

# PARENTS BRANCHÉS

Janvier 2024

## Les bienfaits de la lecture aux bébés

### La lecture favorise les liens d'attachement

Peut-on écouter une histoire avant même d'en comprendre les mots et les images ? La réponse est : Oui. « **On peut commencer dès le deuxième mois de la vie à lire avec son enfant** », explique Maelys le Levreur, qui précise que la lecture, ici, signifie « entendre le son de la voix, Les premiers liens d'attachement se nouent par la voix qui apaise et le toucher qui rassure, un moment de lecture satisfait les deux aspects : « Quand on lit, on est proches, on a son bébé dans les bras, le temps de la lecture représente une bulle de plaisir, pour l'adulte comme pour le bébé.

Vous pensez que le poupon est trop petit pour les livres? Pas du tout! Pour le bébé, regarder un livre avec vous est un moment de plaisir parce qu'il est collé à vous et entend votre voix. Cela favorise votre lien d'attachement.

### Un rituel à partager

L'intérêt du rituel réside dans la présence et l'interaction avec l'adulte qui lit, surtout pas de pression, ces moments **doivent être une source de plaisir pour eux aussi**. « Nous sommes le meilleur des jouets pour notre enfant », ajoute-t-elle, et si le lecteur s'amuse, le bébé aussi... En effet, **ce qu'un bébé, avant 2 ans, comprend d'une histoire, c'est l'émotion que l'on met dedans**.

Les bénéfices du premier contact avec un livre :

- Regarder des livres avec le bébé aide au développement de son langage. La lecture permet d'enregistrer de nouveaux sons et d'acquérir du vocabulaire. Cette activité favorise les interactions et le lien d'attachement.
- **Présenté tôt, le livre devient source d'amusement et de plaisir.** Le livre l'aide à construire son imagination et à développer sa curiosité. À vos côtés, sans même s'en rendre compte, votre enfant apprend comment agir avec un livre et découvre de nouveaux mots.
- **Laissez-le explorer le livre à sa manière.** Par exemple, laissez-le le toucher, le mordiller, le lancer...
- **Soyez attentif aux images qui l'intéressent davantage et concentrez-vous sur celles-ci.** Nommez-les en les pointant ou demandez à votre bébé de vous montrer ces images.
- **Employez toujours les mêmes mots pour les mêmes images pour aider votre enfant à apprendre ces mots.** Le livre offre d'ailleurs la possibilité de souvent répéter les mêmes mots.
- **Répétez des mots et des sons.** Faites les bruits des animaux et des moyens de transport. Imitiez aussi les sons que fait votre bébé en regardant le livre pour l'amuser et l'encourager à « parler ».
- **Soyez expressif et parlez beaucoup pendant vos « lectures ».** Ne pas craindre d'exagérer et de varier la voix.
- **Montrez-lui des images en lui décrivant ce que c'est.** Les images d'objets du quotidien, de moyens de transport, d'animaux ou d'autres bébés risquent de l'intéresser.
- **Jouez avec les livres.** Cachez des livres sous des coussins ou une couverture et laissez votre bébé les découvrir. Faites des jeux de coucou en vous cachant derrière un livre.
- **Faites du théâtre.** Éveillez l'acteur en vous dans vos « lectures » pour intéresser votre tout-petit : changez votre voix, faites des gestes, exagérez vos expressions. Vous pouvez même utiliser une marionnette pour faire parler un personnage de livre.

Source : Naître et Grandir

### À retenir :

- La lecture pour favoriser les liens d'attachement.
- Lire est un rituel à partager.
- Lire pour lui ouvrir les portes du langage.
- Le bébé ressent la déclaration d'amour que vous lui faites en lisant une histoire.

