

L'intégration

** Source : le livre « Bébé en garderie »*

Il est parfois difficile pour certains enfants de vivre l'intégration en service de garde. Les pleurs de l'enfant et l'insécurité des parents nous amènent le défi de sécuriser tout ce beau monde.

La période d'adaptation représente souvent un moment très redouté par les parents de jeunes enfants. C'est une période d'émotions intenses autant pour l'enfant que pour les parents. Il est important de savoir que tout enfant qui commence à fréquenter un nouveau milieu de garde vit une transition écologique, c'est-à-dire qu'il passe d'un milieu connu et sécurisant, son foyer, à un environnement inconnu et imprévisible, son milieu de garde. **Il passe obligatoirement par une phase d'adaptation qui est normale et nécessaire.** Durant cette période de transition, l'enfant apprend à ajuster ses comportements et à développer un sentiment de confiance à l'égard de ses propres compétences.

L'adaptation dure en général de 4 à 5 semaines. Durant la période d'adaptation, beaucoup de parents trouvent difficile la séparation du matin et ne savent pas quelle attitude adopter. Certains quittent sans dire « Au revoir » (par désarroi), d'autres s'éternisent sans se douter qu'ils rendent ainsi la période d'adaptation plus difficile. **Il est important que les parents jouent franc-jeu avec l'enfant en lui disant les choses telles qu'elles sont, en lui expliquant les vraies émotions ressenties de part et d'autre et en ne partant pas sans dire « Au revoir ».**

Les étapes du processus d'adaptation de l'enfant au milieu de garde

* Source : le livre « Bébé en garderie »

Étapes	Durée	Émotions et comportements
Découverte de la nouveauté	3 à 5 jours	Curiosité, excitation, amusement.
Choc de la réalité	5 à 10 jours	Désenchantement, négation, agressivité, opposition, isolement, retrait.
Peur de l'abandon	5 à 15 jours	Tristesse, anxiété, inquiétude, pleurs, refus ou excès de sommeil et de nourriture, régression (suce, doudou, ...).
Acceptation	À partir du 15 ^e jour environ	Confiance, rires, amusement, participation, socialisation.

Adaptation de votre enfant au service de garde

** Source : Ministère de la Famille et des Aînés*

Une fois votre choix fait, le contrat entre vous et le prestataire de services de garde signé et votre enfant admis, il ne reste plus qu'à le préparer à entrer au service de garde. Vous faciliterez son adaptation à ce nouveau milieu de vie en prenant les dispositions suivantes :

- § Décrivez-lui les lieux, les gens et la vie quotidienne du service de garde avant sa première journée.
- § Si possible, faites une visite improvisée en sa compagnie.
- § Si possible, procédez par étape et privilégiez une adaptation progressive à ce nouvel environnement - quelques heures par jour au début, puis un peu plus longtemps les jours suivants.
- § Les premiers jours, demeurez quelques minutes en sa compagnie avant de le laisser au service de garde et lorsque vous revenez le prendre.
- § Pour le rassurer, dites-lui à quelle heure vous reviendrez le chercher.
- § Si possible, venez chercher votre enfant plus tôt les premiers jours.

Il est préférable d'éviter les changements importants durant cette période (exemples : transition du berceau au lit, sevrage, nouveaux aliments ou entraînement à la propreté). L'enfant a besoin de stabilité pour s'adapter.

Soyez à l'écoute de votre enfant qui vous donnera à sa manière son appréciation des services qu'il reçoit.

Observez ses comportements à la maison. S'il a tendance à être triste, apathique, colérique, s'il perd l'appétit ou dort mal, s'il se montre capricieux, agressif en réaction au changement, dites-le aux personnes responsables de votre enfant au service de garde. Elles en tiendront compte et lui accorderont une attention particulière.

Assurez-vous que les clauses de l'entente que vous avez signée lors de l'inscription de votre enfant sont respectées, en ce qui concerne, par exemple, le nombre d'enfants dans le groupe, les repas, les activités, etc. Il importe également que vous ayez accès au service de garde en tout temps afin de pouvoir vérifier la qualité des services effectivement fournis à votre enfant et apprécier l'attitude des personnes qui s'occupent de lui.

Pouvez-vous entrer dans le service de garde pour conduire votre enfant à la personne qui en est responsable? Vous demande-t-on plutôt de le laisser à l'entrée à une personne désignée en prétextant des raisons de sécurité ou le peu de places de stationnement?

Vous laisse-t-on parler librement à la personne responsable de votre enfant? Vous dit-on plutôt que votre présence dérange les activités ou perturbe les enfants?

Comment préparer votre enfant à son premier service de garde

** Source : site Internet du ministère des Services à l'Enfance et à la Jeunesse de l'Ontario : www.children.gov.on.ca*

Les services de garde peuvent représenter une expérience agréable et enrichissante pour votre enfant comme pour vous-même. Cependant, vous aurez peut-être, l'un comme l'autre, besoin d'un peu de temps pour vous adapter aux changements de mode de vie que cela peut entraîner.

Comment habituer votre enfant à se faire garder

En fonction de son âge, de sa personnalité et de son niveau de développement, il faudra entre quelques jours et quelques semaines à votre enfant pour s'habituer à se faire garder. De plus, les enfants qui semblent s'habituer immédiatement traversent souvent une période d'adaptation, une ou deux semaines plus tard. Chaque enfant étant différent, il faut éviter de comparer votre enfant aux autres.

Votre enfant s'habituerà plus facilement à se faire garder si la personne qui s'en occupera comprend qu'il est tout à fait normal que vous éprouviez, vous et votre enfant, quelques inquiétudes à l'idée d'être séparés l'un de l'autre. Elle pourra vous rassurer et aider votre enfant à s'adapter à son nouvel environnement.

Que pouvez-vous faire pour aider votre enfant?

Vous pouvez aider votre enfant en vous préparant, vous et lui, longtemps à l'avance. Votre éducateur, éducatrice, gardien ou gardienne pourra plus facilement vous aider si vous lui décrivez vos habitudes culturelles et les activités auxquelles votre enfant a coutume de s'adonner à la maison.

Pour prendre confiance et aider votre enfant à s'habituer à son nouveau milieu :

- assurez-vous que le système de garde que vous avez choisi correspond à vos attentes. Si vous n'êtes pas sûr(e) d'avoir pris la bonne décision, votre enfant le sentira et deviendra inquiet à son tour. Parlez à la personne qui s'occupera de votre enfant de toute inquiétude ou question que vous pourriez encore avoir;
- parlez en termes positifs du service de garde et des personnes qui y travaillent avant que votre enfant ne commence à y aller. Il y a toutes les chances pour que l'attitude de votre enfant reflète votre confiance et votre enthousiasme;
- visitez la garderie ou le domicile de la gardienne ou du gardien avec votre enfant à l'avance et à plusieurs reprises, si possible. Votre enfant pourra ainsi faire la connaissance de la personne qui s'en occupera et des autres enfants, et se faire une idée des activités auxquelles ils s'adonnent. Vous pourrez également poser des questions et observer ce qui se passe autour de vous. Venez à un moment où l'on dispose du temps nécessaire pour s'entretenir avec vous;
- arrangez-vous pour accompagner votre enfant les premiers jours, ou pour qu'il soit accompagné par un adulte qu'il connaît bien;
- si possible, commencez par de courtes périodes de garde qui s'allongeront progressivement. Par exemple, le premier jour, emmenez votre enfant passer une heure dans son nouveau milieu, puis partez ensemble. Les jours suivants, restez plusieurs heures. Au fur et à mesure que votre enfant s'habitue, partez quelques instants. Augmentez graduellement la durée de vos absences jusqu'à ce que votre enfant passe la journée complète dans son nouveau milieu;
- autorisez votre enfant à emporter son jouet ou objet favori, ourson en peluche ou couverture, qui lui rappellera ses parents ou sa maison. Ces objets peuvent contribuer à rassurer votre enfant à un moment où tout lui semble nouveau et étrange;
- dites au revoir à votre enfant, même s'il est absorbé par ses jeux. Expliquez-lui clairement quand vous reviendrez, en utilisant des mots qu'il comprend. Par exemple, dites-lui : «Je serai de retour quand tu auras fini ton goûter et que tu joueras dehors ». Votre enfant a besoin d'être sûr que vous reviendrez. Si vous disparaissiez sans rien dire, votre enfant pourrait en être bouleversé;
- une fois que vous lui avez dit au revoir, partez sans tarder. Si vous hésitez, vous pourriez semer la confusion dans son esprit;
- allez chercher votre enfant à l'heure convenue. Il compte sur vous pour revenir à ce moment là;
- accueillez votre enfant chaleureusement. À la fin de la journée, il se peut qu'il pleure ou ait tout simplement l'air de vous ignorer. Sachez que c'est une réaction tout à fait normale qui fait partie du processus d'adaptation à un service de garderie.

Que pouvez-vous faire à la maison pour aider votre enfant?

Il n'est pas rare que le comportement des enfants change alors qu'ils s'habituent à se faire garder. Il est important de faire preuve de patience et de compréhension. Alors qu'il doit déjà s'habituer à se séparer de vous, votre enfant doit aussi apprendre à vivre avec d'autres personnes et à s'adapter à un environnement et à des activités qui le déconcertent.

Profitez de la formation et de l'expérience de l'éducatrice, l'éducateur, la gardienne ou le gardien, qui peut vous aider à comprendre ce que votre enfant ressent et vous suggérer quoi faire pour l'aider une fois que vous serez rentrés à la maison.

Passez du temps avec votre enfant, observez-le, posez-lui des questions et écoutez-le. C'est en vous adressant directement à lui que vous aurez les meilleures chances d'apprendre ce qui s'est passé dans la journée.

Aidez votre enfant à s'habituer à son nouveau milieu de garde en veillant à ne pas introduire d'autres changements importants dans sa vie au même moment. Par exemple, ne commencez pas l'apprentissage de la propreté ou n'essayez pas de l'habituer à de nouveaux aliments à ce moment-là. Mettez plutôt l'accent sur les activités habituelles et rites familiaux qui donneront à votre enfant un sentiment de sécurité.

Mais avant tout, assurez-vous que le système de garde que vous avez choisi vous donne toujours satisfaction. Votre confiance et votre attitude positive se transmettront à votre enfant. L'un comme l'autre, vous vous habituerez plus rapidement à votre nouvelle situation et vous commencerez alors à profiter des avantages que cela peut présenter pour toute votre famille.

Ses premiers pas en garderie

* Source : Site Internet : www.petitmonde.com

Question

Je retourne travailler dans un mois et je veux préparer mon enfant à son intégration dans son milieu de garde. Comment dois-je m'y prendre afin de faciliter son adaptation.

Réponse

Voici quelques conseils afin de faciliter l'intégration de l'enfant en milieu de garde. Plus l'intégration se fait progressivement plus l'adaptation est facile.

Nouvel environnement

Faites visiter la garderie à votre enfant en prenant soin d'explorer son local (lieu de dodo, de repas, jouets, casier personnel), la cuisine, la cour extérieure et les toilettes. L'enfant se préoccupe particulièrement des besoins de base, qui lui fera son repas, où dois-je faire pipi, etc.

Nouvelles relations

Présentez l'éducatrice et la cuisinière à votre enfant. Expliquez à votre enfant leur rôle et dites lui la confiance que vous avez en ces personnes.

Préparez votre enfant à la vie de groupe. Nommez le plaisir de jouer avec d'autres enfants. Si vous connaissez certains enfants qui fréquentent la garderie, rassurez votre enfant en lui rappelant qu'il retrouvera Julien ou Claire.

Allez jouer avec votre enfant au parc visité par la garderie. Il apprivoisera ainsi les futurs compagnons de jeux et l'éducatrice.

Communication entre le parent et l'éducatrice

Parlez de votre enfant à l'éducatrice. Dites lui quels sont ses goûts, ses peurs, ses habitudes, vos trucs pour le consoler ou l'endormir. L'éducatrice sera en mesure le connaître et ainsi mieux le respecter dans ses rythmes et sa personnalité.

Nouvel horaire

Prévoyez une période d'entraînement au nouvel horaire; lever plus tôt, heure du dîner, sieste en après-midi. Informez-vous des rituels du milieu de garde et adaptez votre propre horaire journalier à ce rythme progressivement. On évite ainsi à l'enfant ce stress.

Contexte de groupe

Développez chez votre enfant l'autonomie. Dans un contexte de groupe où l'éducatrice doit accompagner 7 ou 8 bambins dans l'apprentissage de l'habillage, de l'alimentation autonome ou de la propreté, l'enfant vit de l'attente. Savoir accomplir des petits gestes comme baisser son pantalon, utiliser la fourchette, enlever ses chaussures, mettre son chapeau, devient pour l'enfant un atout et source de grandes fiertés.

Intégration progressive

Intégrez votre enfant à son groupe d'amis avant votre première journée de travail. Prolongez graduellement le temps passé à la garderie. Par exemple, la première journée à la garderie l'enfant vit la collation et la période de jeu et retourne dîner à la maison. Puis il pourra rester jusqu'à la sieste et dîner à la garderie.

Apportez un objet familier de la maison à la garderie (toutou, couverture). Les odeurs familières rassureront votre enfant.

Rituel

Ayez des rituels, rituel du départ, rituel du retour. La stabilité permet de construire un sentiment de sécurité. Un horaire stable facilite l'intégration. L'enfant sait par exemple qu'après la collation d'après-midi tous les jours papa vient me chercher et que tous les matins maman vient me reconduire après que le grand frère soit parti pour l'école.

Amusez vous à créer des rituels de salutations, 2 câlins, 4 bisous et 3 «bye-bye» et maman s'en va travailler. Soyez fidèles à ces marques d'affection.

* Un article sur ce thème intitulé « Les gros chagrins du matin » est paru dans le Magazine Enfants Québec, tout sur le bébé en avril 2001. Et dans le livre « Comprendre et guider le jeune enfant à la maison, à la garderie » auteur SYLVIE BOURCIER, aux éditions de l'hôpital Sainte-Justine