

# Famill **ēduc**

Janvier 2016

L'Imaginerie

Rôle de parent

Faire collaborer  
les enfants

Lire des kilomètres  
de mots

Le défi  
d'être parent

Développer l'identité  
de nos enfants

Le massage  
des prématurés

Service  
de garde



# La petite **enfance**

# Familléduc

...on en parle  
sans tabou



**Agnès Bohn**  
Grandir sans frontières



**Tania St-Laurent Boucher**  
LigneParents



**Lydia Alder**  
Animatrice de Famille, Québec



**Mariane Sawan**  
Doctorante et stratège web



les entrevues sont diffusées sur les  
ondes de Radio LaSalle CKVL 100,1FM  
à 18 h 05 du lundi au jeudi  
Aussi disponibles en podcast sur notre  
site [www.FamillePointQuébec](http://www.FamillePointQuébec)

**FAMILLE**  
Point Québec

Visionnez  
nos conférences.

Consultez  
les Familléduc.

Abonnez-vous  
à notre Bulletin électronique.

Suivez  
notre veille politique.

Découvrez  
nos organismes membres.

Écoutez  
nos entrevues  
radiophoniques.



Suivez-nous  
sur facebook.

[www.FamillePointQuébec.com](http://www.FamillePointQuébec.com)



## Mythe...

...ou réalité, la famille parfaite ? Toutes ces belles théories et ces conseils non sollicités sur le dodo, la suce, les crises, la routine, le repas, la propreté, prendre du temps pour soi, du temps pour son couple, du temps pour s'entraîner, etc. et bien en pratique, ce n'est pas toujours si simple. J'ai lu quelque part que la mère parfaite n'a pas d'enfant. Ça m'a bien fait sourire. J'aime ma famille imparfaite.

Ce mois-ci, votre Familléduc aborde le thème de la petite enfance. Toutes ces images dont on nous bombarde d'un bébé au petit air angélique et d'une maman resplendissante, cheveux parfaits, pas la moindre ombre d'un cerne et le chemisier d'un blanc impeccable pressé à la perfection... et bien cette photo, elle n'a pas été prise chez moi! Détrompez-vous, j'adore mon rôle de maman; c'est le rôle de ma vie. J'ai raffolé du 0 – 5 ans... la plupart du temps. Mais c'était loin de l'image qu'on me projetait et de ce que je m'imaginai. Presque tout mon temps était dédié à mes enfants, à laver, ramasser, bercer, consoler, cajoler, préparer les repas, plier et déplier la poussette, jouer, lire des histoires et lire sur le développement de l'enfant. Parents de jeunes enfants, rassurez-vous, vous aurez bientôt plus de temps, car nos tout-petits prennent vite de l'autonomie, surtout lorsqu'on les encourage. Je vous invite d'ailleurs à lire l'article de Karine Trudel *Faire collaborer les enfants en 5 étapes faciles* en p. 8. Je vous encourage aussi à lire à vos tout-petits le plus souvent possible et à découvrir l'article d'Isabelle Provost *Le marathon de lecture au profit de La lecture en cadeau* en p. 10.

Mes coups de cœur du mois ? J'en ai deux : *Le Festival Montréal en lumières* qui aura lieu cette année du 18 février au 5 mars. Il s'agit d'un des plus grands festivals d'hiver au monde! Au programme : arts de la scène, gastronomie et activités familiales extérieures gratuites. L'an dernier, mes filles ont adoré la grande glissade extérieure. Et il y a ce livre de Mona Greenbaum, *Famille LGBT, le guide*. Une lecture que je vous recommande pour en finir une fois pour toute avec bon nombre de préjugés au sujet des familles homoparentales et transparentales.

Bonne lecture et joyeuse Saint-Valentin,

Lydia Alder  
Éditrice en chef  
alderlydia@gmail.com



Écoutez mes  
entrevues  
radiophoniques  
sur notre site

[www.FamillePointQuébec.com](http://www.FamillePointQuébec.com)

# Table des matières

La découverte 5

L'imagerie

Parole du  
parent 6

Vivre pleinement  
son rôle de parents

La jasette 8

Faire collaborer les  
enfants en cinq étapes  
faciles

Lire des kilomètres 10  
de mots

9



La pédagogie 11

Le défi d'être parent

Développer l'identité 14  
de nos enfants

À votre service 12

Les enfants vivent une  
sentence

La santé 16

Le massage des  
prématurés : quelques  
faits et bienfaits

La rubrique 18

Services de garde,  
quel casse-tête!

10

18



14



**Famillēduc.ca**

Janvier 2016

## RÉDACTION

ÉDITRICE EN CHEF  
Lydia Alder

## COLLABORATEURS

Steve Lachaine, parent  
Sonia Cotten, L'imagerie  
Nancy Gerarghty, AEMFQ  
Denise Normand-Guérrette, Psychologie préventive  
Kathleen Neault, CQRPE  
Isabelle Provost, La lecture en cadeau  
Christine Roy, Zeste Détente  
Karine Trudel, Savez-vous planter des choux ?  
Sabrina Moroni, Relais Famille

## PRODUCTION

CORRECTION  
Michèle Saint-Cyr

CONCEPTION ET  
RÉALISATION GRAPHIQUE  
Viva Design Inc.

IMPRESSION  
JB Deschamps inc.

PHOTOGRAPHE  
La Boîte blanche

PHOTOS ET ILLUSTRATIONS  
Shutterstock

La revue Famillēduc est produite par

**FAMILLE**  
point Québec

Téléphone : 514 527-8435 ou 1 877 527-8435  
www.famillepointquebec.com

Les auteurs des articles publiés dans Famillēduc conservent l'entière responsabilité de leurs opinions. Le générique masculin est utilisé sans aucune discrimination et uniquement dans le but d'alléger le texte. Les articles peuvent être reproduits avec l'autorisation écrite de la rédaction du magazine.

Dépôt : Bibliothèque nationale du Québec

# L'Imaginerie



Par Sonia Cotten, poète-performeur

Découvrir des œuvres, des trucs, des outils, des artistes coups de cœur. Être en mesure d'ouvrir la petite porte concomitante qui existe entre son cœur et le cœur d'un enfant qui nous est cher. Des enfants en général. C'est ce que propose une petite compagnie qui s'appelle L'Imaginerie.

L'Imaginerie, c'est un mélange d'imagination et d'ingénierie... D'images et de machinerie... D'imaginaire et de drôlerie....

C'est une compagnie qui accompagne les accompagnateurs d'enfants : adultes signifiants, enseignants, éducateurs spécialisés, animateurs à la vie spirituelle et communautaire... mais aussi les centres d'amusement familial, les cabinets de médecins, les pharmacies et les bibliothèques.

Son slogan est : « L'art qui transforme l'intérieur ».

Comment fait-elle cela ? En offrant des produits et services créés spécifiquement pour le mieux-être des enfants et de leurs proches, en utilisant l'illustration et la littérature.

Pour nous aider à parler de la mort et du deuil : un cahier d'activités illustré créé par des professionnels dans lequel on y retrouve des activités artistiques, des pistes de discussion et de réflexion, un mandala, une routine de yoga, des jeux, un rituel et bien plus.

Pour se rapprocher, rigoler, s'émouvoir, et donner la parole à l'enfant : seize courtes histoires et comptines

magnifiquement illustrées par Annie Boulanger, regroupées dans un album qui s'appelle « Marcher dans le ciel », dont les textes et illustrations ont été validés par une thérapeute pour enfants en résolution émotive. On y parle de deuil, d'estime de soi, de la peur du rejet, de la façon d'être un ami, de prendre conscience de son énergie, de prendre le temps de vivre, de la peur du noir, entre autre!

De plus : un atelier d'animation-discussion pour découvrir le butaï (théâtre d'illustrations japonais), un outil tout simple permettant de faire à un groupe une lecture animée des textes et d'ouvrir la discussion auprès des enfants.

Un choix de personnages de l'album en laine cardée biologique et des butaï.

Et pour décorer les murs (et les plafonds!), L'Imaginerie offre des collections d'appliqués muraux tirées des illustrations de l'album « Marcher dans le ciel ».

**En offrant des produits et services créés spécifiquement pour le mieux-être des enfants et de leurs proches, en utilisant l'illustration et la littérature.**

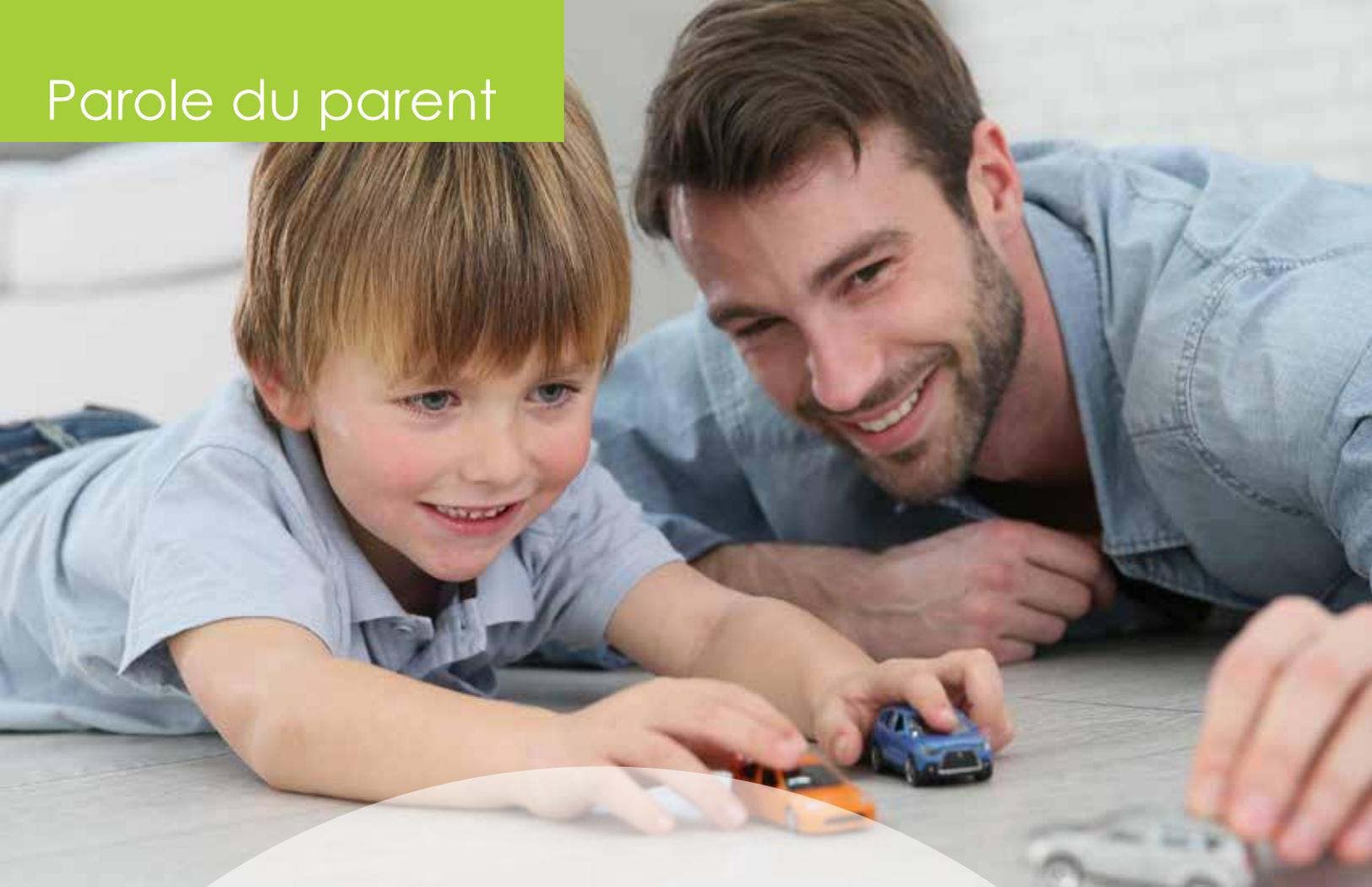
## À HAUTEUR D'ENFANT

**« Rien n'est grand comme les petits. C'est tellement vrai qu'un penseur a pu dire que, de tous les êtres vivants, l'enfant est le seul qui exige qu'on se mette à genoux pour s'élever à sa hauteur. »**

*Doris Lussier.*

L'ensemble des produits et services de L'Imaginerie se retrouvent sur le site web : [www.limaginerie.ca](http://www.limaginerie.ca)





# *Vivre pleinement son rôle de parents*

---

Par Steve, papa de Julien 7 ans et de Laurent 2 ans

---

En 2008, à la naissance de mon garçon, une campagne télévisée sur le langage et l'importance de lire et de parler aux enfants avait attiré mon attention. Julien n'avait alors que quelques semaines. Au péril de paraître un peu fou pour qui observe, j'ai décidé d'échanger avec mon tout petit partout et à tout moment. La forme d'une pomme, la taille d'un camion, distinguer un chien d'un chat ou un caillou qui roule, tout était décrit et prétexte à un échange avec ce petit homme qui me suivait partout.

C'était l'époque où les réseaux sociaux comme on les connaît aujourd'hui n'existaient pas. Ces moments immobiles, à attendre au parc, chez le pédiatre ou dans l'auto n'étaient jamais interrompus par un bip. Personne alors ne surfait son écran du bout du pouce, avalé par des moments de vie postés sur Facebook. Au coude à coude sur le canapé, mais l'esprit à mille lieux, enveloppés d'une bulle virtuelle.

Je ne peux que réfléchir à l'impact des téléphones intelligents et l'érosion qu'ils provoquent sur ma vie avec d'autres et en famille. Finement, ces écrans infléchissent mes comportements. Mon univers familial devient un endroit où les amis ne sonnent plus à la porte, simplement parce qu'ils étaient de passage. À la maison, le téléphone ne se fait plus entendre ou s'il sonne, je sais exactement qui téléphone et pourquoi. Les appels imprévus où l'on prend des nouvelles n'existent plus. On consulte les réseaux sociaux. Côte à côte, nous partageons un lit, chacun engagé dans cette vie virtuelle qui nous avale avant de dormir. Nous partageons l'actualité avec d'autres qui partagent une variante de cette même nouvelle. La discussion, le choc des idées, la créativité qui naît de ce partage de vive voix est aussi érodée.

« Allez vas-y mon garçon, papa est là ... » cette phrase répétée cent fois est un concentré de l'aventure qu'est la petite enfance avec mes garçons. Mais avec l'arrivée de ces écrans, est-ce encore vrai ? Est-ce que ma présence est aussi vive pour prévenir, transmettre, découvrir ? Je me demande si ces téléphones ne nuisent pas à cette capacité d'enseigner les subtilités des rapports interpersonnels à mes enfants. Alors que j'ai appris à survivre ce monde en regardant mes parents interagir avec d'autres, mes enfants me voient de plus en plus interagir avec un écran. Qu'en sera-t-il du développement des habilités sociales de mes enfants ? Après tout, ils apprennent par l'exemple !

Il y a ces amitiés vécues, entretenues et formatées sur écran que l'on déroule du bout du pouce. On rit on pleure devant un produit de haute technologie, impatient que s'accumulent ces « Like » que l'on clique et qui confirment l'existence d'une audience qui nous aime en retour. Mais, si nous sommes ici liés par un lien virtuel, c'est d'abord et avant tout parce qu'à un moment ou à un autre, nous avons vécu en présence des moments singuliers et uniques. Une édition très limitée d'un « Like » et

un partage possible qu'entre quelques-uns, ici et devant nous.

Ces avancées technologiques sont marquées chez moi par des reculs dans mes rapports sociaux avec d'autres et en famille. Elles effritent ma principale source de plaisir, les rapports interpersonnels, en famille et entre amis. Cette érosion, je veux y mettre fin et cultiver chez mes enfants de vivre à l'ancienne. Comme je l'ai appris avec mon père. En mouvement, sans écran, avec d'autres et souvent. Reconnaître et apprécier les subtilités des échanges entre amis. Partager des idées avec qui pense autrement. Discuter et nourrir cet espace de débat où en présence, sans technologie, les amitiés prennent en maturité. D'être ailleurs lorsque, sur les réseaux sociaux, tous partagent la même adresse, le même moment.

**Libéré de ces écrans, apprécier d'être seul en silence. Partir dans la lune, combler ce vide à observer les passants. Remarquer une odeur, une couleur ou remplir cet espace d'une conversation imaginaire avec soi-même**

Libéré de ces écrans, apprécier d'être seul en silence. Partir dans la lune, combler ce vide à observer les passants. Remarquer une odeur, une couleur ou remplir cet espace d'une conversation imaginaire avec soi-même. Et à ce moment, j'espère verra alors le souvenir d'un ami oublié qu'il faudrait bientôt visiter.

Alors pour mes enfants et parce que je les aime, j'ai pris la décision d'effacer de mon téléphone toutes ces applications qui grugent de mon temps avec eux. Si vous êtes de mes amis, cette année, ne soyez pas surpris si je me présente au hasard d'un weekend à votre porte. ■





# Faire collaborer les enfants en *5 étapes faciles*

Karine Trudel, co-fondatrice de Savez-vous planter des choux?

Quand Maman C. m'a contactée, elle était vraiment au bout du rouleau. Elle me disait avoir l'impression d'être en train d'élever deux mini rois de 5 et 8 ans qu'elle devait servir et qui tenaient tout pour acquis. Lorsqu'elle demandait un peu d'aide pour desservir la table, vider les boîtes à lunch ou pour nourrir le chien, ses demandes étaient simplement ignorées. Non seulement elle s'acquittait de ces tâches, mais il lui apparaissait impossible que ses bouts de chou prennent quelques responsabilités (adaptées à leur âge) que ce soit.

Responsabiliser les enfants sur des tâches est souvent un défi pour les parents. Bien que les petits adorent rendre service, il n'en demeure pas moins qu'ils le font principalement lorsqu'ils en ont envie et que les demandes restent lettre morte la plupart du temps.

Ce phénomène n'est pas étonnant! Depuis leur naissance, nous répondons à tous leurs besoins. En grandissant, nos bouts de chou ne demandent plus seulement que nous comblions leurs besoins, mais aussi leurs désirs et leurs attentes. Souvent, comme parents, nous traitons les désirs et les besoins de la même façon, sans distinction. Nous finissons alors par nous sentir exténués par toutes ces exigences grandissantes.

Il arrive un âge où il importe que les enfants prennent conscience de leur empreinte familiale, c'est-à-dire ce qu'ils font et ce qu'ils utilisent et qui occasionne une tâche supplémentaire. Par exemple : leurs vêtements et jouets qu'ils laissent au sol, leur couvert qu'ils laissent sur la table, leur dégat de lait devant le frigo, etc.

Comment les motiver, les influencer à collaborer sans crier, sans se fatiguer, sans se sentir la bonne à tout faire?

## En 5 étapes

- 1. Faites le point :** prenez le temps de dresser l'empreinte familiale de chaque enfant et d'identifier les éléments qui peuvent être pris en charge par ce dernier en tenant compte de son âge et de ses capacités.
- 2. Préparez le terrain :** assoyez-vous avec vos enfants et exprimez doucement vos attentes concernant leur collaboration « Pour que la maisonnée soit à l'ordre, je fais plusieurs tâches à la maison. Maintenant que vous êtes grands, je sais que vous êtes en mesure de collaborer pour le bien-être de tous les membres de la famille. J'aimerais que vous puissiez (nommez les éléments qu'ils devront prendre en charge). »
- 3. Semez :** Pour une période de deux semaines, continuez de vous acquitter de ce supplément de tâche en soulignant votre contribution par une phrase toute simple : « Fiston, je vois ton assiette sur la table. Je vais te rendre service en la mettant au lave-vaisselle. »

**Charte des tâches selon l'âge**

- 2 à 3 ans**
  - Ranger les jouets dans le coffre à jouets
  - Mettre les livres en piles sur les étagères
  - Mettre les vêtements sales dans le panier à linge
  - Jeter les déchets à la poubelle
  - Transporter du bois de foyer
  - Filler les débarbouillettes
  - Mettre la table
  - Apporter les couches et lingettes
  - Épousseter les plinthes
- 4 à 5 ans**
  - Nourrir les animaux
  - Essuyer les dégâts
  - Ranger les jouets
  - Faire le lit
  - Ranger la chambre
  - Arroser les plantes d'intérieur
  - Trier la couilleterie propre
  - Préparer des collations simples
  - Utiliser un aspirateur à main
  - Essuyer la table de cuisine
  - Essuyer et ranger la vaisselle
  - Désinfecter les poignées de porte
- 6 à 7 ans**
  - Ramasser les poubelles
  - Filler les serviettes
  - Passer la vadrouille
  - Vider le lave-vaisselle
  - Trier les chaussettes propres
  - Retirer les mauvaises herbes du jardin
  - Rotaxer les feuilles
  - Peler les pommes de terre et les carottes
  - Faire une salade
  - Remplacer le rouleau de papier de toilette
- 8 à 9 ans**
  - Charger le lave-vaisselle
  - Changer les ampoules
  - Trier la lessive
  - Suspendre et plier les vêtements propres
  - Épousseter les meubles
  - Éplucher sur patio
  - Ranger l'épicerie
  - Cuire des oeufs brouillés
  - Cuisiner des biscuits
  - Promener le chien
  - Balayer le balcon
  - Essuyer la table
- 10 à 11 ans**
  - Nettoyer la salle de bain
  - Passer l'aspirateur
  - Nettoyer le comptoir
  - Tondre le ménage de la cuisine
  - Préparer un repas simple
  - Tondre la pelouse
  - Apporter le courrier
  - Raccourcir les chaussettes
  - Récoudre des boutons
  - Balayer le garage
- 12 ans et plus**
  - Laver les planchers
  - Changer les ampoules des plafonniers
  - Laver et nettoyer la voiture
  - Tailler les haies
  - Peindre les murs
  - Taire l'épicerie avec une liste
  - Préparer un repas complet
  - Cuisiner un pain ou un gâteau
  - Taire de menus travaux de réparations dans la maison
  - Laver les fenêtres
  - Repasser des vêtements
  - Garder les enfants

Travail par avec l'accord des auteurs www.famillefamilyinfo 2014 - #reproduction interdite - www.savevousplanterdeschoux.com

- 4. Jardinez :** Après cette période, rappelez-leur qu'ils rendent service à la maisonnée en diminuant leur empreinte familiale : « Fillette, tu rendrais service à la maisonnée si tu desservais ton couvert. »
- 5. Récoltez :** Le plus beau dans cette façon de faire, c'est qu'après quelque temps à entendre des « Me rendrais-tu service... », il n'est pas rare de voir que les enfants ne font plus seulement rendre service aux parents. Ils s'échangent même des services entre eux! ■



**Pour nous rejoindre :**  
[www.savevousplanterdeschoux.com](http://www.savevousplanterdeschoux.com)  
 Tél. : 514.651.6201





# Lire des kilomètres de mots :

## Le marathon de lecture au profit de *La lecture en cadeau*.

Par Isabelle Provost

Selon les résultats de l'Enquête internationale sur l'alphabétisation et les compétences des adultes (EIACA), **49 %** des Québécois âgés de 16 à 65 ans avait des difficultés en lecture.

La faible scolarisation des parents, l'absence de livres à la maison et le manque de stimulation quant à l'importance de la lecture, l'échec et le décrochage scolaire, les conditions de vie difficiles et la pauvreté ainsi que les troubles d'apprentissage sont parmi les causes les plus fréquentes de l'analphabétisme chez l'adulte.

Attentive aux causes de l'analphabétisme, la Fondation pour l'alphabétisation a créé en 1999 le programme *La lecture en cadeau*. Cette initiative, adressée aux enfants de 0 à 12 ans qui vivent en milieux défavorisés aux quatre coins du Québec, vise à prévenir les difficultés de lecture et d'écriture susceptibles de mener au décrochage scolaire, puis à l'analphabétisme.

Afin de collaborer au succès de ce programme, une dizaine de marathoniens de lecture participent au Marathon de lecture au profit de *La lecture en cadeau* du 25 juin au 25 août de chaque année en lisant un minimum de six livres pour amasser des dons en argent et/ou des livres neufs pour les enfants de 0 à 12 ans.

Au cours des quatre dernières années, plus de 500 livres ont été lus, plus de 3500 \$ et 200 livres neufs ont été amassés dans le cadre de ce marathon.

Vous, vos enfants, vos amis aimeriez devenir marathoniens de lecture? C'est très simple :

1. Aimez la page Facebook : [www.facebook.com/MarathonDeLectureLaLectureEnCadeau](http://www.facebook.com/MarathonDeLectureLaLectureEnCadeau)
2. L'inscription aura lieu en juin 2016 et tous les détails de participation seront alors disponibles.
3. Une fois inscrit :
  - a. Lisez au minimum 6 livres du 25 juin au 25 août.
  - b. Amassez des dons en argent et/ou en livres neufs pour les enfants de 0 à 12 ans.
  - c. Partagez des résumés courts ou des critiques de vos lectures afin d'encourager l'échange entre les participants et les observateurs de la page.

Nous espérons vous compter parmi nous en 2016 et ainsi permettre à encore plus d'enfants de lire pour devenir des adultes libres et capables de réfléchir. ■

**Pour nous rejoindre :**  
FONDATION POUR L'ALPHABÉTISATION  
[www.fondationalphabetisation.org](http://www.fondationalphabetisation.org)



# Le défi d'être *parent*

Par Kathleen Neault, directrice générale du Centre québécois de ressources en petite enfance (CQRPE)

Je me souviens de ce désir ardent de devenir parent avec ce rêve de partager mon amour, mon expérience et le cas échéant, ma sagesse avec les enfants que j'aurais. Bien qu'un parcours hors du commun et des défis importants m'aient amenée à devenir maman, je suis heureuse de jouer ce rôle aujourd'hui malgré des difficultés et défis importants et souvent épuisants. On dit bien « jouer le rôle », voilà où l'on oublie de mettre l'accent. Tout est trop sérieux, on doit apprendre, avancer, réaliser, acquérir, on ne se permet plus de « jouer ». Pourtant, c'est bien dans le jeu que l'enfant apprend.

Cette image de l'enfant parfait qui nous accable, c'est quoi ? Et la maman parfaite... qu'advient-il quand la fatigue, les obligations, les inquiétudes et l'impuissance prennent place au premier rang ? Malgré mon idéalisme de maman, je suis convaincue que je fais la différence dans la vie de mes enfants. Maman de deux enfants au développement atypique, j'ai passé plusieurs années à fabriquer des outils, mettre en place des stratégies pour favoriser la routine, les transitions et l'adaptation. J'ose croire que je contribue à leur développement et que chaque effort laisse une empreinte. Peut-être pas toujours celle que j'aurais escompté, l'important c'est de prendre des actions, de bonifier, de corriger, de s'améliorer en toute humilité dans notre rôle de parents.

Pour ce faire, il faut avoir le courage de reconnaître que l'adversité peut nous permettre de devenir meilleurs, mais aussi d'aller chercher les outils nécessaires pour continuer notre engagement. Même avec tout l'amour de notre cœur, quelquefois il est essentiel d'avoir recours à des professionnels, des parents plus expérimentés que nous, ainsi qu'à des outils. Parmi ces démarches, il y a de la formation, des conférences et des groupes de soutien qui nous aident à nous ressourcer et à reprendre confiance en nous-mêmes. Il faut faire confiance à nos intuitions, car beaucoup d'outils sont à l'intérieur de nous, mais un petit coup de pouce est nécessaire à l'occasion. Trop souvent, c'est la technologie qui remplace le parent. Je suis persuadée que ce que nous mettons en place à la petite enfance saura préparer ces futurs adultes qui pourront à leur tour devenir de bons parents! Il ne s'agit pas seulement d'assurer l'acquisition de la propreté et des habiletés sociales, mais aussi de savoir reconnaître que certains enfants ne se développent pas avec le mode d'emploi usuel. Participer à des conférences permet de briser l'isolement et de bonifier nos interventions de parents et d'éducateurs. ■

**Les services de garde, qu'ils soient en milieu familial, garderie ou CPE sont souvent administrés par des parents. Les éducateurs et les éducatrices sont fréquemment aussi parent. La formation continue leur permet de mieux adapter leurs interventions auprès des tout-petits et ainsi assurer un meilleur service.**

**J'ose croire que je contribue à leur développement et que chaque effort laisse une empreinte.**



Pour nous rejoindre :

**CQRPE**

(514) 369-0234

1-877-369-0234

Sans frais de partout au Canada

enfance@cqrpe.qc.ca

www.cqrpe.qc.ca



À votre service



*Les enfants*  
**vivent une  
sentence**

---

Par Sabrina Moroni, Coordonnatrice/Intervenante psychosociale chez Relais Famille

---

Il va sans dire que l'incarcération d'un proche engendre plusieurs répercussions tant dans la vie de la personne judiciairisée que dans celle de leurs proches. Les enfants vivent difficilement une séparation parentale. Le manque de figure d'autorité, le changement de l'organisation familiale, une perte de repère, etc. Plusieurs raisons peuvent expliquer ce phénomène.

En raison de leur jeune âge ou en pensant les « protéger », les enfants sont souvent peu informés du processus judiciaire et de l'incarcération. Pourtant, l'enfant est en pleine croissance et forge sa personnalité. Tout cela sera perturbé par l'incarcération d'un parent.

À travers le temps, plusieurs conséquences ont été observées. Tout d'abord, il y a des répercussions sur le plan

dire à l'entourage s'il est questionné? Comment peut-il entrer en contact avec son proche durant l'incarcération? Bien que la notion temporelle soit vague pour de jeunes enfants, celui-ci doit être en mesure de voir une lumière au bout du tunnel, et que malgré cette séparation, des contacts peuvent être maintenus. L'expérience risque d'être vécue un peu moins péniblement si des solutions sont déjà proposées (ex : rédaction d'une lettre, visites en établissement, etc.). Bien que certains parents ne voudront pas faire vivre l'expérience d'une visite en milieu carcéral à leur enfant par peur de le traumatiser ou en raison de la complexité du système, sachez toutefois qu'il existe d'autres manières de rester en contact avec le proche incarcéré (téléphone, courrier).

Il sera également important de préparer l'éventuel retour à la maison de la personne incarcérée. Afin de grandir sainement, les enfants ont besoin d'évoluer dans un climat stable. Suite à une période de réclusion, une ré-

**En fonction de l'âge, de sa relation avec le parent impliqué (avant l'incarcération), de la nature du délit commis et de s'il a été ou non témoin de l'arrestation, il est recommandé de divulguer un certain nombre d'informations afin de l'aider à comprendre la situation.**



physique (troubles de la digestion, apparition d'une nouvelle maladie, maux de tête fréquents, etc.). Ensuite, il y a des conséquences au niveau comportemental. On pense notamment à des difficultés de concentration, des changements d'humeur, de moins bons résultats scolaires, l'apparition de symptômes dépressifs ou anxieux, etc. Ces exemples ne sont évidemment pas limitatifs, dans le sens où chaque enfant vivra différemment la séparation d'un parent. Il est nécessaire que les jeunes devant composer avec cette réalité puissent compter sur le soutien de leurs proches et de professionnels compétents (ex : travailleur social, psychologue), au besoin. L'isolement ou l'exclusion doivent être évités afin de leur permettre de ventiler sur les émotions vécues, mais surtout afin qu'ils puissent acquérir certains outils afin de faciliter la gestion de leur quotidien.

En fonction de l'âge, de sa relation avec le parent impliqué (avant l'incarcération), de la nature du délit commis et de s'il a été ou non témoin de l'arrestation, il est recommandé de divulguer un certain nombre d'informations afin de l'aider à comprendre la situation. Par exemple : Combien de temps sera-t-il séparé? Quoi

organisation familiale sera nécessaire. En tout temps, garder en tête que les jeunes sont des êtres fragiles et que ce n'est pas en les isolant de la situation qu'ils composeront mieux avec cette réalité. Bien au contraire. N'ayez pas peur d'aborder le sujet de manière délicate, mais surtout, de leur offrir de l'aide et l'opportunité de parler de ce qu'ils vivent.

Finalement, je vous rappelle que notre organisme vient en aide aux familles (et enfants) qui doivent composer avec l'incarcération d'un proche. Nous offrons plusieurs services et nos interventions auprès des enfants se font individuellement, et ce, afin de s'ajuster aux besoins et de personnaliser le suivi avec le jeune. En tout temps, nos services sont gratuits et confidentiels. ■



**Pour nous rejoindre :**

[www.relaisfamille.org](http://www.relaisfamille.org) • [info@relaisfamille.org](mailto:info@relaisfamille.org)  
660 rue Villeray (suite 2.103), Montréal (Qc) H2R 1J1  
Téléphone: 514 419-6632





# Développer

## l'identité de nos enfants ?

Par Denise Normand-Guérette, ortho-  
pédagogue, professeure associée au  
Département d'éducation et formation  
spécialisées de l'UQÀM, rédactrice en  
chef de la revue Psychologie préventive

recevoir d'aide pour devenir plus indépendant. Plusieurs signes indiquent qu'il veut se libérer de sa dépendance pour devenir autonome. Quand il dit : « Capable » et qu'il repousse la main de l'adulte parce qu'il refuse l'aide qu'on veut lui donner, comment peut-on agir ? Afin de lui faire sentir qu'on respecte son désir de faire les choses par lui-même, on peut expliquer à l'enfant : « Je tiens ta main pour te montrer comment faire le mouvement. Après je vais enlever ma main pour que tu manges seul. » Ainsi, la démarche de l'adulte aide l'enfant à développer sa persévérance, car cet apprentissage nécessite des efforts et du temps pour maîtriser le mouvement de manger avec la cuillère. De plus, il faut accepter qu'il y ait de la nourriture partout pendant qu'il fait cet apprentissage.

Différentes émotions sont vécues par l'enfant. Par exemple, la frustration de ne pas réussir à mettre la nourriture dans sa cuillère, puis dans sa bouche, l'impatience ou la colère parce que cela prend du temps pour arriver au résultat attendu et la fierté d'accomplir différentes actions par lui-même. Même avec le tout-petit qui n'a pas les mots pour exprimer ce qu'il vit intérieurement, on peut l'aider à comprendre ce qu'il ressent en nommant les émotions au moment où il les vit. L'enfant comprend plus qu'on le pense.

Prenons un autre exemple. À l'étape du « terrible 2 ans »<sup>3</sup>, l'enfant acquiert de plus en plus d'habiletés qui lui permettent de se déplacer plus facilement, de mieux communiquer, d'utiliser ses mains pour faire diverses activités, etc. Ces différentes habiletés renforcent sa

volonté de puissance. Il est important de comprendre le sens de ses « non ». C'est une forme d'affirmation pour devenir de plus en plus indépendant. Cette période nécessite un encadrement qui est important pour éduquer cette volonté de puissance afin qu'elle ne devienne pas excessive. Il a besoin d'apprendre la limite de son droit. Cet encadrement signifie que selon les différents contextes, l'adulte peut accepter son refus dans certaines circonstances alors qu'à d'autres moments, l'enfant devra respecter ce qu'on lui demande.

L'enfant a aussi des besoins rationnels : connaître et comprendre le monde dans lequel il vit. Il est curieux et il a besoin qu'on le laisse explorer et apprendre à travers son observation et ses actions, tout en lui fournissant un environnement sécuritaire qui le stimule à agir. Il n'est pas nécessaire d'être constamment à ses côtés pour le guider. C'est en soutenant l'enfant pour répondre de façon équilibrée à ses besoins rationnels, émotionnels et instinctifs que l'adulte pourra l'aider à développer et renforcer son identité humaine. Et c'est grâce à cette identité humaine renforcée qu'il deviendra un adulte capable de faire face aux difficultés, de trouver un équilibre dans sa vie personnelle et d'exercer un rôle responsable au sein de la société.

**L'enfant est aussi animé par un élan naturel qui le pousse à agir par lui-même pour devenir de plus en plus autonome.**

Les parents veulent apporter un soutien à leur enfant pour qu'il soit heureux et qu'il réussisse autant à l'école que dans sa vie sociale et professionnelle. Ils veulent l'accompagner dans son cheminement et ils se demandent souvent comment le faire le plus adéquatement possible.

Il est important de soutenir leur enfant autant dans le développement de son identité humaine, que de son identité sociale et culturelle. Selon Guitouni, l'identité sociale et culturelle est la résultante des influences de l'environnement physique et social, des conditionnements, de la culture et de l'époque. C'est aussi le savoir acquis, le mode de vie et le rôle social. Quant à l'identité humaine, présente dès la naissance, elle comporte trois dimensions : instinctive, émotionnelle et rationnelle et deux mécanismes de base : la recherche de sécurité et la volonté de puissance<sup>1</sup>. « L'insécurité est déclenchée par le choc de la naissance et par la dépendance du nourrisson dans ses besoins de survie.<sup>2</sup> » En effet, l'enfant a des besoins instinctifs (nourriture, hygiène, sécurité physique, etc.) qui, lorsqu'ils sont comblés par ses parents, l'amène à vivre un sentiment de bien-être qui le sécurise. L'enfant est aussi animé par un élan naturel qui le pousse à agir par lui-même pour devenir de plus en plus autonome. Ce mécanisme se nomme « volonté de puissance ». Il ne s'agit pas d'une force physique, mais d'une forme de volonté qui est présente à la naissance chez tout être humain et qui est suffisamment puissante pour pousser l'enfant à vouloir agir par lui-même. Par exemple, l'enfant qui veut prendre lui-même sa cuillère pour manger seul est poussé par cette volonté d'agir sans

<sup>1</sup>Guitouni, M. et Brissette, Y. (2008) L'Intelligence émotionnelle et l'entreprise, Montréal : Éditions Carte Blanche.

<sup>2</sup>Guitouni, M. et Normand-Guérrette, D. (1993) Entretiens avec Moncef Guitouni sur ses études du comportement des jeunes, Québec : Presses de l'Université du Québec.

<sup>3</sup>Guitouni, M. et Brissette, Y. (2000) Au cœur de l'identité - L'intelligence émotionnelle, Montréal : Éditions Carte Blanche, p. 143.

<sup>4</sup>Pour plus d'information sur cette période, <http://naitreetgrandir.com/fr/dossier/la-crise-des-2-ans/>

**Pour nous rejoindre :**  
**Société de recherche en orientation humaine**  
info@sroh.org ou 514 523- 5677



# *Le massage des prématurés :* **quelques faits et bienfaits.**

Par Chrystine Roy, massothérapeute agréée, B. Sc. ergothérapie.  
Propriétaire de Zeste Détente, services de massothérapie et créatrice du DVD :  
« Le massage des bébés et des enfants, une vague d'amour au bout des doigts ».



La venue de bébé avant sa date prévue est très déstabilisante. Elle place les deux parents dans une situation de stress, d'insécurité, de peur et souvent d'incompréhension. Pour bébé, cette entrée dans la vie plutôt abrupte comporte aussi son lot de stress et le met face à de nombreuses sources de douleur : les injections, les soins, la lumière, le bruit, etc. Le tout alors qu'il vient tout juste de quitter le confort chaud et douillet de l'utérus de maman.

Une fois en unité de néonatalogie, bébé peut être « oublié » en tant qu'être humain sensible et émotif, car tous s'affairent à sa survie. Cependant, un de ses besoins principaux reste le « toucher », ce contact physique réconfortant et rassurant dont les prématurés ont doublement besoin, dès la naissance, pour poursuivre leur développement extra-utérin. Heureusement, en néonatalogie, nous retrouvons de plus en plus le « peau-à-peau » ou la technique du « kangourou ».

Le massage des bébés prématurés s'inscrit dans cette idéologie et pourrait être commencé assez tôt. Par contre, comme bébé doit poursuivre son développement et lutter pour sa survie, le toucher et le massage doivent être pratiqués avec soin. Nous vous conseillons d'attendre que bébé ait son congé de l'hôpital avant de commencer à le masser, à moins qu'une infirmière ou un autre membre de l'équipe médicale puisse vous guider. Au tout début, posez simplement vos mains chaudes et bienveillantes sur bébé dans un but de massage « contenant ». Une fois à la maison, vous pourrez procéder de façon graduelle au massage de chacune des parties de son corps.

## Les bienfaits du massage

Le massage calme bébé, comble son besoin de chaleur et de tendresse. Il facilite le développement cérébral qui permet d'accélérer le développement global de bébé. Il aide à la maturation des réactions au stress. Le massage peut être considéré comme un moyen non pharmacologique de lutte contre l'inconfort et la douleur. À long terme, il semble effacer de la mémoire la douleur exprimée chez l'enfant. Le massage permet à l'enfant de se « sentir » dans son corps et développer son schéma corporel. Il aide à mieux se nourrir, mieux digérer et mieux éliminer. Et surtout, le massage renforce le lien d'attachement et comble le besoin de sécurité chez les bébés prématurés plus que tous, car ceux-ci n'ont pu être comblés dans les premières semaines de vie.

Pour apprendre à masser, référez-vous au DVD « Le massage des bébés et des enfants, une vague d'amour au bout des doigts » disponible sur le site internet de Zeste Détente ou consultez un des nombreux livres sur le sujet. Allez-y avec beaucoup de lenteur et d'écoute en vous assurant de la disponibilité de bébé. Ne négligez pas de vous faire masser également car tout ce stress a certainement laissé des traces sur votre corps. Bébé réagira mieux à votre massage si vous êtes calme et détendu.



## Résultats d'étude sur le massage des prématurés

- Les bébés massés 15 minutes, 3 fois par jour, avaient un gain de poids près de 50 % plus grand, et leur durée de séjour était 6 jours plus courte que les bébés recevant les soins traditionnels.
- Les bébés prématurés massés ont des périodes d'éveil calme plus longues, ils crient moins, leur urine présente moins d'hormone de stress, leur taux de sérotonine (analgésique naturel) était plus élevé et ils étaient moins longtemps nourris par sonde.
- Leur performance aux tâches développementales, leur développement cérébral et des fonctions visuelles sont améliorées.

« Masser son enfant,  
c'est lui permettre de vivre  
des moments privilégiés  
et de lui manifester,  
par le toucher,  
tout l'amour que  
vous avez pour lui. »

Pour nous rejoindre :  
[www.zestedetente.com](http://www.zestedetente.com)  
Tél. : 418 255-7727

# Services de garde, quel casse-tête!

Pour l'AÉMFQ, par Nancy Geraghty, présidente du conseil d'administration

L'Association des éducatrices en milieu familial du Québec (AÉMFQ) a comme principal mandat la reconnaissance professionnelle des éducatrices en milieu familial. Ce mandat plonge souvent l'AÉMFQ dans les remous de la politique familiale. Et, aujourd'hui, nous vous partageons notre grande inquiétude pour la garde en milieu familial.

Le gouvernement, ayant la mission de gouverner efficacement, a comme priorité de maximiser l'investissement fait dans les services de garde. Il a pour souci de rémunérer un service donné et non pas seulement réservé. Ce principe est louable, mais peut-il être appliqué mur à mur compte tenu des grandes différences de financement entre les divers types de garde, le centre à la petite enfance, les garderies privées subventionnées, les haltes-garderies et le milieu familial? Notez que le milieu familial est le seul à ne recevoir aucune subvention de fonctionnement en plus des subventions données pour le service éducatif rendu.

Pourtant, une éducatrice en milieu familial signe une entente de service avec le parent, et le paiement de la subvention avait pour principe « une place réservée, une place payée! ». Pourquoi était-ce ainsi? Tout simplement parce qu'une éducatrice se doit d'être en mesure d'offrir en tout temps le service pour lequel elle a une entente, entente exigée par le ministère de la Famille et régie par l'Office de la protection du consommateur (OPC). L'OPC refuse même le droit à l'éducatrice de résilier son entente sans motifs sérieux et répétés, mais le ministère de la Famille, par son règlement, l'oblige par contre, après 90 jours d'absence, à résilier son entente. Rien d'autre ne lui permet d'agir pour se protéger lors du bris de l'entente ou de modification du besoin de parent après la signature de l'entente.

Aujourd'hui, nous avons la confirmation que le Service de la conformité financière et des enquêtes du ministère de la Famille considère que l'occupation réelle, déclarée sur les fiches de présence, sont les seuls éléments à retenir pour justifier le paiement de la subvention dans un milieu familial. **Fini le principe de la place réservée, la place payée!** Et pire, la vérification est rétroactive dès le changement de la fréquentation. Donc attention à vous, éducatrices en milieu familial, tous les risques financiers dus à un changement vous seront imposés unilatéralement par le ministère de la Famille.

Nous voyons dans cette vision un net recul de la reconnaissance de l'éducatrice en milieu familial. Ne chercherions-nous dans le futur que des éducatrices au revenu précaire et instable? Comment l'éducatrice pourrait s'investir dans un contexte financier aussi flou? Quels sont les dommages collatéraux sur l'offre globale du réseau de la garde éducative que le gouvernement entend accepter pour son équilibre budgétaire? Cherche-t-il au bon endroit les économies à faire pour équilibrer son budget? Une question légitime à se poser! ■

Finis le principe de la place réservée, la place payée!



Pour nous rejoindre :  
Association des éducatrices en milieu familial  
[www.aemfq.com](http://www.aemfq.com)

Points  
DE VUE

Décideurs

Intervenants

Chercheurs

# INVITATION

à des conférences au sujet de

## Continuité ou rupture : Comment nos enfants vivent les transitions au préscolaire?

Date : le 18 février 2016

Heure : 15 h 30 à 17 h 30

Lieu : Campus de Longueuil de l'Université de Sherbrooke  
150, place Charles-Le Moynes, Longueuil

Comment les différents milieux de vie de l'enfant peuvent-ils assurer une cohérence afin de favoriser son développement global?

### NOS CONFÉRENCIÈRES PARLERONT DE :

- Facteurs influençant les transitions au préscolaire (garderie - maternelle -1<sup>ère</sup> année) en gardant le cap sur le développement global de l'enfant.
- La formation des futurs enseignants au préscolaire.
- L'éducation préscolaire : un retour à la base du développement humain.
- Comment accompagner les parents pour développer l'identité de leur enfant dans le but de faciliter les transitions qu'ils vivent de 0 à 6 ans?

Activité gratuite. Places limitées. Réservation requise

Cette activité est organisée conjointement par



RSVP: alderlydia@gmail.com  
Messagerie : 1-877-530-2363 poste 304

RSVP: info@sroh.org ou 514-523-5677

# Avec vous pour une plus grande synergie au service de la famille !

## FAMILLE Point Québec



### Devenir membre :

- Les membres bénéficient de plusieurs avantages et services, dont :
- L'organisation de conférences « **La rencontre des PointsDeVue** »
  - Un réseautage de qualité
  - Le **Familléduc**, la revue des familles
  - Le bulletin Internet pour partager les informations des membres
  - Les table de discussions **ProposDeFamille**
  - **ParoleAuxOrganismes**, une veille politique au bénéfice de l'intérêt de la famille.

[www.FamillePointQuébec.com](http://www.FamillePointQuébec.com)

Pour plus d'informations, communiquer avec nous  
au 1-877-527-8435, poste 304

Suivez-nous sur 

[www.facebook.com/FamillePointQuebec](http://www.facebook.com/FamillePointQuebec)

## FAMILLE Point Québec