

Le doudou est un objet transitionnel qui va permettre à votre enfant de se séparer temporairement de vous, sans que votre absence soit interprétée comme une angoisse. A la maison, il n'en utilise pas mais il peut en avoir besoin à la crèche.

Découvrez l'utilité du doudou et nos astuces pour aider votre enfant à s'en séparer en douceur quand il sera prêt.



En tant que parents, nous n'en avons pas toujours conscience mais **le fait que votre enfant ait besoin d'un doudou est une première preuve de maturité**. En effet, il développe sa capacité de transposer son attachement vers un autre « support ». C'est pour lui le début de l'indépendance affective. Il peut s'agir d'une peluche, d'un morceau de tissu, d'une couverture... Votre enfant choisit lui-même son doudou, grand signe d'évolution et de progrès. Mais ce choix reste très mystérieux ! Finalement, votre enfant prend rarement celui que vous lui proposez.

Le doudou jusqu'à quel âge ?

Chaque enfant a une relation unique avec son doudou. Certains le gardent avec eux toute la journée, d'autres le réclament surtout au moment du coucher, quand ils ont du chagrin ou quand ils se retrouvent dans un nouvel environnement. **C'est votre enfant qui décidera de lui-même de se passer de son doudou**. Un jour, il ne ressentira tout simplement plus le besoin d'en avoir un pour de nombreuses raisons.

Avec l'acquisition du langage, il aura de nouveaux moyens d'exprimer sa peine ou son ennui. **En grandissant, votre enfant se sent plus sûr de lui**, et a donc moins besoin de se retrancher vers son doudou.

Une autre raison est qu'il se fait des amis, et les activités extérieures sont maintenant suffisamment riches pour satisfaire son corps et son esprit.

Généralement , cette séparation se fait naturellement entre 3 et 5 ans. Certains enfants âgés de 4 ou 5 ans peuvent y avoir recours pour se sécuriser lors de périodes d'adaptation ou de situations stressantes : visite chez le médecin, changement de lieu d'accueil (crèche, école...). C'est pour cela qu'il est important de **laisser le temps à votre enfant car chacun avance à son propre rythme.**

Des astuces pour l'aider à s'en séparer en douceur

Évitez de lui enlever simplement son doudou en pensant qu'il en fera plus vite son deuil. Au contraire, il s'agit de le rassurer et le responsabiliser en le séparant de son doudou par étapes. Plus il se sentira compris et rassuré, plus vite il abandonnera cette habitude.

Par exemple, vous pouvez lui proposer de déposer son doudou pendant les repas et de le récupérer à la fin. Vous pouvez aussi lui dire que, pendant la balade de l'après-midi, doudou attendra sagement son retour dans le lit. Il est très important de ne pas tout faire en même temps, comme proposer le pot, enlever la tétine et le doudou de votre enfant.

Votre enfant va rentrer à l'école, vite, vite c'est bientôt la rentrée !

Ne stressez pas, faites-lui confiance, procédez par étape et laissez-lui le temps de s'adapter à ses nouveaux lieux de vie en ne supprimant pas tous ses repères simultanément.

Nos astuces anti-perte de doudou

- Nous vous conseillons de prévoir 2 ou 3 doudous identiques qui vous permettront d'alterner. Vous pourrez aussi le laver régulièrement et pourquoi ne pas proposer à votre enfant de le mettre lui-même dans la machine à laver ? Il s'y accommodera, et vous pourrez le remplacer plus facilement.
- Inscrivez sur le doudou votre numéro de téléphone : ce sera très utile en cas de perte ou d'oubli.
- Au cours des sorties, attachez-le à votre poussette à l'aide d'une pince pour que doudou vous suive partout !