



Centre Hospitalier du Valais Romand

Service d'obstétrique

Service de néonatalogie



Hôpital du Valais
Spital Wallis



Promotion santé Valais
Gesundheitsförderung Wallis



INTERACTIONS PARENTS – BÉBÉ

Connectez-vous à votre bébé, pas à votre écran

L'impact des écrans sur la relation parents-bébé est un sujet d'actualité. Les technologies numériques prennent une place grandissante dans nos vies.

Dès sa naissance, les besoins du bébé ne se résument pas uniquement à des besoins primaires comme l'alimentation ou le change. Il a également besoin de créer des liens relationnels précoces avec ses parents.

Ces premières interactions sont le fondement même du lien d'attachement qui se construit au quotidien par de multiples échanges. Les deux partenaires sont actifs à tour de rôle, ou parfois en même temps, comme dans une conversation. Lorsqu'un des deux décide d'amorcer l'échange, l'autre suit ; lorsque l'échange a suffisamment duré, l'un des deux cesse d'être actif et l'autre suit.

Pour que ces échanges soient possibles, il faut que les deux personnes soient disponibles. Les écrans captent souvent notre attention, et nous rendent moins attentifs à notre enfant, ce qui diminue la quantité et la qualité des interactions.

Les premiers mois de vie et la première année sont particulièrement importants, car ils représentent la période initiale de la création d'un lien d'attachement sécure.

Interagir avec son bébé, c'est être attentif à lui et à ce qu'il exprime.

Dès ses premiers jours, votre bébé échange avec vous à travers ses regards, ses gestes, ses sourires et sa voix. C'est en interagissant avec vous à travers les expressions de votre visage, de votre voix, que votre enfant développe ses compétences relationnelles, cognitives et son langage.

Une exposition prolongée aux écrans peut perturber le développement du bébé et entraîner :

- Des troubles du sommeil
- Des difficultés d'apprentissage, notamment du langage
- Des problèmes de concentration

LES MOMENTS D'ÉVEIL ET D'ATTENTION DE VOTRE BÉBÉ SONT DES MOMENTS PRÉCIEUX, PROFITEZ-EN POUR COMMUNIQUER AVEC LUI.

Pour plus d'informations sur ce sujet :



RÉFÉRENCES :

- McDaniel B. Technoference: Parent mobile device use and implications for children and parent-child relationships. Zero Three. 17 déc 2020;41(2):30-6.
- Berthomier N, Octobre S. Enfant et écrans de 0 à 2 ans à travers le suivi de cohorte Elfe. Cult Études. 4 oct 2019;1(1):1-32.
- Surexposition aux écrans des jeunes enfants: enjeu de santé publique et défi pour les droits de l'enfant – ÉDUCATION AUX MÉDIAS ET À L'INFORMATION [Internet]. Disponible sur: <https://educationauxmedias.ch/surexposition-aux-ecrans-des-jeunes-enfants-enjeu-de-sante-publique-et-defi-pour-les-droits-de-enfant/>