



## CAPSULE SOUTIEN #4

### MON ENFANT COMMENCE À FRÉQUENTER UN NOUVEAU SERVICE DE GARDE.

Pas toujours facile ces premières journées au service de garde pour l'enfant mais aussi pour vous, parents ! Surtout, lorsque c'est la première fois que vous devez confier ce petit être si cher au monde pour retourner sur le marché du travail. Pour être en mesure d'aider notre enfant à se séparer de nous et à s'adapter à l'univers du service de garde, il faut d'abord avoir accepté soi-même cette séparation.



#### **Avoir le courage de partir**

Un bon moyen d'atténuer la déchirure de la séparation est de ne pas s'éterniser au service de garde au moment du départ. Quand vient le temps de partir, il faut s'assurer d'avoir l'attention de l'enfant, bien lui expliquer nos occupations, l'embrasser bien fort et s'assurer du contact de votre enfant avec votre responsable de service de garde.

#### **Éviter à tout prix :**

- ⊗ De revenir sur vos pas pour consoler votre enfant. Cela ne ferait qu'étirer sa peine.
- ⊗ De filer en douce dès que l'enfant a le dos tourné. Cela risque, à long terme, de détruire la confiance qu'il a en vous.
- ⊗ De le tromper en lui disant : « Je reviens tout de suite ». Il vous attendra toute la journée ! Vous pouvez par contre, lui donner un point de repère réaliste : « Je reviens après la sieste ».

Outre les spectaculaires crises de larmes, on peut s'attendre à d'autres réactions de la part des enfants qui commencent à fréquenter le service de garde. Certains vont revenir à la maison, surexcités, auront de la difficulté à s'endormir, refuseront de manger au service de garde. D'autres vont se remettre à faire pipi dans leur culotte ou redemander la suce. Il ne faut pas s'en faire.

L'effet bénéfique d'entraînement du groupe fera en sorte que ces problèmes se résorberont d'eux-mêmes. L'enfant s'adapte véritablement au service de garde lorsqu'il participe avec plaisir aux

activités de son groupe, qu'il s'y sent bien et heureux. Cette intégration totale peut prendre de 2 à 3 mois.

#### **La confiance naît de la confiance**

Le succès de l'adaptation au service de garde réside beaucoup dans l'attitude positive des parents. Vous devez faire confiance au service de garde, c'est-à-dire que vous devez être assuré de la qualité du service de garde et ce, en posant toutes les questions que vous jugerez nécessaires à la responsable de service de garde. Votre insécurité peut se refléter sur votre enfant qui aura alors plus de difficultés à s'adapter et à s'abandonner en toute confiance à son milieu de garde. Pour aider votre enfant à s'acclimater à sa nouvelle vie, parlez-lui positivement du service de garde. Parlez-lui aussi des amis qu'il pourra s'y faire, des nouveaux jouets, des fêtes amusantes, en insistant sur les activités les plus susceptible de lui plaire.

Pour vous rassurer, vous pouvez toujours passer un petit coup de fil à votre responsable de service de garde, qui vous donnera des nouvelles, mais évitez de revenir car ça imposerait une deuxième séparation.

#### **L'intégration progressive**

Des visites plus courtes donnent à l'enfant le temps de s'adapter et lui permettent d'apprendre par expérience que vous reviendrez.





### **Un bon dialogue**

Matin et soir, il est bon de prendre le temps d'échanger avec la responsable de garde sur les événements qui surviennent dans la vie de votre enfant : un déménagement, le nouveau travail de maman, un petit frère qui s'en vient, le chat perdu, une séparation... sont des événements très déstabilisants pour l'enfant qui le perturbe et peut l'amener à modifier son comportement.

### **Caractéristiques de l'enfant**

Faites part à la responsable de garde, des caractéristiques de votre enfant : ses goûts, ses craintes, ses habitudes pour manger et pour dormir et tout autre renseignement qui pourrait l'aider à comprendre votre enfant, à faciliter la transition et à donner des soins qui sont comparables aux vôtres.

### **Laissez-lui un objet familier**

Les jeunes enfants trouvent souvent réconfortant d'avoir un objet de la maison (comme leur ours en peluche ou leur couverture favorite). D'autres préfèrent mettre dans leur poche ou leur sac à dos un portrait de famille ou un vêtement familier de leur parent (foulard, gant). À la longue, le besoin de tels réconforts ou objets de transition diminue.



### **Prenez le temps de dire au revoir**

Quittez l'enfant en lui disant ce que vous ferez d'agréable ensemble à la fin de la journée : «Garde un bec en réserve pour mon retour! Après, nous irons chercher ton frère à l'école.» Même si c'est parfois tentant, ne partez jamais à la dérobée pendant que l'enfant regarde ailleurs. Vous détruiriez sa confiance, et vous l'encourageriez à se cramponner encore plus la fois suivante. Une fois que vous aurez dit que vous partez, partez. Si vous vous montrez indécis, vous risquez d'augmenter les craintes de l'enfant et il se cramponnera encore plus à vous.

### **Une attention particulière**

La responsable de service de garde ne peut remplacer les parents. Elle est là pour veiller à la sécurité de votre enfant, répondre à ses besoins fondamentaux, le stimuler et lui permettre d'aller plus loin dans ses apprentissages. Il est bon d'expliquer à l'enfant que sa responsable de garde est une personne qualifiée qui aime les enfants et à qui l'on peut faire confiance.

L'attachement de votre enfant à la responsable de service de garde ne doit pas être menaçant pour vous car c'est à la maison que se vivent les rapports humains les plus significatifs.

L'adaptation prend un certain temps, il faut l'accepter. C'est normal de se sentir un peu coupable ou inquiet en tant que parent. L'angoisse de la séparation et la période d'adaptation peuvent être difficiles pour vous et pour votre enfant. Heureusement, avec une bonne planification, cette période peut être de courte durée. Bonne intégration!