

Serafino Malaguarnera

Aidez votre enfant à surmonter ses
peurs.

Introduction

Qui n'a jamais vu un enfant qui autour de 8 ou 9 mois se met brusquement à pleurer parce qu'il a devant soi un visage inconnu ? Vers deux ans, certains enfants craignent de disparaître par la bonde de la baignoire, emportés avec l'eau de leur bain. Qui n'a jamais vu un enfant avoir peur du noir ? Cette peur, qui est une des plus connue, apparaît vers deux ou trois ans et dure en moyenne jusqu'à cinq ans. La peur d'un visage inconnu, de la disparition, du noir, des animaux, du monstre caché sous le lit, de quitter ses parents, ... Ces peurs, et beaucoup d'autres, concernent tous les enfants, à des degrés variables. Les peurs des enfants font partie du développement normal et lui permettent de grandir, de développer son identité et de maîtriser son univers. Malheureusement, la peur prend

parfois le dessus et prend plus de place de ce qu'elle devrait. Dans ces cas, les peurs empêchent l'enfant de bien se développer, de grandir sereinement et de s'épanouir. Il arrive aussi qu'une simple peur se transforme en phobie.

Il va de soi que l'aide des parents est fondamentale. Mais les parents sont souvent inquiets et se posent beaucoup de questions : « Pourquoi est-ce que mon enfant a cette peur ? Est-ce que c'est normal ? Dois-je m'inquiéter ? Et, surtout, comment est-ce que je peux aider mon enfant à la surmonter pour qu'il puisse bien grandir ? »

Les nuits agitées sont souvent aussi une source d'inquiétude pour les parents. Qui n'a pas entendu son enfant pleurer en pleine nuit ? Il est effrayé, mais il n'est pas réveillé. Qu'est-ce qu'il a ? Que dois-je faire ? Est-ce que je devrais le réveiller ? Pourquoi mon enfant fait-il des cauchemars ? Est-ce que c'est normal ? Est-ce de ma faute ? Comment puis-je aider mon enfant à ne plus faire des cauchemars ?...

Vous trouverez dans ce livre les réponses à ces questions, et certainement, à beaucoup d'autres. Vous trouverez des explications simples et des conseils pratiques faciles à suivre pour aider votre enfant à mieux surmonter ses peurs.

Sachez qu'il est important que vous vous intéressiez tout particulièrement aux peurs de votre enfant qui caractérisent les premières six années de vie. Il faut savoir que les cinq premières années de la vie de votre enfant sont les plus importantes. Lorsque l'enfant atteint six ans, les structures essentielles de sa personnalité sont formées. Cette personnalité, qu'il portera en lui toute sa vie, déterminera en bonne partie sa réussite scolaire et celle de sa vie d'adulte. La peur est une des émotions qui a le pouvoir de freiner le bon déroulement du développement mental de l'enfant. Des peurs non résolues marqueront pour toujours sa personnalité et auront une incidence négative sur celle-ci !

Le but du livre est :

- ❑ de vous donner les connaissances nécessaires pour que vous puissiez comprendre les peurs de votre enfant.

- ❑ de vous donner des conseils pratiques pour faire face aux peurs que votre enfant manifeste au fur et à mesure qu'il grandit.

Bonne lecture... et surtout, n'ayez pas peur, ce sera une lecture agréable et instructive, malgré le thème abordé : la peur des enfants !