

Annexe 1 : Développement du nourrisson

- **Entre 0 et 3 mois :** Au début, le nouveau-né a les bras et les jambes fléchis, il ne faut donc pas forcer pendant le massage et essayer de le détendre au maximum en ralentissant les mouvements. C'est ensuite vers 3 mois qu'il sait tenir sa tête, car avant elle était trop lourde pour son âge et les muscles de son cou hypotoniques, il tend la main vers les objets, pousse des petits cris et commence à faire des sourires en réponse. En ce qui concerne son regard, au départ l'enfant suit des cibles noires et blanches du regard et c'est vers 2 mois qu'il commence à reconnaître le visage de ses parents et pour finir à 3 mois, il observe ses mains et reconnaît les objets familiers. En ce qui concerne son sommeil, au cours des premiers mois le nouveau-né dort environ 16 à 17 heures par jour puis entre 1 et 3 mois son temps de sommeil diminue et dort environ 14 heures par jour.
- **Entre 4 et 6 mois :** Au niveau psychomoteur, l'enfant commence à suivre du regard, il sourit en réponse et cherche à charmer la personne rentrant en contact avec lui. Il sait tenir sa tête seul, quand il est sur le ventre, il redresse bien sa tête et prend appui sur ses avant-bras. Il porte ses mains à sa bouche, attrape les objets légers, gazouille et commence à se retourner du dos sur le ventre et vice versa (Lambert, 2023; Service éducation santé de l'ONE, 2023). À cet âge, le bébé perçoit toutes les couleurs même si le rouge, le bleu et le jaune l'attirent plus. Vers 6 mois, il commence à appréhender la distance avec les petits objets et en voit leurs reliefs.
Au niveau du sommeil, à partir de 4 mois les enfants dorment environ 12 à 15 heures par jour et font 3 siestes par jours. Et c'est là qu'ils commencent à faire leurs nuits entre 5 et 6 heures.
- **Entre 7 et 10 mois :** L'enfant tient assis tout seul avec son dos bien droit. Il commence à ramper ou se déplacer à quatre pattes. Nous voyons aussi que l'enfant bâille, attrape des objets qui sont maintenant plus lourds et les passe d'une main à l'autre. Il sait attraper ses pieds, montre et pointe du doigt les objets et c'est donc à ce moment que l'adulte doit nommer le nom des objets, car l'enfant commence à emmagasiner. Il sait reconnaître son nom et imite des bruits. C'est aussi à ce moment qu'il craint les inconnus et la séparation ce qui renvoie à la théorie de l'attachement de Bowlby.
L'enfant commence aussi à percevoir la 3^e dimension, il repère des petits objets près de lui et cherche des objets cachés.
À partir de 6 mois, l'enfant est capable de rester seul dans son lit éveillé et s'endormir seul. Ceci va créer le sentiment de sécurité qui perdurera toute sa vie. Il dort toujours entre 12 et 15 heures par jour et vers 9 mois, il ne doit plus faire de sieste en fin d'après-midi et son sommeil nocturne dure environ 10 heures.

- **Entre 11 et 18 mois :** L'enfant rampe toujours à quatre pattes et va commencer à se mettre debout sans appui. Il sait marcher sur ses 2 jambes, monter les escaliers et passe de 1 à 2 mots à une vingtaine vers 18 mois. Il sait empiler les objets, lancer une balle, attrape finement avec le pouce et l'index et à 18 mois il s'assied seul sur une chaise. Vers 1 an, le nourrisson à une très bonne vision de loin.

L'enfant dort maintenant entre 11 et 14 heures par jour et à partir de 18 mois la sieste du matin disparaît.

- **Entre 20 et 36 mois :** Il sait maintenant monter et descendre les marches en alternant les pieds, il court et marche à reculons, il gribouille et à 24 mois, il nomme ses actions et construit ses phrases de deux mots. Il sait aussi s'habiller avec un peu d'aide. C'est à l'âge de 36 mois qu'il sait construire des phrases de 3 mots et comprend une consigne orale, enfile seul ses vêtements et sait faire du tricycle.

Au niveau du sommeil, il fait des nuits complètes avec de moindres réveils et dort seul dans son lit. Il fait maintenant plus que maximum 2 siestes en journée.

Nous comprenons donc qu'il faut adapter notre technique de massage durant tous ses différents moments de développement (Dumoutet, 2022; Lambert, 2023; Niclaes, 2022; Ribeiro & Homo, 2020).