Le terrible two : bébé fait sa première crise d'adolescence ?

BÉBÉ ENTRE 6 ET 12 MOIS

ARTICLE

NOV. 9, 2016

3 MINS

Les parents se retrouvent souvent décontenancés face à ce changement soudain de comportement. Comment agir, réagir et surtout ne pas suréagir ?

Développement de l'enfant : la première crise d'adolescence

Vers 8 mois, grande étape dans le développement de l'enfant qui prend conscience de son individualité et de celle de sa maman. Cette phase appelée **« angoisse du 8ème mois » se traduit par des pleurs du bébé** quand sa maman sort de son champ de vision ou quand il rencontre de nouvelles têtes.

Autre étape décisive dans la formation du « soi » **vers 18 mois, quand bébé se reconnaît dans le miroir** et s'y voit enfin en entier. c'est également le début de la phase du « non » dans son langage.

Coïncidant avec le moment où les parents veulent éduquer leur enfant en lui inculquant certaines règles de vie, **il dit systématiquement « non »** à tout ce qu'on lui propose, même ce que d'habitude, il adore.

Cette phase marque surtout une affirmation d'autorité, plus qu'un vrai refus, mais peut se caractériser par une agressivité de l'enfant, liée à sa frustration.

Bébé a pris conscience de son individualité et il le fait savoir ! Désormais, il a son mot à dire, malheureusement, il n'arrive pas toujours à se faire comprendre, ce qui peut déclencher une colère chez l'enfant !

Une première crise d'adolescence, aussi appelée **« crise des 2 ans » ou « terrible two ».**

Savoir réagir à la crise des 2 ans

Sans céder systématiquement à toutes les demandes du tout-petit, il faut entendre ses revendications car elles sont le signe que le développement de l'enfant se déroule bien. Pour éduquer un enfant, **l'essentiel est de rester cohérent et ferme dans ses décisions, sans s'énerver.**

Par exemple, si l'enfant refuse de se faire aider pour s'habiller, même si sur le moment, les parents se disent qu'ils perdent du temps, en le laissant s'entraîner, ce sera bientôt du temps de gagné pour éviter une colère de l'enfant et lui faciliter la tâche, il vaut mieux prévoir des vêtements adaptés aux tout-petits, faciles à mettre et des chaussures simples à enfiler.

- Le bain, c’est obligatoire, que cela lui plaise ou non. Et il verra qu’il se sentira mieux quand il sent bon.
- Il veut choisir ses vêtements tout seul ? D’accord, mais seulement s’il met son manteau, car il fait froid.
- Il veut rester sur la balançoire 5 minutes de plus ? Ok, mais maman reste là, et on s’en va vraiment dans 5 minutes.

Pendant cette première crise d'adolescence, parents et enfants doivent apprendre à maîtriser leurs émotions.

La crise à table aussi !

A chaque fois que les parents présentent un nouvel aliment à leur enfant, ils ont droit à la même réponse : « Non, j’aime pas !»

Un enfant préfère manger ce qu’il aime, mais il est important de lui faire respecter un équilibre alimentaire. **Le forcer ne résout rien, au contraire** ! Il faut varier les plaisirs pour lui en faire manger : dans un gratin, dans une purée…

Montrer l’exemple est essentiel : non seulement les parents mangent des haricots verts, mais ils adorent ça! Autre astuce : faire le marché et cuisiner ensemble, avec des aliments choisis ensemble. L'enfant sera fier de son petit plat, et le mangera jusqu’à la dernière cuillère.

Ce qu'il faut retenir

Le Terrible two est une phase normale

Cette phase marque surtout une affirmation d’autorité vers les 2 ans de l’enfant.

Restez calme

Plus facile à dire qu’à faire mais on compatie :) Ca va passer.

Montrer l’exemple

Et impliquer l’enfant dans les activités comme faire la cuisine ou le marché.