

Ce soir, je leur lis une histoire

« C'était un vieux lion triste et malheureux qui n'avait sur le crâne pas l'ombre d'un cheveu... »

Raconter une histoire le soir à son enfant, c'est important, car cela l'aide à grandir. Chaque soir, au moment du coucher, c'est toujours la même demande: Bébé réclame son histoire du soir et ne vous lâchera qu'après avoir obtenu satisfaction. Il sait que c'est important pour lui. Et effectivement ça l'est.

Ce rituel, qui fait le lien entre le jour et la nuit, entre la présence et l'absence, le rassure et l'aide à s'endormir. Il s'agit d'une transition tout en douceur vers le sommeil et aussi un moment privilégié entre parents et enfants.

Selon le comportement de votre enfant, vous pourrez être surpris de le voir participer et s'investir dans l'histoire. Vous pourrez même constater et vous serez grandement surpris d'entendre Bébé, lorsqu'il saura le faire, vous racontez en partie l'histoire de mémoire à force de vous demander la même. Donc, ne soyez pas trop regardant si votre enfant vous demande tous les soirs l'histoire de Léon le Lion. Il ne sait pas encore lire mais il sait utiliser sa mémoire et apprendre, et ne se cache pas pour le faire savoir. Au bout de la 7^{ème} ou 8^{ème} fois, il finira les phrases avec un sourire de satisfaction au coin des lèvres. Vous pourrez même raconter l'histoire avec lui en alternant les phrases chacun votre tour. Dans ce cas, il sera plus simple d'avoir une histoire avec des phrases courtes, avec des rimes qui permettront à Bébé de retrouver les mots dans sa mémoire.

Certains enfants profitent de ce moment bien agréable pour lâcher les soucis qui les tracassent et ce, sans que vous soyez obligés de lui poser des tonnes de questions. Vous devenez alors son confident pour un soir et augmenter la relation que vous pouvez avoir avec votre enfant.

Sarah Chaslerie, Psychologue (fin de formation)