

Que faire avec mon enfant ?

De 2 à 4 mois

Voici quelques idées d'activités avec votre enfant, adaptés à son développement.

Ces propositions ne sont bien entendu pas exhaustives, chaque enfant se développe à son propre rythme : adaptez les activités à son envie, ses humeurs, et son propre développement !

2 mois

- Lorsque vous répondez aux signaux de votre enfant de manière constante et appropriée, votre bébé communiquera plus souvent avec vous car il sait que vous le comprenez.
- Lorsque vous bougez *doucement* un objet devant sa tête de gauche à droite lui permet progressivement de coordonner le mouvement de ses yeux et de sa tête.
- Lorsqu'en jouant, vous le laissez tranquille lorsqu'il montre qu'il en a assez, votre bébé comprend que ses sentiments sont importants et valorisés.
- Lorsque vous bougez doucement ses bras en les ouvrant et les refermant sur son corps au rythme d'une musique, bébé apprend à conscientiser son corps et ses 2 côtés.
- Lorsque vous imitez ses expressions faciales, bébé sourit et se mettra à imiter vos expressions et celles des autres.
- Installer votre bébé sur le côté lui permet également de découvrir le monde d'un autre angle.
- Lorsque vous instaurez une routine, votre bébé apprend à anticiper ce qui l'attend, ce qui le rassure.
- Vous pouvez de temps en temps installer votre enfant sur le ventre, et étant couché face à lui, vous l'appellez par son prénom : votre bébé tentera de relever la tête pour voir votre visage.
- Si vous prenez sa main et l'ouvrez tout doucement pour caresser votre visage, votre bébé se détend et apprend le toucher. Lui permettre d'accrocher votre doigt avec sa main lui apprend également à entrouvrir peu à peu ses mains. Vous pouvez également lui faire toucher différentes textures.
- Répéter ses sons de bouche en lui laissant l'espace sonore pour gazouiller lui permettent de comprendre qu'une conversation se fait à 2, et que sa parole a autant d'importance que la votre.

3 mois

- Lorsque vous le félicitez en tapant dans vos mains ou en disant « bravo », votre enfant apprend lorsqu'il fait bien, mais développe également son estime de soi.
 - Lorsque vous lui donnez un jouet mou, une couverture, ou autre après une contrariété, votre enfant apprend progressivement à se reconforter seul. Le faire de manière constante lui permettra également de comprendre que ses sentiments comptent pour vous.
 - Vous promener dans la maison ou dehors avec votre enfant face au monde, ce dernier apprend à connaître ce qui l'entoure, à regarder les objets et les suivre du regard.
 - L'aider à taper dans ses mains lui apprend à les utiliser d'une manière amusante et participe à lui faire prendre conscience de son corps.
 - Vous pouvez commencer à lui présenter des objets et l'encourager à les toucher, pour qu'il apprenne à coordonner ses mains et ses yeux. Le laisser se cramponner à vos mains lui apprend également à contrôler peu à peu sa motricité.
 - Prenez l'habitude de placer votre bébé sur différentes positions : sur le dos, le côté, le ventre, assis, dans vos bras face au monde ; afin qu'il stimule ses différents muscles pour regarder le monde.
 - Lorsque vous inclinez doucement votre enfant vers la droite ou la gauche lorsqu'il est sur vos genoux sur le rythme d'une musique, cela lui permet de travailler son équilibre. Lorsque vous faites doucement rebondir votre enfant sur vos genoux au son de chansons courtes, votre bébé apprend à contrôler sa tête lorsque son corps est en mouvement.
 - Vous pouvez coucher votre enfant sur le dos et lui présenter des objets, pour qu'il stimule sa musculature différemment.
 - Lorsque vous prononcez son nom alors qu'il ne vous regarde pas, vous l'aidez à localiser la provenance des sons.
- Vous pouvez entamer une conversation avec lui en lui laissant le temps de répondre : cela lui apprend à attendre son tour pendant une conversation

4 mois

- Jouer à des jeux interactifs comme le « caché/coucou », votre bébé s'habitue à vous voir partir et revenir.
- Lorsque vous prononcez souvent son prénom en lui parlant, il s'entraîne à le reconnaître. Lorsqu'il s'agite, l'appeler doucement par son nom lui apprend également à se calmer au son de votre voix.
- S'il est effrayé par quelqu'un ou une situation, rester près de lui ou le prendre dans vos bras lui apprendra à se sentir en sécurité même s'il est inquiet.
- Présenter un seul objet à la fois lui permet de se concentrer sans être bousculé. Nommer les objets à chaque fois qu'il en prend un dans les mains participe déjà à l'apprentissage de son langage.
- Coucher votre bébé sur son dos et lui poser ses mains ouvertes sur ses genoux, puis le faire rouler de gauche à droite lui apprendra les changements de position et à découvrir ses abdominaux.
- Ramener ses pieds et ses jambes près de son buste au rythme d'une musique lui apprendra à connaître son corps.
- Lorsque vous inventez des jeux avec ses doigts, votre enfant observe vos gestes et apprend les mots.
- Laissez votre enfant passer des moments seuls avec d'autres membres de votre famille lui permet de développer sa sociabilité