porté à avoir des infections pulmonaires répétées ou chroniques. Il aura, en général, bon appétit mais ne prendra que très lentement du poids. Il est nécessaire que l'enfant soit suivi par un médecin.

Un aspect inhabituel des selles peut également être le signe de la *maladie coeliaque* ou *maladie de Gee*. C'est une indigestion intestinale chronique qui provient du fait que l'organisme ne tolère pas certaines substances alimentaires, le plus souvent une protéine qui se trouve dans le blé et le seigle. Des accès fréquents de diarrhées au cours de la première année de la vie de l'enfant peuvent être les premiers signes de cette maladie, par la suite, les selles auront tendance à être volumineuses, pâles, spumeuses et fétides. Si la maladie n'est pas traitée, la croissance de l'enfant peut être ralentie. Le traitement consiste en un régime qu'établira le médecin de façon à faire face aux besoins de l'enfant sur le plan de la nutrition tout en évitant les aliments qu'il ne peut tolérer.

Tout changement dans les habitudes d'uriner de l'enfant peut indiquer une maladie. Par temps froid et humide il se peut naturellement qu'il urine plus souvent. Cependant, une augmentation persistante des évacuations d'urine peut indiquer le *diabète* (diabète sucré), c'est-à-dire une incapacité de l'organisme à utiliser les sucres et les amidons. S'il n'est pas soigné, le diabétique perd du poids quelles que soient les quantités qu'il peut manger, et il peut même mourir. Aujourd'hui un régime spécial et l'usage de médicaments permettent à l'enfant diabétique de mener une vie normale et bien remplie.

Des urines troubles peuvent contenir du pus qui provient d'une infection des reins. La *pyélite* est une maladie plus fréquente chez les petites filles que chez les petits garçons. L'enfant peut paraître en excellente santé si ce n'est la présence de cette urine trouble. Dans d'autres cas, l'enfant peut avoir l'air malade, mais n'avoir ni fièvre ni douleur, il peut encore avoir mal à la tête et un peu de fièvre. Dans tous les cas que le médecin

établisser son diagnostic. Prenez avec vous un échantillon de l'urine que vous aurez versé dans une petite bouteille bien propre.

La *vaginite* est un écoulement vaginal (le vagin est le canal qui débouche dans le système reproducteur de la femme) qui peut être faible et de brève durée, faible mais persistant ou abondant et épais. L'urine peut avoir une apparence trouble ou rouge si les sécrétions s'y mêlent. Le médecin doit être consulté afin qu'il guérisse ce qui peut être une maladie bénigne ou une maladie grave. Il arrive parfois que la petite fille se soit introduit un corps étranger dans le vagin.

CAS D'URGENCE

Morsures et piqûres. — Fractures. — Brûlures. — Etouffements. — Convulsions. — Coupures et hémorragies. — Maux d'oreilles. — Corps étrangers dans l'œil. — Plaies par instruments pointus. — Echardes. — Empoisonnements.

Avec les enfants il se passe rarement de journée sans bosse, nez écorché ou autre petit accident sans importance. Le cri « Maman je saigne » vous glace à chaque fois. Il s'agit en général d'une simple coupure. Vous nettoyez la plaie, vous consolez l'enfant et vous reprenez vos travaux ménagers.

Cependant, des cas plus graves se présentent parfois. Il vous est alors indispensable de savoir comment agir. Vous pouvez l'apprendre en suivant des cours de secourisme de la Croix-Rouge ou des cours pour adultes. Il est pratiquement impossible de comprendre à la simple lecture certaines techniques comme la respiration artificielle. Si vous ne pouvez pas suivre des cours achetez un manuel que vous aurez toujours à la portée de la main dans la cuisine ou la salle de bains. De toute façon rappelez-vous que les premiers soins ne suffisent pas. A l'exception des accidents insignifiants votre enfant devra toujours être immédiatement examiné par un médecin.

Nous vous donnons ici quelques indications relatives aux cas d'urgence les plus courants :

MORSURES ET PIQURES

Les morsures d'animaux sont traitées p. 109

Piqûres d'insecte (abeille, guêpe, frelon, fourmi, moustique) : lorsque le dard est resté, le retirer à l'aide d'une pince. Mettre du vinaigre ou de l'ammoniaque étendu d'eau sur la piqûre ou une pâte épaisse faite de bicarbonate de soude et d'eau. Consulter le médecin si l'enfant présente une réaction inhabituelle (pâleur, nausée, vomissement, évanouissement, convulsions).

Morsure de serpent : essayer de tuer le serpent afin de pouvoir déterminer de quelle espèce il s'agit. Il existe aux Etats-Unis quatre espèces de serpents venimeux : les serpents à sonnette, les trigonocéphales, les vipères et les serpents corails.

Emmener immédiatement l'enfant chez un médecin ou dans un hôpital si vous pensez qu'il a été mordu par un serpent venimeux. A moins d'avoir appris à vous servir d'un nécessaire de premier secours contre les morsures de serpent vous pouvez faire plus de mal que de bien en essayant de lui injecter un antidote ou de pratiquer la succion.

En attendant l'arrivée du médecin ou lorsque vous emmenez l'enfant à l'hôpital appliquez un garrot juste au-dessus de l'endroit de la morsure afin de ralentir l'afflux du venin dans le corps. Surveillez le garrot car l'enflure que provoque la morsure peut le rendre trop serré. Faites taire l'enfant et calmez-le. Laissez pendre le membre mordu.

MORSURES DE TIQUE

La plupart des tiques sont inoffensives mais certaines transmettent la fièvre à tique ou la fièvre pourprée des Montagnes Rocheuses, plus grave (voir tableau).

Examinez deux fois par jour les enfants qui vivent dans les régions infestées de tiques. Examinez surtout les cheveux et les plis de la peau. Retirez les tiques (sur les personnes comme sur les animaux) à l'aide de pinces. Vérifiez pour voir si vous avez également retiré la tête. Si elle ne se détache pas, faites-la tomber en appliquant de la graisse, de l'huile ou de la térébenthine. Ecrasez la tique (mais non avec les doigts) et jetez-la dans les toilettes, brûlez-la ou jetez-la dans de la térébenthine ou du pétrole. Nettoyez la morsure avec de l'eau et du savon ou avec un léger antiseptique.

FRACTURE

Si vous craignez une fêlure ou une fracture ne laissez pas l'enfant se servir du membre ou de la partie du corps considéré et n'y touchez pas. Laissez l'enfant là où il se trouve lorsque cela est possible. Couvrir chaudement l'enfant et appeler un médecin. Si un fragment d'os a transpercé la peau recouvrir légèrement la plaie d'une gaze stérilisée.

Si vous devez déplacer l'enfant appliquez une attelle au membre blessé.

Bras. — Une écharpe est le moyen le plus simple pour maintenir le bras immobile. Ou bien encore, utiliser un oreiller ainsi qu'il est expliqué ci-après.

Jambe. — Glisser un oreiller sous le membre en s'assurant que l'articulation à chaque extrémité de l'os fracturé est bien soutenue. Fixer au moyen de bandes d'étoffe ou de bandes placées à 8 ou 10 centimètres les unes des autres. On peut utiliser une longue planche si on ne dispose pas d'un oreiller. On peut encore lier la jambe blessée à l'autre jambe à l'aide de bandes placées tous les 10 centimètres. S'assurer que les liens ne sont pas trop serrés.

Dos ou cou. — Si cela est nécessaire glisser l'enfant sur une planche ou une porte mais laissez-le où il est lorsque cela est possible. Appelez immédiatement un médecin.



BRULURES

Dans le cas de brûlures légères utiliser de la vaseline ou une pommade pour brûlures. Pour soulager on peut également appliquer une pâte faite de bicarbonate de soude et d'eau, ou un sachet de thé humide. Couvrir avec une gaze propre ou une compresse stérilisée. Ne pas toucher aux cloques. Toute brûlure étendue ou profonde exige que l'enfant reçoive rapidement des soins médicaux. Envelopper l'enfant dans un drap ou couvrir la partie atteinte d'un linge propre, bien couvrir l'enfant et l'emmener à l'hôpital.

ETOUFFEMENT

Suspendre l'enfant la tête en bas en le tenant par les pieds et lui donner des coups secs dans le dos. Si l'enfant est trop lourd pour pouvoir être tenu par les pieds la tête en bas, mettez-le sur votre épaule de façon à avoir ses pieds d'un côté et la tête de l'autre, ou encore sur le dos d'une chaise. Si l'objet avalé n'est pas expulsé, emmener immédiatement l'enfant chez un médecin ou à l'hôpital.

Si l'enfant a avalé un objet petit et à surface lisse, par exemple la graine d'un fruit, un bouton ou une petite pièce de monnaie, surveiller ses selles pendant plusieurs jours afin de vous assurer que le corps a bien été expulsé. S'il a avalé un objet pointu, une épingle ou une aiguille par exemple, appeler immédiatement le médecin.

CONVULSIONS (crises, attaques, accès)

Bien qu'elles soient assez impressionnantes, ne perdez pas votre sang-froid. La plupart ne durent que quelques minutes. Vous devez surtout vous efforcer d'empêcher l'enfant de se faire mal. Placez-le sur un lit ou un tapis, loin de tout objet et de tout meuble aux arêtes vives, sur le ventre, le menton levé. Dans cette position il peut respirer facilement, il y a moins de danger qu'il aspire de la salive dans ses poumons et il ne peut pas avaler sa langue.

Le surveiller. Ne pas placer l'enfant atteint de convulsions dans la baignoire. Le coucher lorsque la crise est terminée.

Appelez le médecin lorsque vous le pouvez. Une convulsion indique souvent le début d'une infection ou d'une maladie. Des convulsions qui se répètent régulièrement et ne sont pas accompagnées de fièvre indiquent souvent que l'enfant souffre d'épilepsie. L'enfant épileptique doit être placé sous surveillance médicale afin de l'empêcher d'avoir des attaques.

COUPURES ET HÉMORRAGIES

Dans le cas d'une légère coupure, bien laver avec de l'eau et du savon et appliquer un pansement propre ou un linge fin propre et récemment repassé. Si la coupure est longue et profonde, la recouvrir d'une gaze stérilisée et appuyer fermement sur la plaie afin d'arrêter l'hémorragie. Maintenir le pansement en place jusqu'à l'arrivée chez le médecin ou dans la salle des urgences de l'hôpital. Si l'hémorragie ne cesse pas, placer une serviette propre sur l'endroit blessé et exercer une forte pression. Ajouter d'autres serviettes ou des linges propres si cela est nécessaire, mais ne pas retirer le premier pansement.

Dans le cas d'une hémorragie importante, exercer une forte pression sur une région située près de la blessure, du côté du centre du corps. Le flot sanguin vers la main peut, par exemple, être ralenti par une pression croissante et forte sur la face interne du haut du bras. Si vous avez pris des cours de secourisme ou si vous avez un manuel relatif aux premiers soins vous saurez où sont situés ces points de pression.

MAUX D'OREILLES

Si un insecte est entré dans l'oreille, mettre fin au bourdonnement qui affole l'enfant en versant dans l'oreille quelques gouttes d'huile d'olive ou d'huile minérale tiède. L'huile immobilisera l'insecte et le chassera peut-être de l'oreille. N'essayez pas vous-même de retirer tout autre corps étranger (bonbon, caillou, haricot). Appeler le médecin.

Si l'enfant se plaint de maux d'oreilles, appeler le médecin. Appliquer du chaud ou du froid pour permettre un soulagement temporaire. Utiliser une poche à glace en partie remplie ou une bouillotte remplie d'eau chaude et non brûlante. On peut encore placer l'enfant sur une couverture chauff-

fante réglée à température moyenne. Vous pouvez aussi faire chauffer dans le four un petit sac contenant du sel, puis le placer sur l'oreille douloureuse. Le sel chauffé conserve très lentement la chaleur.

CORPS ÉTRANGERS DANS L'ŒIL

Lavez-vous les mains avant d'essayer de retirer une particule de l'œil. Dites à l'enfant de ne pas se frotter les yeux. Rabattez pendant un moment la paupière supérieure sur la paupière inférieure tandis que l'enfant regarde vers le haut. Cela le fait pleurer et les larmes peuvent entraîner la poussière. Si cette tentative échoue, cherchez l'emplacement du corps étranger. Lorsque vous le voyez, tâchez de le retirer en le touchant légèrement avec le coin d'un mouchoir propre ou avec un morceau de gaze stérilisée roulé en pointe.

Un bain d'œil peut donner un résultat. Verser le liquide dans l'œil à l'aide d'un compte-goutte ou utiliser une œillère. N'utiliser que de l'eau bouillie, refroidie à la température ambiante et à laquelle on aura ajouté un quart de cuillerée à café de sel par tasse. Si l'irritation persiste, recourir aux soins d'un médecin.

SAIGNEMENTS DE NEZ

Rassurer l'enfant et le faire tenir tranquille, assis. Dites-lui de respirer par la bouche. Exercer une légère pression sur la narine pendant cinq à dix minutes. Si le sang continue de couler, essayez autrement en mettant des morceaux de glace sur la nuque de l'enfant ou des linges humides et glacés sur son nez. Si l'hémorragie persiste, appelez un médecin. Si les saignements de nez sont fréquents ou importants ayez recours aux soins d'un médecin pour qu'il en décèle l'origine.

Si l'enfant a introduit un corps étranger dans son nez, allez chercher un médecin pour qu'il le retire.

PLAIES PAR INSTRUMENTS POINTUS

Exercer une légère pression autour du trou pour faire saigner, ce qui nettoie la plaie. La recouvrir d'un pansement non serré en attendant que le médecin puisse l'examiner, mais ne cherchez pas à la refermer avec une bande très serrée ou du sparadrap. Voyez avec le médecin s'il n'est pas nécessaire de faire une piqûre antitétanique ou, si les vaccins de l'enfant sont récents, une piqûre de rappel (cf. tableau à la troisième page de couverture).

ÉCHARDES

Laver longuement la région blessée. La mousse de savon adoucira la peau autour de l'écharde et permettra de la retirer plus facilement. Utiliser pour ce faire des pinces, une aiguille ou l'extrémité d'un canif après les avoir stérilisés. Une pince peut être moins effrayante pour l'enfant mais elle n'aura parfois de prise que si l'extrémité de l'écharde est dégagée avec un instrument plus pointu. Pour le stériliser, passer l'instrument à la flamme ou à l'alcool. Un enfant de quatre ans ou plus âgé peut retirer lui-même l'écharde. Il sera moins effrayé si on le laisse essayer. Une fois l'écharde retirée, appuyer autour de la région considérée pour faire un peu saigner, puis laver avec soin ou appliquer un antiseptique léger. Recouvrir au besoin d'un pansement stérilisé pour protéger la région sensible. Si l'écharde est profondément entrée dans la chair de l'enfant elle devra toujours être retirée par un médecin.

EMPOISONNEMENTS

Si cela est possible, emmener l'enfant à l'hôpital. Prendre avec soi l'emballage dans lequel était le poison afin que le médecin puisse savoir ce que l'enfant a avalé.

Selon les poisons il est recommandé ou décommandé de faire vous-même vomir l'enfant. Si vous ne pouvez emmener immédiatement l'enfant chez un médecin, agissez en vous conformant aux indications suivantes :

NE PAS FAIRE VOMIR L'ENFANT S'IL A AVALÉ

Des substances huileuses, par exemple :

Kérosène,
Essence minérale,
Benzine,
Détacheurs liquides,
Insecticides liquides,
Encaustiques.

Des alcalis forts :

Lessive,
Ammoniaque,
Soude caustique,
Tétrachlorure de carbone (extincteur pour incendie).

Des acides forts :

Acide chlorhydrique,
Acide nitrique,
Acide sulfurique (électrolyte pour batterie).

PROVOQUER DES VOMISSEMENTS SI L'ENFANT A PRIS :

La plupart des choses non citées ci-dessus, y compris les éléments suivants :

Médicaments (aspirine, pilules martiales, teinture d'iode, élixir parégorique, sédatifs, etc.).

Médicaments pour le cœur (comprenant de la digitaline). Ne faire vomir l'enfant que s'il vient juste de les avaler. Sinon, ne PAS provoquer les vomissements.

Pour provoquer des vomissements lui chatouiller l'arrière-gorge avec le doigt ou lui faire boire de l'eau chaude à laquelle on aura ajouté du sel de table, du bicarbonate de soude ou de la farine de moutarde (une cuillerée à soupe par verre d'eau) ou de l'eau savonneuse chaude. S'il ne vomit pas, faites-lui boire de grandes quantités de liquide. N'essayez pas de provoquer des vomissements ou de faire boire l'enfant si l'enfant est sans connaissance. Si l'enfant a respiré des vapeurs empoisonnées, emmenez-le immédiatement à l'air frais puis le plus vite possible à l'hôpital.

INDEX

- Absence des parents.
Accès (crises, attaques).
Accidents (prévention des accidents).
Acido (si l'enfant a avalé un).
Affection (naissance de l').
Alcalis (si l'enfant a avalé des).
Aliments qui ne conviennent pas aux enfants.
Allergies.
Ami imaginaire.
Amygdales.
Anémie.
Angine de Vincent.
Animal favori (mort d'un).
Anniversaire.
Aphtes.
Appendice.
Appétit :
 perte de l'appétit,
 variations de l'appétit.
Approbation (besoin d').
Asphyxie (pour éviter les risques d').
Asthme.
Attention (exigences en matière d').
 Attention non soutenue.
Attitude agressive.
Attitude des adultes.
- Balancer (se) au lit.
Bandages :
 pour blessures,
 pour membres fracturés.
Bavardage.
Bégaiement.
Biberon (attachement au).
Bicarbonate de soude (comme antiseptique).
Bien (respect du... d'autrui).
Blessures par instruments pointus.
Bronchite.
Brûlure.
Boutons (cutanés).
- Caisse de sable.
Calme (rester).
Camarades.
Caries.
Cauchemars.
Chaussettes.
Chien :
 morsures de,
 peur les...
- Chorée.
Circulation (apprendre les règles de la).
Clignements d'yeux.
Climat (influence du climat sur l'asthme).
Clinique pour enfants bien portant.
Clinique pour enfants caractériels.
Clous (furuncles).
Cogner (se) la tête.
Colère.
Compagnons de jeu.
Compagnon de jeu imaginaire.
Comportement de l'enfant :
 à un an,
 à trois et quatre ans,
 à cinq ans,
 du tout petit.
Confiance dans l'enfant,
 dans les parents,
 de soi.
Conjonctivite.
Conscience (naissance de la).
Conscience trop stricte.
Constipation.
Contes de fées.
Contrôle de la vessie (perte du).
Convulsions.
Coopération (de l'enfant).
Coqueluche.
Coupure.
Croissance :
 différence de la... selon les sexes,
 étapes de,
 moyennes de,
 vitesse de.
- Croup.
Culpabilité (sentiment de).
Curiosité (satisfaire la).
- Danse de Saint-Guy.
Démangeaisons.
Dentiste.
Dents :
 application d'une solution de fluorine
 sur les,
 caries des,
 de lait,
 permanentes,
 qui percent.
Dépendance.
Désobéissance.
Dessert.

- Diabète.
 Diagnostic.
 Diarrhée.
 Différences (acceptation des).
 Différences :
 entre les individus,
 entre les sexes,
 d'opinion.
 Diphtérie.
 Discipline :
 rôle du père dans la.
 Disputes.
 Distraire l'attention en tant que moyen
 pour faire respecter la discipline.
 Docilité.
 Doigts :
 manger avec les doigts,
 peinture pour peindre avec les,
 suction des.
 Dormir seul.
 Dysenterie.
- Eau (à donner à l'enfant malade).
 mesures de sécurité relatives à l'.
 Echardes.
 Ecouter l'enfant.
 Eco'le :
 admission à l'... maternelle,
 visite de l'.
 Ecole maternelle (début à l').
 Eczéma.
 Education (donner à l'enfant une bonne).
 Elocution :
 développement de l',
 problème d',
 traditive ou défectueuse.
 Emotion (questions relatives à l').
 Empoisonnement.
 Enclos pour jouer.
 Enfant malade.
 Enfant (l') ne vous quitte pas d'un pas.
 Enrouement.
 Entérite.
 Entêtement.
 Enurésie.
 Epilepsie.
 Eruption :
 en tant que symptôme de maladie,
 dans la rougeole,
 dans la rubéole,
 dans la scarlatine,
 dans la varicelle.
 Espérances (des parents).
 Etouffement (provoqué par un objet),
 précautions contre l'.
 Examens médicaux.
 Explications (importance des).
 Explorer.
- Façon dont se tient l'enfant.
 Fer (manque de... dans le régime ali-
 mentaire).
 Fermeté.
 Fessée.
 Feu (protéger du).
 Fibrose kystique du pancréas.
 Fièvre :
 fièvre ganglionnaire,
 fièvre pourprée des Montagnes Ro-
 cheuses,
 fièvre rhumatismale (rhumatisme arti-
 culaire aigu),
 fièvre scarlatine.
 Filles (croissance plus rapide des).
 Fissure de la voûte palatine.
 Fluorine.
 Franchise (importance de la).
 Frères et sœurs.
 Furoncles.
- Gale.
 Ganglions gonflés.
 Garde.
 Gee (maladie de).
 Genoux cagneux.
 Globuline Gamma.
 Grands-parents.
 Gronder l'enfant.
- Habiller (s') seul.
 Haine (expression de la).
 Handicap physique.
 Harnais.
 Hémoglobine.
 Hémorragie.
 Hépatite infectieuse.
 Hérité.
 Histoires (valeur des).
 Hospitalisation (préparer l'enfant à l').
- Ictères infectieux.
 Imagination dans le jeu.
 Imitation d'autrui.
 Immunisation.
 Impétigo.
 Indépendance.
 Indigestion.
 Incubation (période d').
 Infectieuse (hépatite).
 Infection fongique du pied.
 Infériorité (sentiment d').
 Influenza.
 Initiative.
 Inoculation.
 Inquiétude sans fondement.
 Insécurité.
 Intestin (contrôle de l').

- Instruments.
Instruments de musique.
- Jalousie.
Jalousie à l'égard du nouveau-né.
- Jambes torsées.
- Jardin d'enfants.
- Jaunisse.
- Jeu :
avant le coucher,
de groupe,
dramatique,
en plein air,
seul,
surveillance des,
terrain de.
- Jouets :
éducatifs,
choix des,
mettre les... de côté,
nombre de,
pour le malade,
selon les âges,
- Jumeaux.
- Kérosène (si l'enfant a avalé du).
Köplick (taches de).
- Lait (quantité de).
danger du... cru.
- Langage enfantin.
- Laryngite.
- Lavement.
- Laver l'enfant avec un gant de toilette.
- Laxatifs.
- Lecture à haute voix.
- Lessive (si l'enfant a avalé de la).
- Limites.
- Livres.
- Lunettes.
- Maîtresse (jardinière d'enfants).
- Mal de gorge.
- Maladie coelique.
- Maladie des reins.
- Malnutrition.
- Manque de logique.
- Marcher.
- Mastiquer (apprendre à).
- Matériel de jeu.
- Matière plastique (danger des sacs en).
- Maux de tête.
- Maux d'oreille.
- Membre fracturé.
- Mémoire.
- Menaces.
- Méningite.
- Mensonges.
- Mère qui travaille.
- Mesures de sécurité.
- Miction (fréquence de la).
- Molaires de six ans.
- Mononucléose infectieuse.
- Mord (l'enfant qui).
- Morsures :
d'animaux,
de chien,
de serpent,
de tique.
- Mort (questions sur la).
- Musarderie.
- Muscles (développement des).
- Mycose du pied.
- Nausée.
- Nématodes.
- Néphrite.
- Noix (risque d'inhaler des fragments de).
- Nourriture :
besoins journaliers,
dégouts en matière de,
quantité de,
refus de la.
- Nuit (dispositions pour la).
- Obéissance.
- Occlusion (mauvaise occlusion dentaire).
- Œil :
infection de l',
fatigue de la vue,
particule dans l'.
- Œufs (allergie aux).
- Oreilles qui coulent.
- Oreillons.
- Organes génitaux.
- Organisation du sommeil.
- Orgelet.
- Oxyures.
- Pâleur.
- Pansements.
- Parasysie infantile.
- Parc (de bébé).
- Partager.
- Peinture qui ne présente aucun risque
d'empoisonnement.
- « Percer » des dents.
- Père (le).
- Père Noël.
- Personnalité (développement de la).
- Peur :
au W.C.,
ce qui provoque la,
de la mère,
des étrangers,
des punitions,
la nuit,
lutte contre la.

- Pharyngite à streptocoques.
 Phrase (première utilisation de la).
 Piqûre d'insecte.
 Piqûre de rappel.
 Plaisanter.
 Pleure (l'enfant qui... la nuit).
 Pneumonie.
 Poids.
 Poliomyélite.
 Pollen (rhume des foins provoqué par le).
 Poussette.
 Poussière (sensibilité à la).
 Poux.
 Préjugés.
 Préparer l'enfant :
 à aller à l'école,
 à être hospitalisé,
 à l'arrivée d'un bébé.
 Prévention des maladies :
 des maladies contagieuses courantes,
 des maladies infectieuses moins courantes.
 Protéger :
 contre la maladie,
 de la peur.
 Psychiatre.
 Puniton.
 Pus :
 écoulement de,
 dans les urines.
 Pyélite.
- Questions.
 Questions relatives à la procréation (réponses aux).
- Radiations.
 Raideur de la nuque.
 Rage.
 Rappel (piqûre de).
 Rapports intermaxillaires.
 Rayons X.
 Réalité (distinguer la... de l'imaginaire).
 Récompenser l'enfant pour sa bonne conduite.
 Réconfort (besoin de... de l'enfant).
 Régime alimentaire pauvre ou mal équilibré.
 Règles (importance des).
 Relations :
 entre enfants,
 entre frères et sœurs,
 entre l'enfant et sa mère,
 entre l'enfant et son père,
 entre parents et enfants,
 Repas (organisation des).
 Réponses aux questions de l'enfant.
 Repos.
 Résistance (impression de).
- Respect de l'enfant.
 Responsabilité.
 Retard (de l'enfant) mental.
 Rêve.
 Revêtement des sols.
 Révolte.
 Rhumatisme articulaire aigu (fièvre rhumatismale).
 Rhume des foins.
 Rites.
 Ronger (se) les ongles.
 Routine (besoin de la).
 Rubéole.
- Saignements de nez.
 Sang-froid.
 Santé (surveiller la).
 Sécurité (mesures de).
 sentiment de.
 Selles :
 apparence inhabituelle des,
 régulières.
 Sentiments :
 de l'enfant,
 des parents.
 Séparation des parents.
 Service pour jeunes infirmes.
 Sevrage.
 Sexe :
 différences selon les... s.
 réponses aux questions relatives aux questions sexuelles.
- Sommes.
 Sommeil :
 moyens de favoriser le... de l'enfant,
 quantité de,
 problèmes relatifs au.
- Spasmes.
 Sucction :
 du pouce,
 d'un mouchoir,
 d'un jouet.
- Suppositoire.
 Surdité.
 Surexitation qui provoque des vomissements.
 Symptômes de maladie.
- Taille.
 Taquiner.
 Teigne microscopique.
 Télévision.
 Température :
 comment prendre la... de l'enfant,
 feuille de,
 normale.
 Temps (sens du).
 Ténia.
 Tension nerveuse.
 Tests tuberculiques.

Tétanos.
Tétine.
Thermomètre.
Timidité.
Torpeur, indice de maladie.
Tour (attendre son).
Toux (inhalation de vapeur pour lutter contre la).
Transfusion de sang.
Tuberculose.
Type masticatoire.
Typhoïde.

Urgence (cas d').
Urine :
 avec traces de sang,
 rare,
 trouble.
Urticaire.

Vaccin D.T.C.
 polio,
 réaction au...
Vaccination contre la variole.
Vaginite.
Vapeur :
 utilisation de la,
 précautions à prendre lors de l'utilisation de.
Varicelle.
Variole.
Verbes (utilisation des).
Vers.
Vêtements.
Vitamine D.
Vomissements :
 lorsque l'enfant a avalé du poison,
 lorsque l'enfant ne garde même pas de l'eau,
 symptômes de maladie grave.

FICHE DE VACCINATION

(Votre médecin peut suivre un schéma légèrement différent)

	Age conseillé	Date à laquelle le vaccin a été donné
PREMIERE ANNEE :		
D.C.T. + vaccin contre la polio	1 mois 1/2- 2 mois	1
Série de trois piqûres	3 mois	2
Pour le D.C.T.	4 mois	3
Vaccin contre la variole	avant 12 mois	1
DEUXIEME ANNEE :		
Tout vaccin qui n'a pas été donné ou n'est pas complètement donné avant la fin de la pre- mière année.		
Rappel pour le D.C.T. et la polio	12-18 mois	1
TROISIEME ANNEE :		
Tout vaccin qui n'a pas été donné ou n'est pas complètement donné la première année.		
Rappel de D.C.T. et polio	3-4 ans	1
AVANT L'ENTREE A L'ECOLE :		
Donner tout vaccin non encore complété.		
Rappel pour la variole	5-6 ans	1
PAR LA SUITE :		
Rappel de D.C.T. (type adulte)	A intervalles	
Vaccin contre la variole tous les cinq ans, s'il il y a une épidémie et lorsque l'enfant se rend à l'étranger.	recommandés par votre médecin.	1
		2
		3

MALADIES CONTAGIEUSES COURANTES

MALADIE	PREMIERS SYMPTOMES	PERIODE d'incubation 1	PREVENTION	DUREE de la contagion	MARCHE A SUIVRE
Varicelle	Légère fièvre, suivie au bout de 36 heures de l'apparition de petites taches rouges légèrement surélevées qui sont bientôt surmontées d'une vésicule remplie d'un liquide clair. Des croûtes se forment ensuite. Eruption par poussées successives.	2 à 3 semaines en général de 13 à 17 jours	Aucune ; immunité acquise lorsqu'on a eu une fois la varicelle.	Pendant les 6 premiers jours après l'éruption	Ce n'est pas une maladie grave. Couper ras les ongles de l'enfant pour éviter qu'il ne s'écorce. L'application d'une pâte de bicarbonate de soude et d'eau, ou d'alcool, peut atténuer les démangeaisons.
Rubéole	Des symptômes comme une légère fièvre, un mal de gorge ou un rhume peuvent précéder l'éruption qui consiste en taches minuscules et de couleur rose. Ganglions de la nuque hypertrophiés.	2 à 3 semaines 18 jours en général	Aucune. Immunité après une attaque. On expose souvent les petites filles à la contagion car si cette maladie est contractée au début d'une grossesse elle est dangereuse pour le futur bébé.	Jusqu'à ce que l'éruption s'atténue. Environ 5 jours	Ce n'est pas une maladie grave et les complications sont rares, donner de bons soins et beaucoup de repos.
Rougeole	Fièvre, toux sèche, rhume de cerveau et yeux larmoyants pendant 3 ou 4 jours avant le début de l'éruption qui commence à la racine des cheveux puis envahit tout le corps, par taches. Avant l'éruption, formation dans la bouche de petites taches rouges à centre blanc, les taches de Köplick.	1 à 2 semaines 10 à 11 jours en général	Si on fait des injections de globuline Gamma peu de temps après que l'enfant ait été exposé à la maladie, on peut atténuer, voire éviter la maladie, ce qui est très important pour les enfants de 3-4 ans. On disposera peut-être bientôt d'un vaccin permettant l'immunité totale.	Une fois que l'éruption a disparu, en général au bout de 7 à 8 jours	Peut être légère ou grave avec des complications graves, suivre les prescriptions du médecin pour les soins à donner à un enfant ayant la rougeole car c'est une maladie très traitre. (Cf., p. 109.)

Oreillons	Fièvre, maux de tête, vomissements, enflure douloureuse des glandes parotides et sous-maxillaires. D'autres parties du corps peuvent être également affectées.	de 11 à 15 jours en général environ 11 jours	l'enfant que chez l'adulte. Certains médecins sont partisans de faire attraper les oreillons aux petits garçons avant qu'ils ne soient d'âge scolaire.	toute enflure ait disparue	tant qu'il a de la fièvre, puis à la maison à moins qu'il ne fasse chaud dehors.
Exanthème critique	Fièvre élevée qui tombe avant l'éruption de grandes taches de couleur rose qui envahissent tout le corps. L'enfant peut paraître peu malade en dépit de la fièvre élevée (40°) possibilité de convulsion.	2 semaines environ	Aucune. Se déclare en général chez des enfants qui ont entre 6 mois et 3 ans.	Jusqu'à ce que l'enfant aille bien	Aucune mesure spéciale en dehors du repos et du calme.
Pharyngite à streptocoques et fièvre scarlatine	Souvent vomissements et fièvre avant une angine subite et forte. Si elle est suivie d'une éruption cutanée sur le tronc et les membres elle est appelée fièvre scarlatine.	de 1 à 7 jours en général de 2 à 5 jours	Les antibiotiques peuvent empêcher ou atténuer la maladie si le médecin estime que leur emploi est judicieux.	de 7 à 10 jours. Lorsque les épanchements inusités des yeux, du nez et de la gorge sont terminés.	Aujourd'hui souvent moins graves qu'auparavant : réagit aux antibiotiques qui devraient être continués pendant toute la maladie afin d'éviter des complications graves.
Coqueluche	Ressemble au départ à un rhume avec un peu de fièvre et une toux qui se transforme à la fin de la seconde semaine en quintes de toux bien caractéristiques.	de 7 à 21 jours en général environ 7 jours	Faire faire des injections de vaccins à tous les enfants lorsqu'ils sont encore bébés. Si un enfant non vacciné a été en contact avec une personne malade le médecin désirera peut-être donner rapidement un sérum à titre préventif.	4 semaines au moins	L'enfant a besoin d'être très suivi par le médecin tout au long de cette maladie qui le fatigue énormément.

1. La période d'incubation est en général la période qui s'écoule entre le moment où la personne a été en contact avec une personne malade et celui où apparaissent les premiers symptômes de la maladie. Ainsi, si un enfant a été en contact avec une personne atteinte de varicelle il peut continuer à jouer avec les autres enfants pendant les douze ou treize jours qui suivent. La semaine suivante il faudra l'éloigner des autres enfants car il peut entrer dans les premiers stades de la maladie et sera contagieux avant que vous ne notiez les premiers symptômes.

MALADIES INFECTIEUSES MOINS COURANTES

MALADIE	PREMIERS SYMPTOMES	PERIODE d'incubation	PREVENTION	DUREE de la contagion	MARCHE A SUIVRE
Hépatite infectieuse (ictère infectieux)	Peut être faible avec quelques symptômes ou accompagnée de fièvre, de maux de tête, de douleurs abdominales, de nausée, de diarrhée, d'une fatigue générale. Par la suite, peau et blanc de l'œil jaunes (jaunisse, urines foncées et selles crayeuses).	De 2 à 6 semaines, en général 25 jours	L'injection de globuline Gamma donne une immunité temporaire si l'enfant est exposé à la contagion.	Cela peut aller jusqu'à 2 mois et même plus.	Peut être faible ou nécessiter l'hospitalisation.
Mononucléose infectieuse (fièvre ganglionnaire)	Gorge douloureuse. Ganglions du cou et autres ganglions gonflés, parfois accompagné d'une éruption cutanée sur tout le corps et une teinte jaunâtre, fièvre basse et persistente.	Vraisemblablement de 4 à 14 jours, mais peut être plus longue	Aucune	2 à 4 semaines environ mais le mode de transmission est peu connu.	Garder l'enfant couché tant qu'il est fébrile, par la suite, activité restreinte.
Méningite	Peut être précédée d'un rhume ; maux de tête, raideur du cou, vomissements, température élevée avec convulsions ou accompagnée d'un état comateux ; éruption cutanée avec petites hémorragies sous-cutanées.	2 à 10 jours	Aucune	Jusqu'à la guérison.	Traitement immédiat nécessaire. Emmener l'enfant à l'hôpital si vous ne pouvez joindre votre médecin. Continuer le traitement aux antibiotiques aussi longtemps que l'or-

Poliomyélite (paralysie infantile)	Légère fièvre, malaise général, raideur de la nuque et du dos.	1 à 4 semaines en général de 1 à 2 semaines /	Tous les enfants doivent recevoir les 4 injections de vaccin antipoliomyélique et les piqûres de rappel doivent être faites régulièrement. Voir avec votre médecin ce qu'il pense du vaccin par voie buccale.	1 semaine à partir du début ou tant que la fièvre dure.	On conseille en général l'hospitalisation.
Fièvre pourprée des Montagnes Rocheuses	Douleurs musculaires, parfois saignements de nez, maux de tête, éruption le deuxième ou le quatrième jour.	d'une semaine environ après avoir été mordu par la tique infectée.	On peut faire faire des injections à l'enfant qui vit dans une région infestée de tiques.	Cette maladie n'est transmise que par les tiques infectées.	Des médicaments nouveaux ont amélioré le traitement.
Variole	Fièvre subite, frissons, maux de tête et douleurs dans le dos. Eruption de macules qui se transforment en papules saillantes et dures, par la suite elles se fissurent et des croûtes se forment.	1 à 4 semaines à 2 semaines en général	La vaccination assure une protection pratiquement parfaite. Vacciner au cours de la première année et de nouveau avant l'entrée à l'école.	Jusqu'à ce que toutes les croûtes soient tombées.	Les soins du médecin sont nécessaires.