Le Conseil départemental
aux côtés des Valdoisiens

val d'oise
le département

1, 2, 3 l'adaptation à petits pas

valdoise.fr

A
B
C

Édito

La petite enfance est un âge crucial de la vie qui nécessite des pouvoirs publics une attention particulière.
L'adaptation, pratiquée depuis de nombreuses années par les assistantes maternelles et les professionnels de la petite enfance, est une étape essentielle pour la sécurité affective et le développement des aptitudes cognitives de l'enfant.
Pour de nombreux professionnels, comme pour les parents, elle peut aussi être une source d'angoisse.

À l'aune des avancées récentes effectuées dans le domaine des neurosciences, le Département du Val d'Oise, fortement investi dans le cadre de ses compétences en matière de protection maternelle et infantile, a fait le choix de repenser la période d'adaptation au plus près des besoins du jeune enfant. Il est aujourd'hui acquis que favoriser la régularité des horaires, la répétition des situations ou encore la ritualisation des apprentissages, participe d'un meilleur accueil du tout-petit.

Ce livret se veut un appui précieux pour accompagner sereinement parents et assistantes maternelles dans le nouveau déroulement de cette période, et ainsi offrir aux enfants les meilleures conditions possibles à leur épanouissement.

Marie-Christine CAVECCHI
Présidente du Département du Val d'Oise

L'adaptation qu'est-ce que c'est ?

C'est l'organisation et le temps que prennent des parents et des professionnels pour accompagner l'enfant dans cette grande aventure : se familiariser avec de nouvelles personnes et un nouvel environnement.

Pourquoi une adaptation ?

Une séparation hâtive est une rupture, alors que l'adaptation à une nouvelle personne et une nouvelle maison est une expérience enrichie de nouveaux liens élargis.

Pourquoi une nouvelle proposition d'organisation ?

Dès ses premiers mois, l'enfant tisse avec ses parents un lien profond d'attachement. Nous savons également maintenant qu'il observe son environnement : les odeurs, les objets, les visages et les voix. Il anticipe et prévoit **en se basant sur la répétition de ses expériences.** Lorsqu'il observe autour de lui à plusieurs reprises les mêmes odeurs, bruits, objets, visages, en petit statisticien, il peut prévoir que cela va se produire à nouveau, et cela favorise **son sentiment de sécurité**.
Cette base de sécurité lui est apportée habituellement par la proximité et l'affection des personnes qui s'occupent de lui au quotidien.
C'est pour cette raison que **la présence de son parent est indispensable les premiers jours** pour lui permettre d'entrer en relation avec son assistante maternelle et découvrir son nouvel environnement en se sentant en sécurité.
La confiance entre les parents et l'assistante maternelle va se construire dans la durée. Dans ces conditions, l'enfant et l'assistante maternelle pourront créer ensemble un lien qui, à l'avenir, donnera lui aussi à l'enfant un sentiment de sécurité qui lui permettra de grandir tranquillement.

Afin de vous aider pour l'organisation de cette période d'adaptation, nous nous sommes appuyés sur quelques repères :

- ➞ Prendre le temps
- ➞ Offrir un cadre sécurisant
- ➞ Organiser la semaine
- ➞ Organiser la séparation

Prendre le temps

Il faut apprendre à se connaître, parents, assistante maternelle et enfant.
Ce temps est celui de la construction des liens. Les échanges, la présence à l'autre dans la disponibilité et l'écoute favorisent les bases du lien d'attachement.

Pour que ces nouveaux liens se créent, le ou les parents **devront passer au minimum une heure avec leur enfant** chez l'assistante maternelle chaque jour de la semaine d'adaptation.

Nous vous proposons, en deuxième partie du livret, un guide appelé « ma petite histoire » comme support d'échanges au sujet des habitudes de vie de l'enfant.
Y seront inscrites les informations utiles à l'assistante maternelle, pour une continuité de la prise en charge de l'enfant qui réponde à ses besoins.
L'assistante maternelle pourra également donner aux parents des informations sur ses pratiques professionnelles. Ces dernières leur seront utiles pour se projeter dans la séparation et se représenter la façon dont elle prendra soin de leur enfant au quotidien.

Offrir un cadre sécurisant, permettre à l'enfant de prendre des repères

Ce qui sécurise l'enfant est la présence de son ou ses parents et la permanence du cadre de l'accueil :

- les personnes présentes : l'assistante maternelle, les enfants déjà confiés ;
- l'espace aménagé pour lui (aménagement, jeux, horaires).

Pour cette raison, nous recommandons que, chaque jour, l'enfant **retrouve à l'identique un petit coin aménagé** pour lui avec par exemple, un tapis et quelques jouets.

En effet, dès ses premiers mois, un enfant repère dans son environnement tout ce qui se reproduit à l'identique : emplacement, agencement, jeux.
Cela lui permet d'anticiper, de se représenter son lendemain et favorise ainsi son sentiment de sécurité.

Organisation proposée sur une semaine

Pour bien s'adapter, l'enfant a besoin :

- de retrouver les mêmes expériences pendant au moins 5 jours consécutifs, quel que soit le nombre de jours d'accueil prévus au contrat ;
- d'être témoin des échanges entre son ou ses parents et l'assistante maternelle au minimum 1h/1h30 chaque jour ;
- de retrouver chaque jour des repères matériels identiques. Afin de s'en souvenir, l'assistante maternelle pourra noter ou photographier dès le premier jour l'organisation qu'elle propose à l'arrivée de l'enfant pour la reproduire à l'identique chaque jour de la semaine. (même endroit, même installation, mêmes jouets).

Il est souhaitable également que ses parents l'accompagnent chaque jour à la même heure.

Il n'y aura pas de séparation les 3 premiers jours, elle se fera à l'initiative des parents ensuite. Les 4ème et 5ème jours, l'assistante maternelle pourra donner un repas à l'enfant (biberon ou collation) en présence de son parent.
La séparation sera facilitée par la création d'un lien entre l'enfant et l'assistante maternelle.

Organiser la séparation

On permet à l'enfant d'anticiper la séparation en ritualisant ce moment. Prendre le temps de se dire au revoir le matin et le soir en répétant les mêmes petites paroles et les mêmes petits gestes. Les premières fois où l'enfant éprouve la réalité de la séparation, il peut exprimer un chagrin. L'assistante maternelle lui donne alors du réconfort par sa présence, ses gestes le consolent. Elle est aidée par l'objet transitionnel (doudou) et par tous les temps partagés avec l'enfant et ses parents. Ceux-ci lui ont permis de bien connaître l'enfant et de créer un lien avec lui, ce qui est la base de la sécurité que procure l'attachement.

Le processus de séparation n'est pas toujours facile. Parents et assistante maternelle doivent être vigilants pour moduler si besoin l'organisation proposée en s'appuyant sur l'observation de l'enfant.

N'hésitez pas à échanger à ce sujet et à prolonger la période si besoin.

MA PETITE HISTOIRE

Ce document peut servir de support de discussion entre les parents et l'assistante maternelle pendant les temps de présence ensemble auprès de l'enfant. Il permet aux parents de mieux transmettre les habitudes de vie de leur enfant.

Je m'appelle .....

Je suis né(e) le :.....

J'ai ..... frère(s) et ..... sœur(s),

prénom : ....., âge : .....

prénom : ....., âge : .....

prénom : ....., âge : .....

prénom : ....., âge : .....

prénom : ....., âge : .....

À la maison, on me parle en (langue[s]) : .....

Il y a un ou des animaux domestiques, lesquels ?.....
Nom(s):.....

Jusqu'à présent, la(les) personnes(s) qui s'est (se sont) occupée(s) de moi est (sont) :.....

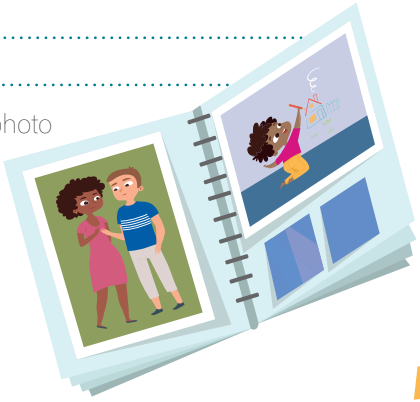
Pour me rassurer, j'ai besoin de :

☐ Tétine ☐ Doudou ☐ Linge avec l'odeur de mon parent

☐ Autre : .....

Le nom de mon doudou .....

Je serais content aussi d'avoir un petit album photo de ma famille.



LES HABITUDES DE VIE DE L'ENFANT

Son alimentation

→ Alimentation lactée

☐ Lait maternel ☐ Lait artificiel, marque du lait : .....

☐ Mixte

Nombre de biberons par jour : ..... Quantité de lait : .....

Fréquence des repas : ☐ À la demande ☐ À heures fixes

Lesquelles : .....

Le lait est : ☐ À température ambiante ☐ Réchauffé

Rajout dans le biberon : ☐ Céréales ☐ Légumes ☐ Fruits

☐ Autre : .....

Fait-il une pause pendant la prise du biberon ? ☐ Oui ☐ Non

Quelle est sa position habituelle pour le prendre ? .....

Fait-il un rot ? ☐ Oui ☐ Non

A-t-il déjà pris son biberon avec d'autres personnes que ses parents ?
☐ Oui ☐ Non

→ Diversification alimentaire :

A-t-il un régime ou des habitudes alimentaires ? ☐ Oui ☐ Non

Si oui, lesquelles : .....

Il mange : ☐ Au biberon ☐ À la cuillère

Dans quel ordre ? ☐ Biberon puis cuillère ☐ Cuillère puis biberon

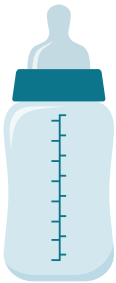
Quantité de légumes : .....

Quantité de viande/poisson : .....

Quantité de fruits : .....

Il préfère : ☐ Mixé ☐ Mouliné ☐ En morceaux

Aliments : ☐ Mélangés ☐ Séparés



Il est habitué au :

☐ Petit pot ☐ Plat du commerce ☐ Fait maison

Il mange : ☐ Avec aide ☐ Seul ☐ Avec une cuillère ☐ Une fourchette

Boit-il de l'eau ? ☐ Oui ☐ Non

Si oui dans : ☐ Biberon ☐ Verre ☐ Autre : .....

À quelle heure prend-il ses repas ? Déjeuner : ..... Goûter : .....

Quelle est sa position pendant les repas ?

☐ Dans les bras ☐ Assis dans une chaise haute ☐ Dans un transat

☐ Autre : .....

→ Ses goûts alimentaires :

Il apprécie .....

Il aime moins .....

→ Les autres informations qui vous paraissent utiles :

.....

.....

Son sommeil

Où dort-il habituellement dans la journée ?

☐ Dans son lit ☐ Dans un couffin ☐ Dans un transat

☐ Autre : .....

Dort-il ?

☐ Seul dans sa chambre

☐ Dans une chambre avec ses frères et sœurs

☐ Dans la chambre de ses parents

☐ Dans le lit avec ses parents

☐ Dans la pièce de vie

Quels sont ses signes de fatigue ? .....

Quelles sont ses habitudes d'endormissement ? .....

.....

Dort-il dans l'obscurité ? ☐ Oui ☐ Non

Avec une veilleuse ? ☐ Oui ☐ Non

Avec de la musique ? ☐ Oui ☐ Non

☐ Autre : .....

Est-il sensible au bruit ? ☐ Oui ☐ Non

S'endort-il seul ? ☐ Oui ☐ Non

Dans les bras ? ☐ Oui ☐ Non

Avec un biberon ? ☐ Oui ☐ Non

En écharpe de portage ? ☐ Oui ☐ Non

Pleure-t-il un peu pour s'endormir ? ☐ Oui ☐ Non

Y a-t-il un rituel pour l'accompagner au sommeil ? ☐ Oui ☐ Non

Lequel ? .....

→ Le couchage

Comment est-il installé ? .....

Dort-il dans une turbulette ? ☐ Oui ☐ Non

A-t-il besoin d'une couche ? ☐ Oui ☐ Non

→ Son rythme de sommeil

Dort-il le matin ☐ Oui ☐ Non, horaires : .....

L'après-midi : ☐ Oui ☐ Non, horaires : .....

A-t-il des réveils pendant la sieste ? ☐ Oui ☐ Non

Comment se manifeste-t-il au réveil de la sieste ?

☐ Appelle ☐ Attend ☐ Pleure ☐ Se lève

☐ Autre : .....

→ **Les autres informations qui vous paraissent utiles :**

.....

.....

Éveil

Dans ses moments d'éveil, comment est-il installé ?

.....

Quelle est sa position préférée ? .....

Quels jouets préfère-t-il ? .....

Quelles activités aime-t-il ? .....

Il est plutôt habitué à jouer :

☐ Seul ☐ Avec d'autres enfants ☐ Avec un adulte

Avez-vous déjà participé à des activités extérieures avec lui (Parc, LAEP "Lieu d'Accueil Enfant-Parent", ludothèque, bibliothèque, PMI "Protection Maternelle et Infantile" ...) ?

☐ Oui ☐ Non

Si oui, lesquelles : .....

A-t-il l'habitude de se promener :

☐ En moyen de portage (écharpe, porte-bébé) ☐ En poussette ☐ À pied

→ **Les autres informations qui vous paraissent utiles :**

.....

.....

.....

Attitudes affectives et éducatives

Comment le consolez-vous?

.....

Avez-vous des principes éducatifs que vous souhaitez m'indiquer ?
☐ Oui ☐ Non
Si oui, lesquels ? .....

→ Les autres informations qui vous paraissent utiles :

.....

.....

Hygiène, santé

→ Change et apprentissage de la propreté

Vous utilisez des couches :

☐ Jetables ☐ Lavables ☐ D'apprentissage

Quel produit utilisez-vous pour le change ? .....

Quel produit utilisez-vous en cas d'irritation ? (ordonnance nécessaire)

.....

Va-t-il sur le pot ? ☐ Oui ☐ Non
Sur les toilettes avec un réducteur ? ☐ Oui ☐ Non

À sa demande ? ☐ Oui ☐ Non

À la demande d'un adulte ? ☐ Oui ☐ Non

→ Soins d'hygiène et santé

Pour le moucher vous utilisez ;

☐ Du sérum physiologique ☐ Un mouche bébé

Lui lavez-vous les dents après le repas ? ☐ Oui ☐ Non

Présente-t-il des allergies et/ou intolérances ? ☐ Oui ☐ Non

Si oui, lesquelles ? .....

A-t-il vécu des hospitalisations ? ☐ Oui ☐ Non

S'il y a des préconisations médicales pour sa prise en charge, l'ordonnance qui les décrit doit être fournie.

Il doit être à jour de ses vaccinations, une attestation médicale de vaccination doit être remise à l'assistante maternelle une fois par an.

→ Les autres informations qui vous paraissent utiles :

.....

.....

Pour des informations complémentaires et si ce sont des thèmes que vous n'avez pas abordés dans le contrat d'accueil :

Quand et comment souhaiteriez-vous être prévenus d'incident (morsure, petite chute,...) ? .....

.....

Que pensez-vous des activités salissantes ? .....

.....

.....

.....

Des sorties sous la pluie ? .....

.....

.....

.....

Ont participé à l'élaboration de ce document :

Madame Josette SERRES chercheuse en neurosciences et formatrice,

Madame Christine SCHUHL, formatrice petite enfance,

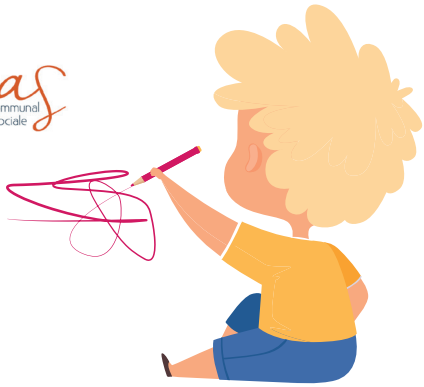
Madame Sophie IGNACCHITI, psychologue et formatrice petite enfance,

Madame Jocelyne BERNARD, psychologue de PMI,

Les animatrices des relais assistantes maternelles des communes de Domont, Saint-Brice-Sous-Forêt, Ecouen, Fosses, Marly-la-Ville et de la Communauté de Communes Carnelle Pays-de-France,

Les équipes de crèches familiales de Domont et Saint-Brice-Sous-Forêt,

Les professionnelles du service de PMI.



Conseil départemental du Val d'Oise - Direction de la Communication - Janvier 2021

Conseil départemental du Val d'Oise
2 avenue du Parc
CS 20201 CERGY
95032 CERGY-PONTOISE CEDEX

tél. : 01 34 25 30 30
fax : 01 34 25 33 00
communication@valdoise.fr
www.valdoise.fr