

Votre enfant fréquente un service de garde pour la première fois



Cette nouvelle réalité va lui demander du temps pour s'y adapter et des réactions sont à prévoir. Les informations qui suivent ont pour but de vous aider à vous y préparer.

Sachez d'abord que vous êtes pour votre enfant, en tant que parents, ses premières figures d'attachement. Au service de garde, il cherchera à retrouver des repères qui vont le sécuriser et il aura à développer des liens d'attachement avec la personne qui s'occupera de lui. Ces liens ne remplaceront jamais ceux qui ont été tissés avec vous. Pour lui, vous demeurerez toujours les personnes les plus importantes même si votre enfant adore son éducatrice.

L'adaptation

Malgré toute votre bonne volonté et celle de votre éducatrice, votre enfant vivra probablement les étapes suivantes dans son processus d'adaptation au milieu de garde.

Il faut comprendre que votre enfant vit un changement important qui consiste à passer d'un milieu connu et sécurisant, son foyer, à un environnement inconnu et imprévisible, son milieu de garde.

Étapes du processus d'adaptation de l'enfant au milieu de garde

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, pipi dans la culotte...)
Acceptation	À partir du 15 ^{ème} jour environ	Confiance, rires, amusement, participation, socialisation.

Source : Le bébé en services éducatifs, presses de l'université du Québec, page 243

Voici quelques suggestions pour favoriser l'adaptation de votre enfant à son nouveau milieu de vie

La séparation du matin :

- Peu importe son âge, préparez votre enfant en lui disant que vous allez le confier à une personne qui prendra soin de lui en votre absence. Prenez quelques minutes avec lui, portez de l'intérêt aux jouets disponibles.
- Au moment de partir, saluez-le chaleureusement (caresses, bisous, selon votre rituel). Vous pouvez, selon l'âge et les besoins de votre enfant, lui offrir un toutou, une couverture, des photos de la famille, ou un vêtement qui porte votre odeur. Ceci aura pour effet de sécuriser votre enfant.
- Donnez à votre enfant un repère concernant l'heure de votre retour (ex. après la sieste). Évitez de dire que vous revenez bientôt, dans cinq minutes ou que ce ne sera pas long. Cela cause de la confusion et votre enfant risque de vous attendre toute la journée.
- Évitez de partir en douce quand votre enfant a le dos tourné car cette façon de faire cause un stress d'abandon et risque de détruire son sentiment de confiance en vous.
- Si votre enfant pleure, évitez de revenir sur vos pas pour le consoler. Cela n'aura pour effet que de prolonger son chagrin. Dites simplement que vous voyez bien qu'il a de la peine, que c'est « correct » (après tout, c'est sa façon de dire qu'il vous aime...) et que la responsable du service de garde est là pour prendre soin de lui en votre absence.

« Prolonger les aurevoirs ne vaut jamais grand-chose, c'est le départ qu'on allonge et non la présence ».

Les retrouvailles en fin de journée :

- Ces moments de retrouvailles peuvent faire ressurgir d'intenses émotions que votre enfant exprimera de différentes façons (joie, pleurs, excitation, refus de partir).
- Avant même de rentrer dans le service de garde, prenez quelques minutes pour vous débarrasser du stress de la journée.
- Votre enfant appréciera le temps que vous prendrez pour renouer avec lui. Mettez-vous à sa hauteur, écoutez ce qu'il a à raconter ou à vous montrer, prenez-le, priorisez la relation avec votre enfant d'abord, puis échangez avec la responsable du service de garde sur le déroulement de la journée, tout en incluant votre enfant dans cet échange.

Parents, enfant et responsable du service de garde : des liens précieux pour tous

- Une bonne collaboration entre vous et l'éducatrice est essentielle au développement harmonieux de votre enfant.
- Des discussions régulières avec l'éducatrice vont lui permettre de mieux connaître votre enfant et d'être ainsi en mesure de mieux l'accompagner dans son développement. De

même, ces échanges vont vous permettre de suivre l'évolution de votre enfant dans son milieu de garde.

- Ces échanges devraient contribuer à cultiver votre lien de collaboration et de confiance avec l'éducatrice. Ce sentiment de confiance est contagieux; votre enfant le ressentira, se sentira en sécurité et s'adaptera mieux.
- Au cours de la journée, si vous en sentez le besoin, vous pourrez téléphoner à l'éducatrice pour prendre des nouvelles de votre enfant.

La règle d'or est d'accepter ces étapes comme étant normales et nécessaires et d'accompagner votre enfant avec patience et compréhension pour ce qu'il vit. Il est important de jouer franc-jeu avec votre 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 « Aurevoir ».

