



Il veut toujours être debout

Quel bulldozer ! A 9 mois à peine, il ne pense qu'à une chose : marcher. Il faut savoir l'accompagner à son rythme, sans forcer, car cette étape de la "prémarche" est essentielle.

Victor vient de fêter ses 9 mois. Hier, il crapahutait à quatre pattes. Et le voilà soudain debout, en extension sur ses petites jambes, trépillant, se tenant au fauteuil, au canapé, ne cherchant qu'une chose : marcher ! Pour les parents, le symbole est fort : le petit va enfin devenir bipède... Et après l'avoir tenu pendant des mois dans vos bras, vous allez pouvoir glaner

un peu de liberté. Mais à 9 mois, est-ce vraiment sans risque ? Anne-Céline, la maman de Victor, s'interroge : « Je ne voudrais pas qu'il brûle les étapes. Est-ce vraiment bon pour ses jambes, pour ses os, s'il marche trop tôt ? On m'a parlé du risque des jambes arquées ou des jambes en X... Du coup, je ne sais pas si je dois essayer de calmer ses ardeurs ou l'encourager. » Pour Alexandrine

Saint-Cast, psychomotricienne, il ne faut pas avoir les yeux fixés sur le cap des 12 mois : « L'âge normal de la marche est extrêmement élastique, puisqu'il se situe entre 9 et 18 mois. Tout dépend du tempérament de l'enfant : est-il plutôt actif ou contemplatif ? Et aussi de sa tonicité musculaire : certains sont hypertoniques, musculairement parlant, et ont envie de se lancer. C'est également plus facile pour les enfants minces : leur centre de gravité est situé plus bas que chez les grands costauds... Côté psy, la sécurité de base joue un rôle primordial. C'est elle qui permet à l'enfant de se sentir en confiance dans son environnement et de se lancer sans crainte. Ces enfants-là se sentent d'ailleurs plutôt bien dans leurs baskets!

■ Laissez-le expérimenter

Devant ce désir d'autonomie et de marche précoce, comment réagir ? Devez-vous lui prendre la main et l'encourager à trotter ? Pas forcément. Toutes les étapes qui consistent à tomber sur les fesses, se relever, essayer de se maintenir en extension... sont essentielles. L'enfant apprend à évaluer ses capacités. Laissez-le donc vaquer à ces petits jeux corporels sans vous interposer, sans dramatiser, sans même forcément chercher à le remettre debout à chaque chute. Si vous le laissez expérimenter à son rythme cette étape particulièrement riche en découvertes physiques, votre enfant ne court aucun risque de déformation, comme celui par exemple des jambes en X ou en tonneau. A vous de ne pas vous montrer trop pressés, de ne pas faire de forcing, d'autant plus qu'avant ses premiers pas, il peut encore se passer plusieurs semaines ! « N'oublions pas, précise pour sa part le Dr Manuel Maidenberg, pédiatre, que pour l'enfant, passer du quatre pattes à la marche est aussi impressionnant que pour un adulte se lancer sur une piste de patin à glace sans en avoir jamais fait ! Autant dire qu'il a tout simplement le trac. »

■ Aidez-le à partir du bon pied

Dès qu'il commence à se tenir debout, il est vivement conseillé d'investir dans de bonnes chaussures - de type bottillons, les fameuses "bébé debout" avec un contrefort à l'arrière - en évitant tout modèle de seconde main, déjà préformé... à un autre pied. Après cela, chaque maman possède ses petites astuces pour encourager son enfant à trotter : on peut, par très courtes séquences, l'accompagner en glissant nos mains ou une longue écharpe sous ses aisselles (plutôt qu'en lui prenant la main). Si on le prend par la main, attention à ne pas tirer le bras vers le haut, ceci pour éviter tout risque de lui démettre l'épaule - ce qui n'est pas si rare chez les petits... On peut également créer un petit couloir sécurisant, papa d'un côté, maman de l'autre, chacun

Une maison 100 % sécurisée

Un enfant qui tient debout doit vous obliger à regarder votre intérieur d'un autre œil... Mieux vaut en effet le laisser se débrouiller en toute sécurité, plutôt qu'avoir à le rappeler à l'ordre toutes les trente secondes, au risque de l'inhiber. Nos conseils pour une maison sans risques.

- ✓ Débarrassez le salon de tous les petits bibelots, assiettes en porcelaine, bouteilles en verre...
- ✓ Pensez d'emblée à poser une barrière de sécurité fixe pour les escaliers (même un perron de trois marches, dans une maison de ville).
- ✓ Appliquez la loi de la double sécurité : les produits d'entretien doivent être sous clé et en hauteur.
- ✓ Pensez aux coins de la table basse. Elle est un appui idéal pour eux, et s'ils se relèvent trop vite, c'est la contusion assurée.
- ✓ Dans la cuisine, retournez le manche de la casserole de l'autre côté. Retirez couteaux et objets contondants de votre plan de travail. Il est maintenant assez grand pour y accéder...

accroupi à sa hauteur, les mains tendues, créant ainsi une sorte de sas de sécurité. Mais le mieux, pour répondre vraiment à ses désirs, est d'investir dans un "appui mobile" vers lequel il se dirigera de lui-même quand il aura envie de se dégourdir les jambes : un porteur de bonne qualité (attention aux modèles bas de gamme qui basculent à la moindre pression) ou une poussette. « Le symbole est fort : la poussette renvoie au statut de bébé... et le voilà devenu grand. C'est pourquoi ils aiment tant les pousser », souligne le Dr M. Maidenberg. Quant au harnais ou au youpala, vous pouvez l'utiliser par petites séquences de 10 à 15 minutes, histoire de ne pas fatiguer ses muscles ou l'exciter outre mesure. Bref, sachez l'accompagner à son rythme en savourant cette étape de la "prémarche", en l'applaudissant, le félicitant, et surtout sans se moquer (même gentiment), sinon on risque de briser sa confiance en lui et de l'inhiber. A contrario, il est inutile d'en faire trop, de le stimuler à l'excès comme on a trop tendance à le faire aujourd'hui. « Toutes les études les plus récentes sur le sujet prouvent qu'un excès de stimulation sur le plan cognitif ou physique risque d'entraîner une hyperexcitabilité et surtout une hyperactivité chez l'enfant plus grand, en classe maternelle », alerte Alexandrine Saint-Cast. Alors... pas d'urgence. Laissez-le expérimenter à tous petits pas le grand plaisir physique de la marche. Car c'est cela qui le motive, ainsi que vos félicitations. Il suffit de voir sa bouche grande ouverte, ses yeux fixés sur vos réactions, le sourire qui élargit son visage pour vous en persuader. A 9, 12 mois et bien après, il adore faire bouger son corps ! ■

Sophie Carquain