



## Détox tototte !

Parents dépassés, no stress : notre british nanny, Jill Bird, vous donne la solution !

### LE BAD TRIP

Léo, bientôt 4 ans, se prend pour un grand ! Mais il y a quelque chose qui le trahit, il a sa « tutute » en bouche dès qu'il est à la maison ! Je ne vous dis pas le regard désapprouvateur de mes beaux-parents, qui disent qu'ils ne le comprennent pas quand il parle et le traitent de « bébé ». Les crises de colère quand ils font ça n'ont pas de répit. Comment faire,

Nanny, pour arriver à se débarrasser de la tétine de façon indolore ? Julie, 31 ans, Lille.

### POURQUOI C'EST BAD ?

Effectivement le côté « tétine utilisé comme bouchon » a un effet sur le langage et la prononciation de l'enfant, sans parler des effets néfastes pour les dents ni du jugement des autres. Il faudra aussi une vraie rééducation

pour apprendre à déglutir et à mâcher pour un enfant qui reste accro trop longtemps...

### THE SOLUTION

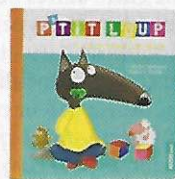
Environ 80 % des enfants de 3 ans ont toujours leur tototte ! Léo a apparemment envie d'aller vers l'autonomie, et l'abandon de la tétine est un grand pas... En revanche, la décision de désintox à la tétine doit être la sienne ! Il y a des parents qui décident : « Demain, on arrête ! » Mais si ça se passe mal, il ne faut surtout pas revenir sur votre décision. Je préfère la méthode de sevrage « doux ». Invitez Léo à se fixer lui-même des défis : « Dès maintenant, la tétine reste à la maison. » Et puis quelques jours plus tard : « A partir d'aujourd'hui, je ne l'utilise que dans ma chambre... » « Demain, elle reste dans le lit... » Vous pouvez convenir ensemble le jour (c'est mieux une journée clé pour l'enfant, son anniversaire par exemple). Il faut surtout, respectez son rythme. Peu importe la cadence, le principal est d'y arriver. A partir de ce jour, la tétine reste sous l'oreiller et ne

s'utilise *que* quand il est au lit. Il peut la prendre pour s'endormir. S'il a un vrai coup de blues ou est malade, il peut aller sur son lit pour se réconforter. Vous allez constater qu'il en a moins besoin, et peut-être alors décidera-t-il de passer à l'étape supérieure ! Parlez-en avec l'enfant pendant environ une semaine, et faites un événement d'« adieu » avec lui... Voici quelques rituels pour le sevrage total. Au Danemark, on accroche la tétine à un « arbre à tétines » en laissant un petit message ou un dessin. Certaines villes en France suivent l'exemple et, ça tombe bien, il y en a un à Lille ! En Angleterre c'est le Dummy Fairy (la fée des tétines) qui remplace la tétine par un petit cadeau. Je connais une maman qui a proposé à sa fille de donner sa sucette à son petit cousin car il en avait plus besoin qu'elle. Félicitez l'enfant régulièrement après l'abandon et dites-lui que qu'il a grandi ! Par contre il n'a pas le droit de revenir sur sa décision, soyez ferme, la tétine est partie et ne peut pas revenir ! *Good luck* Julie (et Léo) ! 🌟

## SHOPPING



**Demain j'arrête!** Le premier dispositif médical pour arrêter de sucer la tétine et le pouce ! Machouyou, 15,90 €.



**J'fais comme lui...** Livre P'tit Loup n'a plus besoin de tétine, O. Lallemand et E. Thuiller, Auzou Eveil, 4,95 €.



**Pour commencer.** Ranger la tétine sous l'oreiller dans une jolie boîte à sucettes. Gamme Toys, Suavinex, 5,99 €.