

## **Lettre de la revue Le Furet mars 2020**

L'épreuve à laquelle nous faisons face en tant que professionnel.le.s de la Petite Enfance est particulièrement brutale. Des accueils sont encore en place pour des parents dont l'activité est indispensable à la santé, aux transports, au bon fonctionnement et à la protection de la communauté des humains embarqués ensemble de manière dépendante et solidaire pour faire face à une contamination toujours plus agressive et mortifère.

Dans ce contexte, quel est notre pouvoir d'action pour accompagner utilement professionnel.le.s et parents ? Comment continuer à distance à soutenir les parents ?

### **Serge Hefez dans ses interviews nous ouvre vers des considérations utiles à rappeler:**

« On a quelque chose à profiter dans cette période de confinement avec les personnes qui nous sont chères. Même si les liens sont ambivalents, essayons de nous mettre du côté de l'amour plutôt que de la haine... Comment va-t-on s'emparer ensemble de cette situation ? Qu'est-ce qu'on va créer ensemble ?

Avec les enfants, on invente le quotidien ensemble, dans cette situation très modeste d'apprentissage.

Au-delà de la sidération du trauma, il nous faut trouver des solutions inédites »

### **Guerre-mort : des mots forts et traumatiques circulent**

Certes, la menace est réelle et les décès de plus en plus nombreux, mais il est indispensable de rassurer les enfants dès le plus jeune âge.

### **L'enfant ressent les émotions de l'adulte**

Contrairement à ce que l'on pourrait penser, les jeunes enfants et, plus particulièrement les tout-petits, sont très sensibles aux états émotionnels des adultes qui les entourent. Il est nécessaire de leur expliquer, avec sincérité et délicatesse nos inquiétudes mais aussi ce qui nous rassure. Il est évident que les conditions de vie ne sont pas toujours favorables, les appartements surpeuplés rendent le confinement plus éprouvant pour enfants et adultes. Le risque de basculement vers des attitudes et des gestes nocifs est réel. L'épreuve est bien là.

### **L'enfant construit ses propres hypothèses**

Si rien n'est exprimé, l'enfant construit ses propres hypothèses et peut se croire responsable de l'état émotionnel de son entourage. « Papa, maman font attention pour que le méchant virus ne vienne pas dans notre maison et dans les autres maisons ». C'est le sens du confinement et des inconvénients qui l'accompagnent. C'est aussi une manière d'être actif et non passif.

On peut reconnaître combien c'est difficile. C'est un défi, comme dans les contes et récits, bonnes ressources à même de nous guider et de nous enrichir dans les situations critiques. La belle au bois dormant, Blanche Neige, Les trois petits cochons, Tom Pouce, Pierre et le loup, sans compter la richesse des contes de tous les pays...

### **Prendre soin de soi, prendre soin de l'enfant**

Faire avec eux les bons gestes qu'ils connaissent comme se laver les mains.

Retrouver des comportements habituels, se centrer sur le présent avec l'enfant.

Mettre un peu à distance le flot informatif.

Laisser passer ses émotions sans s'y accrocher et retrouver un peu de calme pour laisser le raisonnement et l'imagination reprendre leur place.

### **Organiser autant que possible un quotidien sécure**

La ritualisation de la journée a un effet apaisant sur l'enfant car elle répond à son besoin de prévisibilité. Savoir ce qui se passe dans une heure, après le repas, le dodo cet après-midi, permet à l'enfant d'être rassuré. En ces temps où le futur est incertain, le rythme de la journée expliqué à l'enfant peut apaiser les peurs et angoisses non exprimées.

La créativité autour de cette journée ritualisée permet à l'enfant d'être acteur et de vivre le rythme de sa journée.

Rendre l'enfant acteur de son quotidien c'est lui donner aussi la maîtrise du temps. De vivre le temps mentalement mais aussi par son corps.

### **Se mettre à l'écoute de l'enfant pour comprendre ce qui le préoccupe**

Tout ce que la situation a provoqué comme questionnements, peurs, angoisses... mérite d'être écouté. Quelque chose dans son comportement a changé ? A-t-il plus besoin de doudous ou de câlins ? Son sommeil, son appétit ou sa digestion sont-ils perturbés ? Les émotions s'expriment bien souvent au travers du corps.

### **Préserver les liens**

Les interactions avec ses pairs et autres adultes référents sécures de son quotidien peuvent lui manquer en période de confinement. Nous pouvons nous demander comment maintenir ces dernières, y compris les liens avec les chers grands-parents qu'il est interdit d'aller visiter pour les protéger. Les explications des parents ainsi que toutes les actions pour maintenir ces liens peuvent répondre aux besoins parfois bien difficiles à exprimer pour les tout-petits.

Que ce soit ou non une réalité pour l'enfant, maintenir le lien lui permet de se sentir en communauté.

Laissons notre imaginaire accompagner celui de l'enfant... et créer des bulles de sérénité et d'apaisement en ces temps orageux.

### **Après l'épreuve qu'aurons-nous appris ?**

L'avenir nous le dira, il nous faut pencher fortement du côté de la vie.