

## Quitter mes appuis fesses...

Je n'ai pas réussi à trouver la façon de m'asseoir seul. Pensant bien faire, mon environnement m'a aidé en m'installant assis et maintenant que j'ai goûté à cette nouvelle posture, hors de question de m'allonger à nouveau.

En même temps, je me retrouve un peu bloqué dans cette nouvelle station...



Je ne peux ni bouger ni atteindre les jeux qui sont loin de moi. Au risque de provoquer un déséquilibre et de chuter.

Oui, de chuter, tout à fait. Je sens bien que mes muscles n'ont pas encore été assez sollicités et ne savent pas trop comment m'aider à garder l'équilibre.

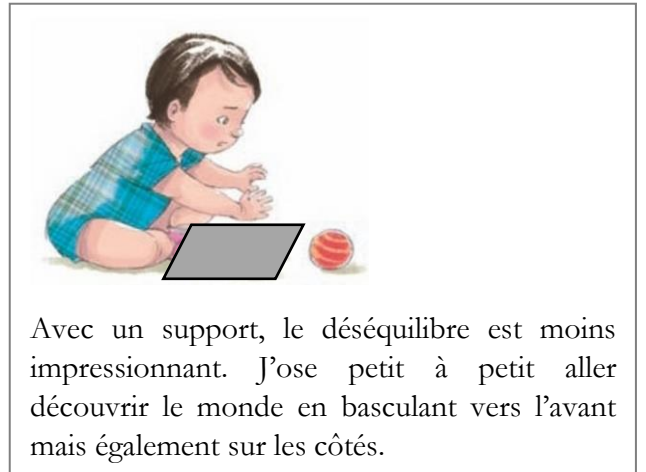
Le ramper m'aurait aidé à muscler mon dos, à me faire ressentir la mobilité de mon bassin, à éprouver le lien entre le bas et le haut de mon corps... mais je ne suis pas passé par là et maintenant, comment je peux faire ? Que peut-on me proposer ?

2 projets s'ouvrent à moi :

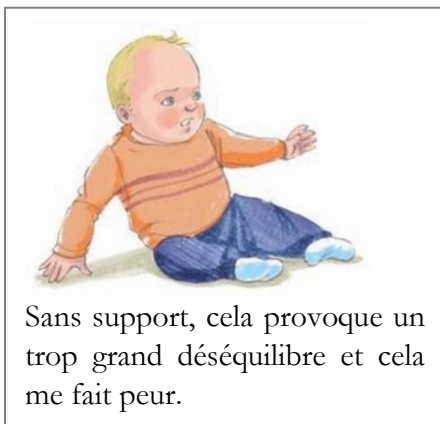
- Quitter ces appuis fesses
- Ressentir cette mobilité du bassin, pour reconnecter le lien entre le haut et le bas de mon corps.

Pour cela, il peut être intéressant de me proposer un support de la hauteur de mes hanches (une caisse lestée, un tapis, un petit marche-pied...) que l'on place devant moi ou sur les côtés et sur lequel un objet sera posé.

Le principe est d'utiliser mon attirance pour cet objet pour m'amener à me faire légèrement basculer mon bassin. Mon poids du corps va ainsi se répartir entre mes fesses et le haut de mon corps (mon coude ou ma main).



Avec un support, le déséquilibre est moins impressionnant. J'ose petit à petit aller découvrir le monde en basculant vers l'avant mais également sur les côtés.



Sans support, cela provoque un trop grand déséquilibre et cela me fait peur.

A force d'expérimenter ces petits déséquilibres, je vais progressivement oser vivre des bascules de plus en plus importantes, aller de plus en plus loin pour m'ouvrir aux « genoux dressés » qui m'emmènera vers la station debout.



Angélique Cariou, psychomotricienne

<https://www.facebook.com/angelique.cariou.pro>

Illustrations tirées du livre Michel Forestier « De la naissance aux premiers pas »

Cette « manœuvre croisée » peut être utilisée pour accompagner l'enfant à se muscler.

« Je sais que tu ne sais pas t'asseoir tout seul mais je te montre comment nous pouvons faire ensemble, plutôt que de t'asseoir directement ».

ARIFTS – Service Formation Continue Assistants Maternels / Salariés du particulier employeur.

Placer votre main droite sur la hanche droite de l'enfant et avec la main gauche saisir la main gauche de l'enfant en faisant une rotation interne du bras pour protéger l'épaule de l'enfant.



Amorcer une rotation pour que l'enfant se retrouve en appui sur l'épaule puis le coude puis la main tout en maintenant l'appui sur la hanche



J'utilise la même manœuvre pour t'allonger.

ARIFTS – Service Formation Continue Assistants Maternels / Salariés du particulier employeur.

Avec notre main droite, prendre la main droite du bébé



Croiser l'axe pour amener l'enfant en appui sur sa main



Accompagner un enfant assis à allongé  
Manœuvre croisée



Laisser l'enfant se placer seul sur le dos



Sur son coude puis sur son épaule



Enfance formation et psychomotricité, Angélique Cariou et Delphine Meyer, psychomotriciennes et formatrices

Angélique Cariou, psychomotricienne

<https://www.facebook.com/angelique.cariou.pro>

Illustrations tirées du livre Michel Forestier « De la naissance aux premiers pas »