



## lettre parents

### La phase d'adaptation au groupe bébés

*L'adaptation d'un bébé ou petit enfant à la crèche est un processus décisif qui doit être planifié avec sensibilité pour ne pas stresser l'enfant.*

Les enfants de moins de 3 ans sont très attachés à leurs parents et vivent la séparation de façon très émotionnelle.

La plupart du temps les parents aussi ont besoin de temps pour laisser partir leur enfant et construire une relation de confiance avec le personnel éducatif. La possibilité de voir par soi-même le travail pédagogique dans notre crèche, de s'échanger avec les éducatrices sur le comportement et le développement de leur enfant est le fondement d'une collaboration étroite basée sur la confiance.

Le modèle de notre phase d'adaptation décrite s'inspire du **BERLINER MODELL** développé par l'Institut für angewandte Sozialisationsforschung/ frühe Kindheit e.V.", abrégé „infans“.

L'adaptation se fait en plusieurs étapes.

La phase d'adaptation dure 3 semaines, pendant lesquelles un parent doit être pleinement disponible et les premiers jours il sera présent avec l'enfant dans son groupe.

La phase d'adaptation commence toujours un lundi et l'enfant viendra tous les jours de la semaine quel que soit l'inscription. Elle est organisée selon un rythme très précis, il est donc important de suivre un horaire.

**Un enfant a besoin de 3 semaines pour faire face à la séparation.**

### Les buts de la phase d'adaptation sont

1. Que l'enfant accepte **d'entrer en relation avec les éducatrices** et puisse se séparer plus facilement de sa maman ou de son papa. Parfois il est favorable que le papa emmène l'enfant à la crèche et l'accompagne en période d'adaptation si l'enfant présente des difficultés majeures pour laisser partir la maman. Vous en tant que parents restez toujours les personnes de référence numéro un.
2. Qu'à la fin de cette période sensible l'enfant peut rester toute une journée d'affilée en crèche comme prévu par le contrat.

Si après 3 semaines, ces buts ne sont pas réalisés, ou si l'enfant tombe malade pendant cette phase, une semaine supplémentaire sera nécessaire où vous devez rester disponible. Il est donc toujours préférable, si c'est possible des deux côtés (Parents et crèche) de prévoir d'office 3 à 4 semaines d'adaptation.

### Phase primaire

Parfois il est important qu'une éducatrice désignée soit responsable pour accueillir un nouvel enfant, mais nous tenons compte du fait que l'enfant souvent choisit lui-même l'éducatrice auprès de laquelle il se sent le plus rassuré.

**Pendant la première semaine un parent accompagne son enfant en crèche et se trouve avec lui dans le groupe.**

**Conseil:** Pendant ce temps en groupe le parent reste plutôt passif. La maman ou le papa n'exige pas de l'enfant de s'éloigner et accepte si l'enfant cherche le réconfort auprès de vous. Vous êtes en tant que parent le support sécurisant pour votre enfant. Vous n'essayez pas d'animer votre enfant ni de jouer avec d'autres enfants. Vous êtes présents, donc il va de soi que vous ne regardez pas un journal ou votre portable.

Nous prions les parents de se tenir strictement aux heures prévues:

## **SEMAINE 1**

### **JOUR 1-3: 9.30-10.30**

**Un parent accompagne son enfant et y reste pendant toute la durée.**

L'enfant vient pour la première fois dans un groupe d'enfants et est confronté à beaucoup d'impressions : des visages nouveaux (enfants et adultes), des jouets, un niveau sonore avec bruits divers (jeux, cris de joie, pleurs) inconnus jusqu'à ce jour. Dépendant de l'âge de l'enfant, la maman se met avec son enfant et l'éducatrice ensemble sur le matelas et ensemble observent comment l'enfant entre en contact et réagit aux offres. Avec beaucoup de sensibilité l'éducatrice cherche à entrer en contact avec l'enfant.

### **Etape suivante: première séparation**

**Le premier moment de séparation se déroule ainsi: Vous entrez avec votre enfant dans le groupe et y restez une demi-heure, vous dites au revoir à votre enfant et vous quittez la salle, même si l'enfant proteste.**

Vous prenez place dans le fauteuil près du bureau et attendez une dizaine de minutes pour avoir une confirmation de l'éducatrice que tout va bien. Si l'enfant reste plutôt indifférent et communicatif, s'intéresse à son entourage, ce premier moment de séparation ne dure pas plus que 30 minutes. L'éducatrice vous invite alors à revenir en salle.

De même si l'enfant proteste en pleurant, mais que l'éducatrice parvient à le consoler, cette première séparation est limitée à 30 minutes.

Par contre si l'enfant montre des signes d'épuisement après la séparation avec la maman, et ne se laisse pas du tout consoler par l'éducatrice, la maman est appelée à rejoindre le groupe. Ceci est un indice qui peut éventuellement conduire à une prolongation de la période d'adaptation.

### **JOUR 4: 9.30 -11.00**

Le 3e jour le parent accompagne l'enfant dans la salle et y reste 30 minutes. Une première séparation est prévue pour une durée de 15 à 30 minutes, où le parent attend dans le couloir. Il rentre et reste jusqu'à 11 heures.

### **JOUR 5: 9.30 -11.00**

Si le jour précédent tout s'est passé avec succès, une séparation d'une heure est envisagée et le parent peut sortir de l'établissement, sinon avec minimum 30 minutes (le parent attend dans le couloir)

La durée de l'accompagnement d'un parent peut devenir indispensable de 6 jours à 3 semaines. La réaction en général de l'enfant par rapport à une séparation est très individuelle et dépend toujours de plusieurs facteurs: le lien avec les parents, son caractère, son état général, de ses expériences, la composition du groupe etc.

## **SEMAINE 2 :**

La 2e semaine de l'adaptation c'est la phase de stabilisation. Pendant cette phase, le parent ne se trouve plus autant avec son enfant dans le groupe. A la fin de cette 2<sup>e</sup> semaine l'au revoir se fait à la porte d'entrée du groupe des bras de la maman dans les bras de l'éducatrice. Suite aux réactions de l'enfant pendant la première semaine et après un weekend et les journées suivants, pendant laquelle l'enfant se trouve sans accompagnement du parent, la durée sera prolongée chaque jour.

### **JOUR 6: 10-11.30 heures**

Le parent accompagne l'enfant dans la salle et y reste 30 minutes. La durée de la séparation dépend de celle du vendredi mais pas plus que 30 minutes. Le parent revient pour le déjeuner.

### **JOUR 7 : 10-11.30**

Le parent accompagne l'enfant dans la salle et y reste 30 minutes. La séparation est augmentée à 1 heure ou 1 heure et demie. L'éducatrice donne à manger à l'enfant. Le parent rentre brièvement pour la reprise.

### **JOUR 8 : 10-12.00**

Le parent accompagne son enfant pendant 15 minutes dans la salle. Il y a de nouveau la séparation et la prise du déjeuner. La reprise se fait auprès de la porte.

### **JOUR 9 : 9-11.30**

Aujourd'hui l'accueil se fait auprès de la porte, le parent donne l'enfant à l'éducatrice et lui transmet les informations nécessaires pour la journée.

### **JOUR 10 : 9-11.30/12.00**

Nous augmentons la durée où l'enfant reste en crèche. Si tout se passe bien, l'éducatrice essaie de le faire dormir dans sa chambre. Le parent vient chercher son enfant de suite après la sieste.

## SEMAINE 3

A partir de la 3<sup>e</sup> semaine l'enfant reste également pour faire la sieste: un moment sensible qui demande beaucoup d'attention. Si l'enfant parvient à dormir, il sera repris après sa sieste. Si non le parent vient le chercher. Il est également possible qu'il s'endorme avant le repas. Cela demande donc à tout le monde de rester flexible et attentif aux signes de l'enfant. En tout cas il ne restera pas plus longtemps que 14.00 heures.

Si tout se passe bien, à partir de ce jour, la journée de l'enfant sera rallongée jusqu'à l'horaire qui est fixé dans le contrat.

*La phase d'adaptation est „terminée“ lorsqu'un enfant accepte l'éducatrice, se laisse consoler et peut participer au déroulement de la journée sans difficultés.*

*Il se peut que l'enfant proteste encore le matin suite à la séparation de la maman ou du papa, mais ce qui importe c'est qu'il se laisse calmer et qu'ensuite il s'intéresse au monde à explorer.*

### Facteurs favorables à une bonne adaptation

- Il est bien de donner une importance à cette période sensible et de **ne pas trop charger les journées et les weekends** et d'adapter vos projets selon le rythme de votre enfant.
- Pensez au fait qu'aussi bien tout ce qui concerne l'enfant ainsi que la durée journalière ou hebdomadaire pendant laquelle l'enfant doit être adaptée influencent la période. Un enfant est plus vite et plus facilement adapté à un horaire de 9.00 à 14 que 7.00-18.00 heures.
- Pour un enfant qui tombe malade pendant cette période sensible ou qui a du mal à rester sans le réconfort de sa maman et pleure beaucoup, la période sera d'office prolongée.
- Il est bien de préparer l'enfant en lui parlant de ce qui l'attendra, même si l'enfant ne comprendra pas vraiment.
- Pour préparer l'enfant en crèche et s'il est inscrit pour faire la sieste, il est fort recommandé de l'adapter déjà à son lit pour faire la sieste et ne pas attendre le début de l'adaptation en crèche. Idéalement l'enfant doit se rendre compte d'être mis au lit et en général ne s'endort pas tous les jours avec le biberon ou en le berçant.
- Un petit ours ou une sucette voir une pièce d'habit qui sent la maman peuvent calmer l'enfant et l'aider à trouver son sommeil.

- Des petites expériences de séparation surtout avec la maman l'aident à s'adapter plus facilement.
- Surtout: un bébé allaité doit impérativement être adapté aussi au biberon avant de commencer la vie en crèche.
- Pendant les premiers jours les parents ne doivent pas penser que leur présence est dispensable si l'enfant montre de l'intérêt à son entourage pour vouloir accélérer l'adaptation. De même un enfant peut bien s'adapter et montrer une réaction tardive. Ici il faut montrer de la patience et avoir confiance lorsqu'un enfant réalise ce qui l'attend maintenant tous les jours. C'est un processus de plusieurs mois.

### Conseils utiles:

En amenant votre enfant à la crèche le matin, parlez-lui, et tout en souriant **montrez-lui d'une manière positive** qu'il peut se réjouir de la belle journée qui l'attend et non 'je vais faire vite pour te reprendre'.

Un court rituel d'au revoir facilitera la séparation à votre enfant.

Si votre enfant pleure et a du mal à vous quitter, **ne prolongez pas la situation** de séparation. Remettez l'enfant dans les bras de l'éducatrice. Parlez-lui avec confiance. Dans la majorité des cas l'éducatrice réussira à calmer votre enfant dans les minutes qui suivent. Nous vous contacterons si ceci n'est pas le cas et si votre enfant se sent dépassé par les événements. Nous chercherons ensemble une solution.

Si vous-même en tant que parent avez du mal à vous séparer de votre enfant, essayez de ne pas le montrer. Les sentiments de culpabilité n'ont pas lieu d'être. Vous devez aller travailler et votre enfant a l'opportunité de passer une belle journée avec ses petits camarades. Notre but ultime est que chaque enfant se sente bien.

Sachez qu'à l'ouverture et à la fermeture les éducatrices principales du groupe ne peuvent pas toujours être présentes. Mais soyez rassurés que les éducatrices s'échangent et que surtout les premières semaines nous essayons de prendre en compte au mieux cette situation.

Au cours du temps et des journées l'enfant rencontrera de plus en plus d'éducatrices et ensemble ils apprendront à se connaître.

Nous savons qu'il est parfois difficile pour un parent de remettre son enfant à une personne qu'il ne connaît pas. Toutefois, ayez confiance que chaque éducatrice s'occupera au mieux de votre enfant. Pour les bébés, nous conseillons aux parents d'utiliser un **cahier de liaison** pour pouvoir échanger les informations importantes.

