

Québec, 17 novembre 2021

« P'TIT GUIDE ATTACHEMENT (2019) » EN SOUTIEN AUX PARENTS

Madame,
Monsieur,

Soutenir le développement d'une vision bienveillante des besoins des tout-petits fait partie des priorités identifiées par les membres de *Grandissons tous ensemble (GTE)*. Ainsi, les membres de GTE souhaitent diffuser l'outil nommé *P'tit guide attachement (2019)* dans le but d'informer les parents et intervenant.e.s sur les pratiques et attitudes qui favorisent une relation sécurisante entre le parent et son enfant.



Afin de permettre aux familles de s'approprier les grands principes autour de l'attachement entre le parent (ou un adulte significatif) et l'enfant, nous proposons un livret complet, ludique et conçu avec rigueur. L'outil proposé, le *P'tit guide attachement*, est une ressource issue de la *Trousse de voyage au cœur de l'attachement* créée par la Table des partenaires en petite enfance (TPPE) de Saint-Hubert (aujourd'hui porté par Parsem : <https://www.parsem.ca>).

Il se veut un outil simple et concret sur les pensées et les attitudes qui valorisent la proximité, le contact physique, la sensibilité aux signaux de l'enfant et la réponse appropriée à ceux-ci, l'échange émotionnel, la chaleur de la relation et les bienfaits du réconfort. Il s'adresse avant tout aux parents, par une approche non culpabilisante et sur le ton de la bienveillance.

QUAND?

De la grossesse à l'âge de 5 ans environ; que ce soit pendant la période prénatale (ex. : jeux d'attachement à l'enfant à naître), auprès des parents d'un jeune bébé (ex. : pleurs fréquents qui déstabilisent le parent) ou d'un bambin (ex. enjeux de l'entrée à la garderie et de la séparation parent-enfant).



OUF!

Des réactions comme celles-là, ça me donne envie de crier moi-même! J'inspire. J'expire. On se donne un gros câlin. Une main sur l'épaule. Et si je ne peux pas m'approcher, j'offre une présence attentive le temps que la tempête passe et qu'on puisse se reconnecter.

Rappelez-vous!
Un comportement dérangeant cache un besoin qui mérite d'être écouté.

Maman et papa, vous pouvez avoir peur que je sois un enfant gâté parce que je fais « des crises » à la moindre frustration ou refus, ou encore, que je sois un enfant têtu parce que je veux faire à ma tête.

Cependant, ça fait partie de mon développement. Bien souvent mes crises me font peur à moi-même. J'ai donc besoin que vous me rassuriez.

PRATIC PRATIQUE

VOUS POUVEZ :

- Prendre un temps d'arrêt ensemble pour laisser retomber l'émotion.
- Vous rapprocher de votre enfant.
- Dire que vous êtes là, présent pour lui.
- Essayer de nommer l'émotion qu'il vit.
- Attendre que la tempête passe en restant tout près.
- Veiller à la sécurité physique de l'enfant.
- Offrir un câlin

Qu'est-ce qui me fait le plus peur quand mon enfant est en crise?

• Que je me laisse moi-même envahir par la colère.

COMMENT L'OFFRIR?

Nous encourageons la discussion un.e intervenant.e et le ou les parent(s) afin d'accompagner la réflexion. Il ne s'agit pas d'un document à déposer dans des présentoirs libre-service par exemple.

AIMERIEZ-VOUS DISTRIBUER CET OUTIL AU SEIN DE VOTRE MILIEU?

Tous les intervenant.es travaillant auprès des familles de jeunes enfants dans la Capitale-Nationale, peu importe leur réseau, peuvent distribuer le *P'tit guide Attachement*.

Veuillez **transmettre votre demande** d'exemplaires en indiquant les renseignements ci-dessous à : concertationgte.ciussscn@ssss.gouv.qc.ca

1. **Quantité** (entre 10 et 60 exemplaires par commande);
2. **Nom de l'organisme**
3. **Nom et coordonnées de la personne-ressource;**
4. **Adresse de livraison** (et toutes informations pertinentes à la livraison, le cas échéant).

IMPORTANT!

- L'outil est uniquement **disponible en français** actuellement.
- Vous pouvez **partager l'information** parmi votre réseau.
- Seuls.es **les intervenant.e.s et organismes** peuvent nous transmettre une commande.

Nous vous prions d'agréer, Madame, Monsieur, nos meilleures salutations.

Anne-Marie Rouillier

Agente de planification, de programmation et de recherche
Courriel : anne-marie.rouillier.ciussscn@ssss.gouv.qc.ca