

À l'attention des proches de nouveaux parents. ♡

On veut bien faire en donnant des conseils du type "dans mon temps", "ton lait n'est peut-être pas assez riche", "il ferait peut-être ses nuits si..." mais il n'en est rien! Les conseils du genre sont plutôt anxiogènes et mal reçus par la plupart des familles.

✿ Et si l'approche était changée?

Avec une approche plus positive, des propos rassurants et en démontrant du soutien dans les choix de la famille, vous aidez les parents à prendre confiance en leurs capacités. Cela facilite aussi les échanges et contacts avec vos proches.

✿ Voici des faits qui pourraient vous aider à changer votre approche.

- Un parent a le droit de dire qu'il est fatigué, l'arrivée d'un nouvel enfant bouleverse une vie, ce n'est pas un mauvais parent, il est juste fatigué. Vous vous en souvenez sûrement puisque vous êtes aussi passé par là.
- Un bébé n'est pas sauvage, ni capricieux, c'est un bébé. L'humain est le mammifère qui est le plus dépendant de son parent, il prendra neuf autres mois pour comprendre qu'il ne fait plus qu'un avec sa maman. N'oubliez pas qu'il a été bercé pendant 9 mois dans le ventre de maman, elle est tout son monde, elle est la personne qu'il connaît le mieux. C'est normal qu'il ne soit que sans ses bras, cela lui rappelle sa vue utérine, ça le rassure.
- Le portage, répondre aux pleurs rapidement, être présent, permettent à bébé de prendre confiance en lui et en son parent.
- Vous n'êtes pas obligé de donner à manger pour créer des liens avec un bébé, le bercer, le changer, le porter, faire des balades en poussette, jouer, le baigner permet aussi de créer des liens.
- L'allaitement n'est pas plus fatiguant que de donner le biberon, en fait, c'est facilitant à bien des égards.
- Un bébé, de 0 à 3 mois, fait ses nuits lorsqu'il dort de 2 à 4h en continu. Tous les bébés font leur nuit dès la naissance.
- Les mères de bébé allaité dorment d'un sommeil plus profond que les mères de bébés au biberon.
- Un lait maternel "pas assez riche" n'existe qu'en cas de malnutrition extrême.
- Il n'y a qu'un pourcent (1%) des mères ayant un problème physiologique impactant sur la lactation, les chances que la maman manque de lait sont minimales.
- Un nouveau-né tête aux signes d'éveil pour se nourrir, pour se rassurer, pour s'apaiser. Cela peut paraître trop lorsqu'on ne connaît pas le rythme du bébé allaité, mais c'est tout à fait normal; cela assure un apport suffisant de lait et une croissance optimale.
- Un enfant n'est jamais trop vieux pour les tétées, le sevrage naturel se fait entre 2.5 ans et 7 ans.

✿ N'oubliez pas que les mots utilisés, la façon dont le sujet est amené peut être parfois mal interprété.

"Entre ce que je pense, ce que je veux dire, ce que je crois dire, ce que je dis, ce que vous voulez entendre, ce que vous entendez, ce que vous croyez en comprendre, ce que vous voulez comprendre, et ce que vous comprenez, il y a au moins neuf possibilités de ne pas se comprendre."
Bernard Werber

🌸 Vos proches sont des parents formidables!

5 actions pour soutenir la personne qui allaite



Lui rappeler à quel point
elle fait un excellent
travail



Reconnaître que
l'allaitement peut être
difficile



Lui offrir de l'aide en
s'occupant du bébé
ou des tâches



Défendre ses choix
face aux
commentaires
négatifs



La soutenir en tout
temps



<https://www.facebook.com/LigueLaLeche/photos/a.408500578727/10159051646523728>

Article à consulter

<https://curiositebienveillante.wordpress.com/author/curiositebienveillante/>