

COMMENT GÉRER L'ANGOISSE DE SÉPARATION CHEZ LES NOURRISSONS



Un des buts premiers du programme pour les nourrissons est d'établir une relation de confiance entre le membre du personnel primaire et un maximum de trois tout-petits. Il est très important de bien gérer l'angoisse de séparation. Un lien affectif solide est essentiel à l'apprentissage pendant la petite enfance.

De plus, les nourrissons nouveaux arrivants ont dû faire beaucoup de rajustements pendant leur courte vie. Dans le programme de GENA, c'est peut-être la première fois que l'enfant est séparé de ses parents. La création d'attachements et l'établissement d'un lien affectif solide entre un aidant et un nourrisson permettent de soutenir les nourrissons nouveaux arrivants confiés à vos soins et d'atténuer leur angoisse de séparation plus facilement.

Les études démontrent qu'un attachement sain se forme quand les aidants :

- sont disponibles en tout temps
- sont sensibles et réceptifs aux signaux que donne l'enfant
- sont honnêtes dans leurs interactions

Parfois, les enfants pleurent, se sentent perdus ou réagissent fortement les premières fois que leurs parents les quittent. Cette angoisse de séparation est normale, surtout si c'est la première fois que l'enfant est placé dans un service de garde en groupe. Pour aider les enfants et les parents à traverser cette période difficile, la séparation graduelle est importante. Pour obtenir plus d'information sur la séparation graduelle, lisez la fiche [Guide des parents sur les séparations graduelles](#) (maintenant offerte en plus de 40 langues!)

COMMENT GÉRER L'ANGOISSE DE SÉPARATION CHEZ LES NOURRISSONS



Pour créer un attachement sain avec chaque nourrisson dont vous vous occupez :

- Concentrez votre attention sur le nourrisson. Parlez-lui, montrez-lui des jouets et jouez avec lui. Apprenez à reconnaître les signes de détresse donnés par le nourrisson.
- Soyez constant. Reconnaissez ce que le nourrisson ressent. Répondez toujours à un nourrisson qui exprime le besoin d'être réconforté : vous lui donnez un sentiment de sécurité. Ne laissez pas un nourrisson pleurer pendant longtemps. Si vous ne pouvez prendre soin de lui immédiatement, reconnaissez son besoin en le regardant dans les yeux et en lui disant que vous savez qu'il a besoin de vous et que vous allez être là aussitôt que possible.
- Soyez sensible. Dites à l'enfant que vous savez qu'il est en détresse et réagissez convenablement en le réconfortant.
- Acceptez la détresse et l'inconfort émotionnel de l'enfant plutôt que de le juger ou de rejeter ce qu'il ressent.
- Réconfortez l'enfant quand il est bouleversé. Si l'enfant pleure sans arrêt et qu'il ne peut pas être réconforté, contactez les parents.
- Soyez honnête. Rassurez l'enfant pour commencer à établir une relation de confiance et développer un attachement avec lui. Vous pouvez dire, par exemple : « Je sais que ta maman te manque, mais elle va revenir à l'heure du dîner. »

Voici quelques conseils utiles pour intervenir si un enfant est troublé quand ses parents partent :

- Parlez aux parents de leur enfant d'une manière décontractée. Parlez-leur de votre programme et planifiez la séparation graduelle. Cette démarche aide l'enfant à considérer le personnel comme des personnes sûres à qui il peut faire confiance.
- Validez ce que le nourrisson ressent : « Tu es triste parce que maman a dû partir. »
- Faites des câlins à l'enfant et essayez de l'intéresser à son jouet préféré.
- Intéressez l'enfant à son activité préférée.
- Jouez à faire coucou.
- Utilisez des marionnettes et des animaux en peluche pour jouer à dire au revoir.
- Faites des activités sensorielles comme de la peinture avec les doigts sur des napperons plastifiés pour que les images apparaissent et disparaissent quand l'enfant étale la peinture.
- Regardez des livres cartonnés avec le nourrisson.
- Jouez à cache-cache avec les nourrissons qui sont mobiles.

Allez à cmascanada.ca pour obtenir plus de ressources qui vous aideront dans votre travail avec les familles nouvelles arrivantes.



SUPPORTING THE SETTLEMENT OF YOUNG IMMIGRANT AND REFUGEE CHILDREN / SOUTENIR L'ÉTABLISSEMENT DES JEUNES ENFANTS IMMIGRANTS ET RÉFUGIÉS
Funded by: Immigration, Refugees and Citizenship Canada / Financé par : Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada