

## Références :

*RCPE Québec-Chaudières-Appalaches « L'adaptation des enfants dans un nouveau milieu »*

*Centre de la petite enfance du Château de Sable « Petits trucs pour mieux comprendre le processus d'adaptation dans un nouveau milieu »*

*Bout de chou, printemps-été 2011 « Le difficile chemin vers le service de garde »*

*Centre de santé de la Haute-Saint-Charles « Guide d'accueil en service de garde »*

*La Culbute, août, septembre, octobre 2011 « Quand vient le moment de laisser fiston à la garderie »*

# Petits trucs

pour mieux comprendre

le processus d'adaptation

dans un nouveau service de garde



*L*aisser son enfant dans un nouveau service de garde est émouvant pour tous les parents et souvent bouleversant pour l'enfant. Il ne faut pas se le cacher, la séparation n'est pas toujours facile; cela fait jaillir chez l'enfant et les parents toutes sortes d'émotions (culpabilité, insécurité, peur et angoisse).

Réalisation du Comité conjoint  
CLSC-Milieus de garde  
Février 2012

Chaque enfant est unique et passera, à sa façon, à travers cette période d'adaptation. L'intensité de sa réaction variera en fonction de son âge, de sa personnalité, de son caractère, de ses expériences préalables et aussi de l'attitude de ses parents. Croyant que vous avez un rôle important à jouer dans cette étape de la vie de votre enfant, nous vous présentons quelques moyens pour faciliter l'adaptation de vos petits à leur milieu. Nous ne prétendons pas vous présenter des recettes miracles, mais des petits trucs qui vous aideront sûrement à rendre ces moments moins pénibles et qui seront susceptibles d'améliorer votre vie familiale pendant cette période.

La plupart des jeunes enfants ont besoin de temps pour s'adapter à un nouvel environnement peuplé d'inconnus. En général, cette période peut durer environ un mois. Donc, pendant deux à quatre semaines, il est probable que votre petit pleure lorsque vous le laissez au service de garde, ou qu'il soit particulièrement collant à la maison. Les enfants réagissent souvent au nouveau milieu de vie en modifiant leur comportement à la maison. Soyez patient, il s'agit d'une manifestation normale indiquant un effort d'adaptation. Il arrive même que, subjugué par ses émotions, il sanglote aussi lorsque vous le récupérez le soir, donnant l'impression qu'il a passé toute la journée en larmes. Sachez qu'en général, les nouveaux venus au service de garde ne pleurent que quelques minutes, tout au plus. La meilleure façon d'aider votre enfant est de garder une attitude positive, d'établir un lien de confiance avec l'éducatrice, et, surtout, de lui montrer que vous avez confiance en elle.

Votre enfant va faire l'apprentissage de la vie dans un nouveau réseau social. Il ne sera plus seul à la maison avec papa, maman, ses frères et sœurs. Il va apprendre à vivre avec plusieurs autres «copains». C'est beaucoup de monde pour un p'tit bout de chou ! Il est parfois complexe de répondre à tous les besoins particuliers de chacun en raison du nombre d'enfants. L'éducatrice ne pourra peut-être pas accéder à toutes les demandes particulières de chaque parent. C'est également pour cette raison que certaines règles et politiques sont établies, dans le service de garde. Soyez certain que malgré le fait qu'elle doit se partager entre plusieurs, l'éducatrice va s'assurer de prodiguer à tous les jours, les meilleurs soins et toute l'affection dont votre enfant a besoin.

#### **Papa & maman... Voici quelques petits trucs que vous pouvez appliquer avant mon entrée au service de garde :**

- ♥ Confie-moi à d'autres personnes pour m'habituer graduellement à ton absence;

- ♥ Offre-moi une routine stable (respectant mes besoins alimentaires de repos et d'activité...) cela m'aidera à m'adapter, peu à peu, à celle du service de garde;
- ♥ Si c'est possible, fais que mon intégration au service de garde soit graduelle et stable. Par exemple, en me laissant une demi-journée, puis en augmentant graduellement les heures. Il est préférable de venir à tous les jours, ou des journées rapprochées (lundi, mardi, mercredi), que de venir à des journées entrecoupées (lundi, mercredi, vendredi). La stabilité m'aide à me faire des repères;
- ♥ Va me faire visiter mon service de garde, quelques semaines ou quelques jours avant que je débute avec les nouveaux copains.

#### **Papa & maman... Lors de mon intégration!**

- ♥ Pendant ma période d'adaptation, essaie d'éviter que d'autres changements s'ajoutent, car les changements provoquent chez moi de l'insécurité;
- ♥ Établi une bonne communication avec mon éducatrice. Renseigne là sur mes habitudes, comme l'alimentation, la sieste, ou d'autres particularités. Si j'ai passé une mauvaise nuit ou que je suis malade, avise-la;
- ♥ Dis-moi souvent que tu m'aimes et surtout assure-moi de ton retour en me disant qui viendra me chercher et à quel moment de la journée (après la collation, après la sieste);
- ♥ Quand tu viens me reconduire, ne te sauve pas en douce, dis-moi un beau bonjour plein de tendresse; le lien de confiance entre toi et moi est très important;
- ♥ Si je pleure, montre-toi empathique, mais sans dramatiser. Même si je pleure, ne t'éternise pas au moment de la séparation;
- ♥ Laisse-moi un objet qui me reconforte, qui me sécurise, qui me permet de retrouver mon calme... (doudou, suce ou autre);
- ♥ Évite de me demander d'avance d'être gentil ou de faire le grand; cela augmente mes peurs face à ce nouveau milieu;
- ♥ Lorsque tu décides de partir, n'hésites pas et ne fais pas de faux départ. Confie-moi à la personne responsable en me disant qu'elle prendra bien soin de moi;
- ♥ Tu peux appeler pour prendre de mes nouvelles. Savoir que je vais bien t'aidera à passer une meilleure journée;
- ♥ Quand tu prends le temps de parler de ma journée avec moi et que tu me permets d'exprimer mes joies, mes peines, mes peurs et mes colères face à ce nouveau milieu, ça va déjà mieux. Je me sens écouté, rassuré et compris. Je sens que tu m'aimes. Raconte-moi aussi ta journée...