

# Croissance et Développement de Zéro à Trois Ans : Ce que les Parents Doivent Savoir

Le développement humain est un processus de croissance et de changements physiques, comportementaux, cognitifs et émotionnels qui dure toute la vie. Dans les premières phases de la vie, de la petite enfance à l'enfance, de l'enfance à l'adolescence et de l'adolescence à l'âge adulte, de nombreux changements s'opèrent. Tout au long de ce processus, chaque personne développe des comportements et des valeurs qui guident leurs choix, leurs relations et leur compréhension.

La sexualité est aussi un processus qui dure toute la vie. Les enfants en bas âge, les enfants, les adolescents et les adultes sont des êtres sexuels. Au même titre qu'il est important de mettre en valeur la croissance physique, émotionnelle, et cognitive d'un enfant, il est aussi important de poser les fondations de l'évolution sexuelle d'un enfant. Les adultes ont la responsabilité d'aider les jeunes à comprendre et à accepter leur sexualité qui évolue.

Chaque phase du développement comprend des repères spécifiques. Le guide du développement suivant s'applique à la majorité des jeunes de ce groupe d'âge. Néanmoins, chaque adolescent enfant est individuel et peut atteindre ses phases de développement plus tôt ou plus tard que de l'enfant du même âge. Si des inquiétudes surviennent à propos d'un développement spécifique de l'enfant, les parents ou les personnes qui s'occupent de l'enfant devraient consulter un médecin ou un professionnel du développement des enfants.

## Développement physique

La plupart des enfants âgés de zéro à trois ans vont:

- Doubler leur taille entre la naissance et trois ans
- Tripler leurs poids entre la naissance et trois ans
- Développer leur dentition et leur habilité à manger des aliments solides
- Développer 75 pourcent de leur capacité cérébrale
- Apprendre à ramper et à marcher
- Développer de grandes compétences motrices comme: courir, sauter ou monter les escaliers
- Commencer à enfiler et à enlever des vêtements
- Commencer à contrôler les fonctions du corps par le biais de l'apprentissage de l'utilisation des toilettes

## Développement cognitif

La plupart des enfants âgés de zéro à trois ans vont:

- Apprendre les compétences du langage et de communication en passant de l'utilisation de mots simples à l'utilisation de phrases puis à l'utilisation de phrases complètes
- Développer une imagination et commencer à inventer des scénarios et des amis imaginaires
- Comprendre le monde principalement par le biais de leur famille
- Commencer à communiquer avec leurs pairs par le biais de l'imitation [Bien que certains enfants ne jouent pas directement l'un avec l'autre, ils jouent souvent en parallèle]
- Réfléchir concrètement, retenir des informations et les traiter principalement grâce à leurs cinq sens : en voyant, touchant, écoutant, goûtant et en sentant
- S'identifier à leur parent ou tuteur du même sexe et commencer l'imiter
- Commencer à comprendre les différences entre les hommes et les femmes (les différences entre les sexes et leur rôle)

- Imiter le langage et le comportement d'adultes à qui ils font confiance

## Développement émotionnel

La plupart des enfants âgés de zéro à trois ans vont:

- Développer une confiance dans les personnes qui s'occupent d'eux et réalisent leurs souhaits, comme par exemple : réagir quand l'enfant a faim ou quand il est mouillé ect.
- Commencer à tester leur indépendance et explorer leurs limites tout en cherchant à toujours rester proches de la personne qui s'occupe principalement d'eux
- Avoir des relations principalement avec des membres de la famille qui sont les personnes les plus importantes dans la vie d'un enfant à cette période
- Montrer physiquement leurs sentiments comme par exemple : embrasser et enlacer pour faire preuve d'amour et taper pour montrer leur colère
- Maîtriser l'idée d'être heureux, tristes ou fâchés mais en général ils choisiront d'exprimer leurs émotions physiquement au lieu de les exprimer verbalement [Les « terribles deux ans » se produit quand l'enfant est entrain de développer un sentiment de soi distinct en dehors des autres et qu'il exprime son individualité en disant « non » et en insistant pour faire les choses lui même.]

## Développement sexuel

La plupart des enfants âgés de zéro à trois ans vont:

- Être curieux et explorer leur corps et celui des autres
- Avoir une érection ou d'une lubrification vaginale
- Toucher leurs parties génitales par plaisir
- Parler ouvertement de leur corps
- Être capable de dire et de comprendre quand on le leur a appris, les noms appropriés des parties du corps (tête, nez, ventre, pénis, vulve, etc.)

## Ce que doivent faire les familles pour élever des enfants sexuellement sains

Pour aider les enfants de zéro à trois ans à développer une sexualité saine, les familles doivent:

- Aider les enfants à se sentir bien dans leur corps entier. Les personnes qui s'occupent de l'enfant devraient précisément donner des noms à toutes les parties du corps et transmettre l'idée que le corps et ses fonctions sont naturels et sains.
- Toucher et réconforter les enfants les aide souvent à comprendre l'amour et la manière de le partager. Répondre aux besoins des enfants, les aide également à développer de la confiance.
- Aider les enfants à commencer à comprendre la différence entre les comportements publics et privés et que certains comportements comme par exemple se nettoyer le nez ou se toucher les parties génitales, sont des comportements privés.
- Apprendre les différences anatomiques entre les hommes et les femmes tout en maintenant que les garçons et les filles sont tous les deux spéciaux et égaux de la même manière.
- Apprendre aux enfants qu'ils peuvent dire non quand ils ne veulent pas être touchés, peu importe qui essaye de les toucher et qu'ils ont le droit d'être respectés quand ils disent non.
- Décrire les processus du corps comme la grossesse et la naissance dans des termes très simples.
- Éviter la honte et la culpabilité à propos des parties du corps et leurs fonctions.