



La période d'adaptation

Vous l'avez chaudement porté 9 mois en vous. Il est là, tout contre vous et ne dépend que de vous. Mais voilà...Déjà c'est son premier jour à la garderie. Vous n'avez jamais consommé autant de mouchoir de votre vie ! Il commence à pleurer, vous faites de même.... On se demande même pour qui cette séparation est plus difficile !

Vous avez raison, votre p'tit bourgeon commence à éclore. Il vous lâche la main et entre dans la vie sociale. Cette rentrée est une étape importante dans sa vie mais c'est aussi un grand moment pour vous, les parents, perdus entre un sentiment de joie et de peine. La joie de voir votre enfant grandir mais aussi la peine de le voir se séparer de vous et emprunter le chemin de l'autonomie. Vous vous demandez peut être ce que vous allez faire de vos journées maintenant. Que vous soyez au travail ou à la maison, votre cœur n'y est peut être pas. Essayez quand même de profiter de ce temps libre pour vous faire plaisir!! Dites vous qu'il est en de bonnes mains, qu'il s'amuse, qu'il découvre. Penser à la joie des retrouvailles, que ce soit pour lui ou pour vous !

Durant votre absence, votre p'tit bourgeon construit des liens avec d'autres personnes. Il va s'inscrire dans un rôle social, loin de votre regard. Il va expérimenter, découvrir, vivre et raconter. Il va vous transmettre ce qu'il a vécu ce qui renforcera certainement vos liens. Ce sont ces courtes absences qui lui donnent accès à son imaginaire, sa créativité et lui permettent d'anticiper votre retour. Les retrouvailles peuvent différer, entre l'enfant qui saute dans les bras de sa maman avec un grand sourire, l'autre qui se jette en pleurant et qui s'accroche au coup de sa mère venue enfin à son secours. Que du bonheur !

Pourtant, certaines retrouvailles ne se passent pas aussi joyeusement qu'on ne l'espère : chez certains enfants, la situation de séparation est ravivée par le moment des retrouvailles. Ils manifestent leur mal être par des cris, des pleurs, des attitudes de fuites ou même des comportements agressifs. D'autres enfants peuvent même ignorer la présence du parent. Tout enfant a besoin d'un certain moment pour recréer des liens entre les différents moments de sa vie. Donnez lui le temps de comprendre qu'il peut exister sans vous, qu'il peut créer, imaginer et s'amuser sans que maman ne soit là, qu'il peut être en sécurité avec d'autres personnes que vous. Ne vous inquiétez pas et ne culpabilisez pas ! Il ne va pas vous en vouloir de lui avoir lâché la main ! Au contraire c'est de cette façon qu'il va comprendre que vous l'aimez. Vous l'aimez tellement que vous êtes prêtes à passer vous-même par ce moment de séparation difficile pour lui permettre de grandir et d'exister. Oui mais bon...nous savons que les paroles sont plus faciles que l'action ! Les mamans ça angoisse et ça on n'y peut rien ! En espérant que vous lui donniez ce temps et que vous preniez vous aussi le temps de sentir les points positives de cette séparation, nous serons là, collés au téléphone en attendant votre appel pour vous rassurer qu'il a bien manger, bien dormi et qu'il se porte à merveille ! N'hésitez donc pas à nous arroser de coup de fil...Allez ! Admettez que vous en avez envie !

Il faut quand même mentionner que certains enfants vivent très bien cette séparation. Eh bien si c'est le cas de votre enfant, ne paniquez pas ! Il vous aime et il n'est pas content de se débarrasser de vous. C'est juste un enfant sécurisé et tant mieux !! N'hésitez pas à envoyer le doudou de votre enfant avec lui. Cet objet transitionnel ou consolateur joue un rôle rassurant au près de lui et doit être laissé à la libre disposition de l'enfant. C'est son repère puisqu'il représente sans doute maman et est probablement associé au temps de la symbiose maman-bébé. Il y aura recours dans toute situation qui ravivera un sentiment de menace ou d'insécurité, que ce soit la séparation, la sieste ou un changement quelconque ...

Eh oui...Vous l'avez bien compris ! La période d'adaptation que nous offrons ne concerne pas seulement l'enfant mais vous concerne vous aussi ! Votre tout petit que vous avez précieusement gardé sous votre aile entre dans le « vrai » monde. Vous aurez donc à apprendre à vous détacher de lui, à faire confiance, à apprivoiser qu'une autre personne puisse prendre soin de lui...Ouf ! C'est un lourd travail que de lâcher prise !

Dès les premiers mois de sa vie, votre bébé n'est dépendant que de vous et n'existe qu'à travers vous. Il a le sentiment de ne faire qu'un avec sa maman. A ce stade de la vie, cette fusion est nécessaire à son évolution, puisqu'il est encore impuissant. Vous sentez ce dont il a besoin et vous le lui donnez sans même qu'il n'ait à le demander. Bébé est bien servi ! Cependant, pour grandir et bien évoluer, il a besoin de comprendre que vous ne vous soumettez pas tout le temps à son désir. Il a besoin de sentir un manque, de sortir de la bulle dans laquelle il vivait aussi chaudement avec vous. Ce manque est essentiel à sa constitution, à son identification comme différent de vous, à la création de son désir. Il se vit alors comme une entité à part. Ce n'est que de cette façon qu'il pourra développer une maturité affective, une identité qui lui ait propre. Cette séparation que ravive l'entrée à la garderie le mettra sur le bon chemin pour accéder à cette maturité, surtout si vous l'aidez à franchir le pas.

Votre p'tit bourgeon ressent vos émotions, les positives et les négatives. Plus vous êtes rassurante et plus cette séparation sera facile pour lui. Plus vous avez du mal à le lâcher et plus il aura du mal à se détacher lui aussi de peur de vous faire du mal. Il se demande même : pourquoi maman est-elle aussi inquiète que je m'en aille ?! Que me cache ce monde loin de maman ? Il commence alors à angoisser (déjà que le changement n'est pas facile à vivre alors mamans n'en rajoutez pas !). Votre enfant est très intelligent. Plus que vous ne le pensez. Chaque enfant prendra son temps et choisira son rythme pour comprendre que loin de vue ne veut pas dire loin de vue pour toujours. Il aura une présence ininterrompue de sa maman, et cela dans son psychisme. Il va comprendre que vous reviendrez le chercher tous les jours et c'est exactement cela qui va renforcer son sentiment de sécurité et sa confiance en vous: Maman est venu me chercher...Elle ne me laissera pas tomber...Maman m'aime. En fin de compte, que demande un enfant si ce n'est que de se sentir aimé par maman ?

Dima Tabbara