

*Guide*  
*de fonctionnement*  
*« Je fais mes racines »*



## *Guide de fonctionnement*

### *« Je fais mes racines »*

Petit arbre est un lieu de recueillement où l'enfant peut aller faire ses racines, se détendre, être seul, revenir à un état plaisant pour lui et les autres, répondre à ses besoins, etc.

Pour l'y aider, nous mettons à sa disposition du matériel concret, et nous nous mettons nous aussi bien sûr disponible pour supporter et guider l'enfant.

*\*Mise en garde : Ceci est un guide de fonctionnement général. Il est important de garder votre discernement, d'écouter votre propre ressenti d'éducatrice et être à l'écoute des enfants, de leurs réactions et de vous y ajuster.*

### ***L'histoire de Petit Arbre fait ses racines***

Cette allégorie parle de résilience, c'est-à-dire de l'utilisation des forces qu'un humain a à l'intérieur de lui pour passer à travers les tempêtes\*. Certains enfants ont une excellente résilience et d'autres moins. Nous tentons à travers ces outils d'aider l'enfant à prendre conscience de ses forces, ou de la possibilité de les développer. Il pourra dès lors, développer sa confiance en lui, sa fierté. Par la lecture régulière de l'allégorie et par le soin que vous mettez à appeler le coin affectif « Petit Arbre », vous permettez à l'enfant de s'identifier à ce dernier et de faire le lien direct avec l'histoire. Il est important de s'appropriier le langage de l'histoire afin d'utiliser le même dans la transposition réelle.

\*Boris Cyrulnik définit la résilience comme « *la capacité à réussir à vivre et à se développer de **manière acceptable** en dépit du stress ou d'une adversité qui comporte normalement le risque grave d'une issue négative* » On peut dès à présent noter l'importance de cette **interaction de l'individu et de l'environnement qui l'entoure**. (réf. [www.resilience-organisationnelle.com](http://www.resilience-organisationnelle.com))

## **Suggestions pour la lecture de l'histoire**

Première semaine : lire l'histoire régulièrement... à tous les jours si possible et si nous sentez les enfants réceptifs.

Deuxième semaine : le lundi pour pouvoir rappeler aux enfants...pour un minimum de

Ensuite au moins une fois par semaine et à chaque fois qu'un enfant le demande. S'il a besoin de l'entendre c'est qu'il s'approprie quelque chose ou répond à un besoin.

À la première présentation de l'histoire et du coin aux enfants, l'éducatrice prend aussi le temps de présenter chaque outil qui est mis à la disposition de ceux-ci à l'intérieur de l'arbre. Elle démontre par des exemples concrets comment on peut se servir de ces objets comme moyen d'arriver à un mieux être.

Cette période d'explication doit se faire lorsque le groupe est disposé et où il n'y a pas d'enfant en crise. Les premières fois où un enfant va à l'intérieur de Petit Arbre, cela se situe davantage au niveau de la visite d'exploration du matériel que de l'essai pratique bien que cela ne soit pas exclue.

Une petite « imagerie active » sur l'arbre pourrait être intéressante à expérimenter après la lecture du livre. Voici un exemple : Vous faites une petite animation avec le groupe pour que les enfants puissent vivre avec vous à travers leur corps l'imagerie. Vous vous mettez en petite boule et vous faites le cheminement de Petit Arbre en même temps que les enfants.

*« Tu es une toute petite pousse d'arbre...doucement tu pousses, tu pousses, tu es de plus en plus grand (vous êtes maintenant debout). Tu regarde dans le ciel, il y a le soleil et quelques gros nuages. Le Petit Arbre que tu es devenu est porté à regarder un peu plus les nuages que le soleil. Tu vois ces nuages gris ...cela t'inquiète.*

*Alors, comme Petit Arbre, tu imagine que des racines poussent sous tes pieds. Elles sont de plus en plus longues, de plus en plus grosses et elles s'enfoncent profondément dans la terre. Tu sens que tu prends de la force. Tu te sens solide.*

*Maintenant tu regarde dans le ciel. Il y a encore des nuages, mais maintenant c'est le soleil que tes petits yeux regardent. Il te réchauffe. Tu sais que même les journées de tempête, il est là en dessous de la couverture de nuage et qu'il sera toujours là pour toi.*

*Ça te donne de la joie et tu es fier d'être si fort! »*

## **Idée de matériel pour le coin affectif**

Document préparé par Corinne Roy pour le BC /CPE La sourcière

**Vieux manteau de fourrure** : Apporte douceur et chaleur. Très sécurisant. Si possible un vrai. Facilement trouvable dans les ventes de garage ou les comptoirs vestimentaires.

**Livres spéciaux** : Livres traitant des émotions ou avec des textures, le livre de Petit Arbre, etc.

**Coussin ou toutou**: Choisir un coussin doux et confortable. Il peut être utilisé seulement pour le confort ou dans un but bien précis. Par exemple l'enfant pourrait utiliser le coussin comme un prolongement de lui-même...il donne au coussin ce qu'il a besoin de recevoir. L'enfant aura par contre besoin d'un modèle pour saisir cet exercice. On lui fait donc une démonstration. Vous serrez le coussin et vous vous dites de belles choses. « Je t'aime Annie », « Tu es importante pour moi », « Tu es une bonne ami », « Je suis fière de toi », « Ça va aller! ».

**Boule de plume** : Une boule de plume suspendue permet à l'enfant de se recentrer en se concentrant sur son souffle. Il utilise ce dernier pour pousser doucement la boule.

**Balle anti stress** : Permet de passer le surplus d'énergie ou de tension sur la balle.

**Lecteur MP3** : De la musique pour passer du bon temps, rêvassé, se calmer...

**Marionnettes** : L'enfant peut parler à la marionnette de son vécu. Tout comme pour le coussin, il a besoin d'un modèle et d'exemples pour savoir quoi dire. Prenez une situation que vous avez observée dans le groupe durant la semaine et parlez-en à la marionnette. Faites-là répondre.

**Boule de papier** : L'enfant peut lancer les boules de papier. Lui donne un espace pour le défoulement.

**Lampe à vague ou autres lampes inspirant le calme** : Inspire calme, chaleur et concentration.

**Écorce d'arbre** : Permet de se rapprocher de la réalité de ce que l'on veut toucher comme symbole.

**Tissus doux** : Tout simplement pour la douceur et l'appropriation kinesthésique des différentes nuances de la douceur.

**Photos d'émotion** : À travers des photos réelles, l'enfant se reconnaît et apprend à voir les nuances dans les expressions faciales. Il explore ce monde intangible, apprend peu à peu à mettre des mots sur ce qu'il voit et ressent.

**Photos de différents arbres** : À travers les différentes images des arbres, l'enfant peut se reconnaître (arbre fort, cassé, déraciné, etc.).

**Plumes** : Se donner de la douceur. Les éléments de la nature en général, apaisent l'enfant.

**Tapis ou autre (quelque chose de spécifique) pour « faire ses racines »** : Permet à l'enfant d'imiter concrètement Petit Arbre.

**Kaléidoscope** : Mettre notre attention sur la nature changeante de quelque chose et sur la beauté, la lumière...

**Gros coquillage tourné** : Tendre l'oreille pour « écouter la mer ». Sécurisant, apaisant.



## ***Consignes du coin affectif pour l'éducatrice :***

On peut suggérer ou guider un enfant à y aller quand on sent que ça pourrait lui être bénéfique mais il doit y aller sur une base volontaire;

Un ami à la fois;

Il y a des cartes de couleur/émotions dans un petit panier à côté de l'arbre en entrant (rouge, jaune vert). On invite l'enfant (s'il n'est pas en crise majeure) à prendre la couleur qui le représente avant son entrée et on l'aide à mettre des mots sur son ressenti;

Le vert : Je me sens bien

Le jaune : je me sens fragile, je dois faire attention!

Le rouge : Je ne me sens vraiment pas bien (tristesse ou colère déjà installée)

En sortant, toujours à l'aide de l'éducatrice, l'enfant prend la carte de son état après son moment de contact avec lui même. Ce moment en est un de **discussion, de retour et de renforcement** avec l'éducatrice. Les paroles dites doivent être vraies et sincères, et dans un sens de l'accueil de l'enfant, de ses sentiments. Voici quelques exemples :

*« Comment tu te sens maintenant? »*

*« Qu'est-ce qui t'as aidé? »*

*« Te rappelle-tu ce qui t'as mis dans cet état? »*

*« Je suis fière que tu aies pensé à y aller avant que tu pique une colère. »*

*« Bravo tu t'améliores à chaque fois et tu te contrôles de mieux en mieux! ».*

*« Tes racines s'en viennent fortes à toi aussi! »*

*« Bravo, tu as pris le temps qu'il fallait pour refaire tes racines...je sais que c'était difficile pour toi ce matin »*

*« La prochaine fois quand tu sentiras la colère venir en toi ou la tristesse, ou l'envie d'être seul, tu peux choisir d'aller dans petit arbre AVANT de te rendre au rouge...qu'en penses tu? »*

*Etc.*

Ensuite il repose sa carte dans le panier.

## **Petit Arbre à travers dans le respect des principes du programme éducatif**

*L'enfant est un être unique :*

Prendre le temps de connaître la réalité de chaque enfant nous permettra de faire une mise en scène ajustée à ses besoins. Que ce soit dans le montage du coin ou dans la façon de le gérer, nous considérons ses peurs, ses besoins, ses modes d'apprentissages les plus aisés, ses idées et ses goûts.

*L'enfant est le premier agent de son développement :*

Le coin de petit arbre répond tout à fait à ce principe. Dans le cadre de référence du programme éducatif « accueillir la petite enfance » il est noté à cet aspect que «...sa pensée se structure à partir de ce qu'il voit, entend, touche ou sent...c'est en agissant que l'enfant construit sa connaissance de lui-même, des autres et de son environnement...l'importance de faire des apprentissages autogérés plutôt que dirigé » Bref l'enfant apprend par l'action. À travers ce coin affectif, il pourra choisir les moyens qui lui convient le mieux et en explorer plusieurs pour faire les meilleurs choix.

*Le développement de l'enfant est un processus global et intégré :*

À travers le livre de Petit Arbre et le coin à vocation affective, l'enfant pourra toucher à toutes les sphères de son développement, que ce soit au niveau intellectuel (étapes d'une démarche, écoute d'une histoire), langagier (vocabulaire du livre, des émotions, des textures, expression du vécu, etc.), moteur et physique (maîtrise de son souffle, écoute des ressentis corporels, éveil des sens, etc.), que socio-affectif (tout l'apprentissage des émotions, l'écoute de soi, de ses besoins, les possibilités d'échange avec l'éducatrice sur le vécu avec les pairs, etc.)

*L'enfant apprend par le jeu :*

Avec le projet « *je fais mes racines* », il y a un pont entre l'imaginaire de l'enfant et l'intégration de concepts abstraits dans la réalité, par le jeu symbolique, on fait « comme » Petit Arbre, on fait nos racines, on va à l'intérieur de l'arbre (ou autres formes symboliques). À cet effet le programme éducatif dit que « *le jeu est un exutoire grâce auquel l'enfant peut évacuer ses tensions et ses frustrations* ».

Réf : Accueillir la petite enfance, le programme éducatif des services de garde à l'enfance.

## L'observation

Vos observations des premières semaines vous permettront de déterminer s'il doit y avoir un temps maximum par enfant dans ce petit refuge. Il est logique que dans les premiers temps, dû à la nouveauté, cet espace soit plus en demande. Peut-être devrez-vous alors limiter le temps d'exploration durant cette période pour permettre une équité entre tous.. Vos constantes observations vous diront s'il doit en demeurer ainsi. Un enfant qui vit des choses plus difficiles peut avoir besoin d'un temps plus long qu'un autre qui a seulement besoin d'un petit moment de solitude.

Si vous avez des questionnements en cours de route, notez-les dans un calepin à cet effet afin de pouvoir en discuter avec l'agente de soutien pédagogique, une collègue, ou votre groupe de co-développement.

Différentes choses à observer :

Le temps

La perte d'intérêt pour les outils

Les changements d'émotions ou le non-changement

L'isolement très répétitif sans amélioration

Ce qui est le plus utilisé comme outil et l'inverse

Capacité à mettre des mots sur les émotions où à s'identifier à une image d'émotion



## Le rôle d'accompagnement

**Vous êtes une accompagnatrice et une aide interprète** de ses émotions, de ses changements intérieurs et extérieurs.

Développer une connaissance de soi et de ses émotions demande un bon accompagnement, car l'enfant n'est **pas encore en maîtrise de ceux-ci, mais en apprentissage**. Son cerveau, encore immature, fait des déductions, des encodages. Nos attentes doivent donc être raisonnables et en concordance avec son niveau de maturité. Si vous ne vous sentez pas calme et maître de vous-même pour accompagner un enfant une journée, demandez l'aide d'une collègue si c'est possible ou faites une pause pour vous-même vous recentrer ou pour prendre du recul par rapport à la situation.

Si vous prenez le temps de faire pour vous-même ce que vous demandez aux enfants, vous leurs offrez un modèle positif. Les enfants ont besoins de modèles pour s'inspirer et se construire une séquence. Il pourrait donc être ludique que les enfants vous voient aller faire une petite visite à Petit Arbre à l'occasion. Faites alors la démarche au complet comme vous leur avez montré.

Pour renforcer les bonnes pratiques, n'hésitez pas à présenter au groupe durant une causerie des éléments positifs que vous avez observés durant la semaine.

*Ex : « Cette semaine j'ai vu Fabrice qui a senti une grosse colère monter en lui quand un bébé est venu marcher sur ses blocs. Au lieu de le pousser, il est allé faire une visite à Petit Arbre. Il est allé frapper sur les coussins, ensuite je l'ai vu souffler doucement sur la boule de plumes pour revenir au calme. Quand il est sortit il était plus calme. Il a mis ses blocs dans un endroit plus tranquille. Tu as trouvé une solution très intéressante Fabrice! « Bravo, je suis fière de toi! »*

Il est également nécessaire d'écouter les suggestions des enfants quand à ce coin à vocation affective. Peut-être voudront-ils y ajouter des yeux, ou du matériel auquel vous n'auriez pas songé. Cela pourrait accroître le sentiment d'appartenance à Petit Arbre en plus de se sentir considéré.

## Les parents

N'hésitez pas à montrer aux parents vos nouveaux projets, partagez leurs vos observations sur les bienfaits observés sur leur enfant. Ils auront peut être eux aussi envie de faire un petit nid affectif à la maison.

## Se « co-développer »

L'entraide est une prémisses importante à la réussite et à la compréhension du vécu au cœur d'un projet. Le co-développement vise à un partage d'expertise entre personnes de pareil ou semblable métier. On apporte notre soutien, regards extérieurs, conseils à notre collègue selon sa demande. On partage aussi ensemble nos essais, nos réussites, nos questionnements. On revient ensemble sur les essais et erreurs en question afin de se réorienter au besoin. On profite ainsi des forces de chacune, d'un regard nouveau.

Ce projet vous offre la possibilité d'expérimenter ce modèle de développement professionnel.



*Projet créé en collaboration avec Les partenaires pour la petite enfance de la MRC des Sources, Avenir d'Enfants et le CPE/BC La sourcière*

Autre référence : notes personnelles d'une conférence de Richard Robillard

Par Corinne Roy, agente de soutien pédagogique, CPE La sourcière

Document préparé par Corinne Roy pour le BC /CPE La sourcière