

Tout-petits (de un à trois ans)

- Restez avec votre enfant autant que possible. Si vous devez partir, prévenez-le et dites-lui en termes concrets quand vous serez de retour (après le dîner, après sa sieste, avant que l'émission se termine, etc.).
- Apportez à votre enfant des objets familiers et ses jouets préférés.
- Offrez plus de choix possible à votre enfant quand cela s'y prête. Il aura ainsi l'impression d'avoir une certaine maîtrise dans un milieu où il a bien peu à dire sur ce qui lui arrive (par exemple, demandez-lui où il va s'asseoir pendant l'intervention, à quel jeu il veut jouer, ce qu'il aimerait manger, regarder, etc.).
- Dites à votre enfant ce qui va lui arriver. Dans le cas d'un tout-petits, le meilleur moment pour le préparer est quelques minutes seulement avant l'intervention; plus tôt, il risque fort d'oublier.
- Permettez à votre enfant d'exprimer sa colère, sa peur, sa tristesse; ce sont là des émotions normales et acceptables.
- Pendant l'intervention, essayez de distraire votre enfant en le faisant participer à une activité amusante. En portant son attention sur autre chose que l'intervention, on atténue le sentiment d'anxiété et de détresse. Vous pouvez le distraire en lui lisant un livre, en faisant des bulles ou en l'amusant avec des jouets bruyants et lumineux. Si cela ne fonctionne pas, vous pouvez simplement lui décrire les étapes de l'intervention et lui expliquer ce qu'il peut faire pour aider. Il est possible que vous n'arriviez pas à apaiser ses craintes ou sa douleur, mais vous pouvez lui faire comprendre que vous êtes là pour le réconforter.
- Si votre enfant peut se déplacer et que l'infirmière vous autorise à sortir de l'unité, amenez-le à la salle de jeux (ou sur la terrasse en été). Dans cet environnement rassurant, il pourra s'amuser et se faire de petits amis. Le jeu est un espace naturel, rassurant et universel dans lequel l'enfant peut se réfugier, explorer ses sentiments, évoluer, apprendre et vivre des expériences positives. Celles-ci sont particulièrement importantes dans le cadre d'une expérience qui peut s'avérer stressante et traumatisante.