

Réussir l'intégration à la garderie

Votre enfant fréquentera la garderie 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, comme parents, les premières figures d'attachement pour votre enfant. A la garderie, il cherchera à retrouver des repères qui vont le sécuriser et il aura à développer des liens d'attachement avec son éducatrice. Une intégration réussie passe par un lien d'attachement fort.

Pour créer ce lien, trois conditions sont essentielles: une éducatrice calme et chaleureuse, un environnement stimulant que l'enfant sera heureux de retrouver et une relation de confiance entre les parents et l'éducatrice. Si un parent est inquiet en déposant son enfant le matin, celui-ci le sentira. Il faut avant tout avoir confiance en l'éducatrice.

L'adaptation.

Malgré toute votre bonne volonté et celle de son éducatrice, votre enfant vivra probablement les étapes suivantes dans son processus d'adaptation à la garderie. Il faut comprendre que votre enfant vit un changement important qui consiste à passer d'un milieu connu et sécurisant, sa maison, à un environnement inconnu et imprévisible, son milieu de garde.

Voici les étapes du processus d'adaptation de l'enfant à son milieu de garde.

Naturellement, ces étapes sont à titre indicatif et peuvent varier d'un enfant à l'autre.

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, régression (sucé, doudou, pipi dans les culottes...)
- ✓ **Acceptation**
À partir du 15^e jour environ : Confiance, rires, amusement, participation, socialisation.

Quelques trucs et conseils pour favoriser l'adaptation de votre enfant à son nouveau milieu de vie :

La séparation du matin :

- ✓ Peu importe son âge, préparer votre enfant en lui disant que vous allez le confier à son éducatrice et qu'elle s'occupera de lui pendant votre absence.
- ✓ Apporter un objet significatif pour votre enfant (doudou, toutou...). Vous pouvez aussi apporter une photo de vous ou de la famille. Il est même possible de faire un petit album photo des personnes significatives qui gravitent autour de l'enfant, ou encore de votre animal de compagnie. Cet album sera laissé dans le petit

casier ou le bac à dodo de votre enfant et ce dernier pourra le prendre au besoin.

✓ Préservez les routines et les rituels. Il ne faut pas s'éterniser un matin... et se sauver presque en courant le lendemain. Si le parent quitte en douce lorsque l'enfant a le dos tourné, cela peut causer un stress d'abandon et miner son sentiment de confiance en vous. Si le rituel c'est trois bisous et trois câlins, c'est parfait, et il faut surtout s'en tenir au même rituel les jours suivants.

✓ Prenez également le temps de discuter avec l'éducatrice de votre enfant. Ce dernier sentira que vous lui faites confiance et il sera réconforté.

✓ Aux enfants un peu plus grands (à partir de 3 ans), les parents peuvent annoncer le moment de leur retour en disant, par exemple: «Maman revient après la collation» ou «Papa revient après la sieste». Ils pourront se rassurer en attendant la venue du parent.

✓ Si votre enfant pleure, évitez de revenir sur vos pas pour le consoler. Cela n'aura pour effet que de prolonger son chagrin. Prolonger l'au revoir ne vaut jamais grand-chose. C'est le départ qu'on allonge et non la présence.

✓ Après votre sortie de la garderie, évitez de revenir à l'intérieur (à moins d'une information urgente que vous avez oublié de transmettre), car votre enfant sera déstabilisé de vous revoir.

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).

➤ Votre enfant appréciera le temps que vous prendrez pour renouer avec lui. Écoutez ce qu'il a à raconter ou à vous montrer. Prenez-le et priorisez la relation avec votre enfant puis échangez avec l'éducatrice sur le déroulement de la journée, tout en incluant votre enfant dans cet échange.

➤ Des échanges réguliers 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 plus, ces échanges vont vous permettre de suivre l'évolution de votre enfant à la garderie et devraient contribuer à cultiver votre lien de confiance et de collaboration 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 ressentez le besoin. Vous pouvez téléphoner à la garderie pour prendre des nouvelles de votre enfant.

➤ Une bonne collaboration entre vous et l'éducatrice de votre enfant est essentielle au développement harmonieux, et ce tout au long de son séjour à la garderie.

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.

Source : Le bébé en service éducatif, presse de l'Université du Québec et le site Enfant-Québec