

L'humeur chez l'enfant entre 10 semaines et 3 ans

Chaque enfant est différent

Il n'y a pas de recette magique ou d'âge universel.

La clé, c'est de respecter le rythme de l'enfant et de l'accompagner avec bienveillance et constance.



L'humeur chez l'enfant entre 10 semaines et 3 ans évolue beaucoup, car le cerveau, les émotions et les capacités de communication se développent très rapidement.

Entre 10 semaines et 4 mois

À cet âge, l'humeur est surtout liée aux besoins physiques.

- ⇒ les sourires sociaux apparaissent entre 6 et 8 semaines
- ⇒ l'enfant réagit aux voix, visages et interactions.



Les émotions principales

- ⇒ le plaisir
- ⇒ le calme
- ⇒ l'inconfort
- ⇒ les pleurs



L'humeur dépend beaucoup de :

- ⇒ la faim
- ⇒ du sommeil
- ⇒ du contact avec les parents.



Le bébé commence à exprimer le bien-être par des sourires et des vocalisations.

Entre 4 et 12 mois

Les émotions deviennent plus variées.

- ↪ la Joie
- ↪ la surprise
- ↪ la frustration apparaissent.

Le bébé

- ↪ rit,
- ↪ proteste
- ↪ montre ses préférences.



Entre 7 et 9 mois apparaît souvent :

- ↪ l'angoisse de séparation
- ↪ la peur des étrangers.

L'enfant commence à utiliser les expressions faciales et les sons pour communiquer son humeur.



Entre 1 an et 2 ans

Le développement émotionnel s'intensifie.

L'enfant veut explorer et être autonome.

Humeurs fréquentes :

- ↪ l'enthousiasme
- ↪ la frustration
- ↪ la colère (petites crises).

Le langage commence à aider à exprimer les émotions.



Les crises (colères, pleurs) sont normales car l'enfant ressent beaucoup d'émotions mais ne sait pas encore bien se contrôler.

Entre 2 ans et 3 ans

Les émotions deviennent plus complexes.

L'enfant peut ressentir :

- ↳ la fierté
- ↳ la jalousie
- ↳ la honte
- ↳ l'affection.



Il commence à nommer certaines émotions.

Les caprices peuvent apparaître.

L'enfant apprend progressivement à réguler ses émotions avec l'aide de l'adulte.

En conclusion

Entre 10 semaines et 6 mois :

- ↳ les émotions simples liées aux besoins.

Entre 6 mois et 12 mois :

- ↳ les émotions plus variées et l'attachement fort.

Entre 1 an et 2 ans :

- ↳ l'autonomie et les frustrations.

Entre 2 ans et 3 ans :

- ↳ les émotions complexes et le début du contrôle émotionnel.

