Livres pour accompagner le sevrage du bambin

Des livres pour préparer l'enfant à l'étape du sevrage, et autres livres du rayon jeunesse

Alors que l'allaitement du nourrisson est un allaitement « à la demande », lorsque l'allaitement dure il évolue, avec **un aspect émotionnel parfois plus intense que l'aspect nutritif**. Souvent les mères rapportent que leur petit de 3 ans tète aussi souvent qu'un nourrisson : il y a les tétés nutritives, mais aussi les tétés « câlin » , les tétés « dodo », les tétées « bobo », les tétées « ennui », les tétées « frustration », les tétées « j'ai eu peur », …. Et parfois, d'énormes colères si l'on refuse la tétée!

Comment alors accompagner son enfant vers un sevrage, lorsque la maman ressent le besoin de retrouver un équilibre, voire d'arrêter cette intense relation d'allaitement ? Les petits livres illustrés à destination des enfants sont **un outil intéressant pour préparer l'enfant** à cette nouvelle étape.

IPA vous propose en prêt le livre « **Mamma's Milk is all gone** » écrit par Ann P Vernon et illustré par LeeAnn Gorman (2015). Ce petit livre en anglais donne la parole à l'enfant: « Quand je suis né, maman m'a nourri au sein, tout contre elle. Et puis j'ai grandit, grandit »… « Maman me tient

toujours contre elle, même si il n'y a plus de lait »….. . Ainsi, l'enfant nous explique que, même si il n'y a plus l'allaitement, sa maman l'aime toujours. Il décrit comment leur relation grandit et évolue d'une autre manière. C'est un livre très touchant, plein de tendresse et d'émotion qui explique bien la nouvelle étape du sevrage.

En ressource en français dans le même thème, il existe le livre « **Confort d'amour** » de Julie Dillemuth et Vicky Pratt, qui décrit l'allaitement long de Léo. On y découvre ses émotions lorsque sa maman a commencé à doucement sevrer, en demandant à Léo de patienter, en lui proposant une distraction. En expliquant beaucoup à Léo, sa maman a diminué le nombre de tétées et progressivement cet allaitement s'est arrêté.

Enfin, **Toi, moi et la tétée** de Monica Calaf et Mikel Fuentes (2018), est un petit livre illustré, plein de couleurs, qui décrit le chemin de l'allaitement d'une famille. Il évoque chaque étape, et notamment le sevrage de nuit, ce qui peut être utile lorsque l'on souhaite expliquer ce concept à un bambin. Ce livre est également disponible au prêt chez IPA.

Autres Livres du rayon jeunesse à votre disposition au CERDAM d' IPA :

- Les tétées de Maïté, Jeanne Sélène, 2018
- Que veux tu Bébé ?, Tupera Tupera, 2017
- Mammifère, Marion Cadet, 2018
- Bébé à faim, Virginie Maillard, 2017
- Consulter la disponibilité des ouvrages dans notre catalogue

Ces livres illustrent différentes facettes de l'allaitement en général et peuvent être l'occasion de **partager un moment de complicité avec son enfant**, ou d'**expliquer l'allaitement** à l'aîné lors de l'arrivée de bébé.

Ces ouvrages sont disponibles sur demande chez IPA. Voir les conditions de consultation au Centre de Ressources CERDAM **d'IPA**

Présentation par Elise Armoiry, Consultante en lactation IBCLC

Publié par : JC, Documentaliste IPA.