Promouvoir la santé psychique des enfants de 0 à 4 ans

Cahier de référence pour les professionnel·le·s

CONNAÎTRE

COMPRENDRE

AGIR

Sommaire

Préambule 6

Mandat, démarche et structure du document 7

Pourquoi un cahier de référence ? 7

A qui s'adresse ce cahier ? 7

Comment est construit ce cahier ? 8

Que nous apprend-t-il ? 9

Comment lire et utiliser ce cahier ? 9

PARTIE 1
Le développement de la santé mentale dans la petite enfance : théories **11**

Connaître et s'informer **12**

Le développement de la santé mentale dans la petite enfance : de quoi s'agit-il ? **13**

A. Le développement de la santé mentale dans la petite enfance : un enjeu majeur 13

a. La santé mentale se développe dès le début de la vie et se façonne au fil des expériences **13**

b. Santé mentale et développement dans la petite enfance : un tout indissociable **14**

Pourquoi promouvoir la santé mentale dans la petite enfance entre 0 - 4 ans ? **15**

B. Les objectifs et cadres de référence pour promouvoir la santé mentale des 0-4 ans 15

a. Prendre soin de la santé mentale : un besoin vital pour pouvoir se développer **15**

b. Connaître les bases du développement de la santé mentale entre 0 et 4 ans **16**

c. Connaître les déterminants du développement de la santé mentale du jeune enfant **16**

d. Connaître les concepts de promotion de la santé mentale et les objectifs visés **16**

e. Identifier les pratiques socioéducatives qui favorisent le développement des compétences psychosociales **16**

f. Comprendre les enjeux du développement de la santé mentale dans la petite enfance **16**

g. L'Agenda 2030 de l'ONU pour le développement durable : les objectifs visés **16**

Que savons-nous aujourd'hui des processus de développement de la santé mentale du jeune enfant ? 21

C. Les bases du développement de la santé mentale entre 0 et 4 ans 21

a. L'évolution des connaissances sur le développement et la psychologie du jeune enfant 21

b. L'évolution des connaissances sur les déterminants de la santé mentale entre 0 et 4 ans 22

c. L'influence déterminante de l'environnement sur le développement cérébral 23

d. La plasticité cérébrale comme principe d'apprentissage et d'adaptation à l'environnement 23

e. L'influence du stress et de l'attachement sur le cerveau en formation 24

Que savons-nous aujourd'hui de la psychologie du développement du jeune enfant ? 25

D. les processus de développement de la santé mentale entre 0 et 4 ans 25

a. Le développement entre 0 et 4 ans 25

b. Les processus de développement sensorimoteurs et cognitifs selon Piaget 26

c. Les stades du développement cognitif (apprentissages) entre 0 et 4 ans 26

d. Les processus de développement psychosocial ou socio-émotionnel selon Erikson 26

e. Les cycles de développement de la personnalité entre 0 et 4 ans 27

PARTIE 2

Pistes d'intervention pour la pratique professionnelle : concepts et outils **29**

Comprendre et se former **30**

Quels sont les principes d'action pour renforcer la santé mentale dans la petite enfance ? 31

A. Comprendre les besoins psychosociaux de l'enfant pour agir à bon escient 31

a. Principes, lignes directrices et actions pédagogiques dans la pratique avec des 0-4 ans 31

b. Questionner la cohérence des concepts (représentations) et des pratiques (activités) 33

c. Les besoins fondamentaux des 0-4 ans comme ligne de conduite et principe d'action 33

d. Connaître et comprendre les besoins psychosociaux du jeune enfant 35

e. Répondre de façon appropriée et cohérente aux besoins de chaque enfant 36

Quelles sont les approches éducatives qui renforcent les bases d'une bonne santé mentale ? 39

B. Connaître et comprendre les facteurs clés d'acquisition des compétences psychosociales (CPS) 39

a. Connaître les compétences psychosociales qui se façonnent dans la petite enfance 39

b. La qualité des soins et la fiabilité des liens d'attachement comme base de sécurité 42

c. La notion d'attachement à la lumière des connaissances sur le développement cérébral 42

d. Le sentiment de sécurité fondamental pour la confiance, l'estime de soi et la résilience 43

Quelles sont les ressources qui renforcent et soutiennent le jeune enfant dans son parcours ? 45

C. Comprendre le rôle des adultes dans le développement de la santé mentale 45

a. Mutualiser les connaissances en valorisant les ressources individuelles et collectives 45

b. Développer la concertation et les synergies dans la recherche d'un consensus 46

c. Développer les pratiques collaboratives et les réseaux sociaux de proximité 46

Quels sont les leviers qui stimulent le développement des compétences psychosociales ? 48

D. Comprendre la fonction du jeu et de l'imitation sur la santé mentale 48

a. La mémoire des émotions et le plaisir d'apprendre 48

b. Le plaisir d'apprendre en jouant : le jeu est un fertilisant pour les neurones 49

c. L'imitation : un jeu de miroirs fondamental pour communiquer et apprendre 50

PARTIE 3

Accompagner le développement de la santé mentale des 0-4 ans : travailler avec des jeunes enfants et leurs parents **53**

Observer, agir, améliorer **54**

Que faut-il savoir prendre en compte dans l'activité avec et auprès des 0-4 ans et leurs parents ? 55

A. Le plaisir d'explorer le monde de la petite enfance et ce qu'elle nous révèle 55

a. Les signes qui montrent qu'un tout petit enfant se sent et se développe bien 55

b. Les constats scientifiques servent de référence pour s'informer et agir en conséquence 57

? **Qu'est-ce que cela veut dire pour la pratique dans la vie de tous les jours sur le terrain ?** 58

B. Savoir reconnaître ses besoins fondamentaux physiques et psychoaffectifs 58

a. Savoir identifier et reconnaître les déterminants qui agissent sur la santé mentale 58

b. Savoir que le développement de la santé mentale de l'enfant dépend surtout des adultes qui l'entourent 59

c. Savoir opérer des bons choix en adoptant des postures, attitudes et actions valorisantes, bienfaisantes et constructives 60

? **Quels sont les aspects auxquels les professionnel·le·s doivent réfléchir pour agir au mieux ?** 62

C. Considérer la pratique dans son contexte particulier 62

a. Examiner la situation concrète dans son contexte particulier 62

b. Questionner les représentations (conceptions) pour clarifier les intentions 63

c. Identifier les enjeux et les défis subjectifs et objectifs : ressources et contraintes 64

? **Qu'est-ce que cela implique concrètement sur le plan pratique (activités) ?** 66

D. Organiser l'environnement (cadre) et les pratiques (activités) autour de l'enfant 66

a. Adapter l'organisation du temps, de l'espace et des activités autour de l'enfant 66

b. Identifier et verbaliser ses besoins en mettant des mots sur les émotions et perceptions 67

? **Qu'est-ce qui renforce, stimule la confiance, l'autonomie, la créativité du jeune l'enfant ?** 69

E. Être compris dans ses besoins comme un sujet actif, curieux et apprenant 69

a. Savoir être à l'écoute et observer l'enfant dans ce qu'il est en train de « faire » 69

b. Poser les bases pour aider l'enfant à nommer et réguler ses émotions : verbaliser 70

c. Poser un cadre cohérent et sécurisant pour accompagner l'enfant dans son parcours 71

d. Valoriser les ressources et compétences parentales dans l'échange et la considération 72

Quels sont les réflexes à intégrer dans l'activité professionnelle et la vie quotidienne ? 73

F. Ancrer la santé mentale comme point de repère pour adopter les bonnes pratiques 73

a. Accompagner le développement de la santé mentale dans la petite enfance c'est… 73

b. Pratiquer les principes de base d'une bonne santé mentale : petit aide-mémoire 74

c. Pour aller plus loin sur les sujets qui vous interpellent dans vos pratiques… 76

Où peut-on trouver des références, des ressources et outils en lien avec le sujet ? 79

G. Références bibliographiques – ressources documentaires – liens pour aller plus loin 79

a. Ressources et liens pour s'informer et se former… 79

b. Sources d'inspiration et supports didactiques audiovisuels (capsules vidéo – outils) 81

c. Ressources et prestations destinées aux parents d'enfants en bas âge (soutien parental) 81

d. Lectures proposées aux parents pour les accompagner dans la vie au quotidien 83

Remerciements 84

Préambule

La santé mentale est importante tout au long de la vie, y compris dans les toutes premières années d'existence. Si elle est encore insuffisamment associée à la prime enfance, elle joue pourtant un rôle central dans le développement des enfants de moins de 4 ans et elle a une influence sur l'ensemble de leur parcours de vie. Tout n'est certes pas joué à 4 ans – loin de là – mais il est indéniable que c'est dans ces premières années d'existence que se forgent les fondations sur lesquelles l'avenir de l'enfant va se bâtir.

C'est donc un enjeu majeur de préserver et renforcer la santé psychique des enfants entre 0 et 4 ans. Et un défi de taille ! Car à cet âge, l'enfant est vulnérable, totalement dépendant de l'adulte et dans l'apprentissage de la communication verbale. Ainsi, pour accompagner l'enfant dans son développement et répondre à ses besoins, l'adulte doit être à l'écoute de ce qu'il ou elle exprime, observer, anticiper, tenter de se mettre à sa place. Il doit aussi offrir à l'enfant un contexte qui lui permette d'explorer le monde qui l'entoure et d'expérimenter en toute sécurité. Il s'agit aussi pour l'adulte d'être conscient·e de son rôle et bien outillé·e, entre autres.

Les parents sont bien sûr les acteurs principaux de la promotion de la santé psychique de leurs enfants. Mais ils ne sont pas seuls. La société dans son ensemble se doit d'offrir les conditions favorables au bien-être de chacune et chacun, y compris des enfants dès leur plus jeune âge. Et les professionnel·le·s de la petite enfance jouent une partition particulière. Educateur·trice·s de la petite enfance, accueillant·e·s familial·le·s, infirmier·ère·s, sage-femmes, etc. œuvrent au quotidien pour renforcer la santé mentale des tout-petits. Chacun·e agit avec son bagage professionnel, son expérience, ses connaissances, sa perspective.

Avec ce cahier de référence, nous souhaitons proposer à l'ensemble des professionnel·le·s de la petite enfance un socle commun de connaissances et de références pour la promotion de la santé mentale des enfants de moins de quatre ans. L'idée est de favoriser la diffusion d'un langage commun et de proposer des orientations pour la pratique. In fine, ce cahier invite chacune et chacun à chausser les lunettes « santé mentale » pour accompagner les enfants au quotidien.

Mandat, démarche et structure du document

Pourquoi un cahier de référence ?

Promouvoir la santé mentale durant la petite enfance en s'informant sur les enjeux

Ce projet de cahier de référence a été élaboré sur la base d'un **mandat dans le cadre de la campagne Santépsy.ch** menée par la CLASS (Conférence latine des affaires sanitaires et sociales réunissant les cantons de Suisse latine) et la Coordination romande des associations d'action pour la santé psychique (Coraasp), avec le soutien de Promotion Santé Suisse. Cette campagne s'adresse à l'ensemble de la population et propose une palette d'informations, d'outils, de ressources, des conseils pratiques destinés aux différents groupes cibles. Le présent cahier s'inscrit dans cette démarche impulsée et coordonnée par Santépsy.ch, en guise de support documentaire complémentaire aux formations, colloques, newsletters et capsules (vidéo) élaborées dans le cadre du volet visant à promouvoir la santé psychique des 0-4 ans.

Le cahier met en lumière les corrélations entre les connaissances théoriques sur lesquelles se fondent les approches en matière d'éducation, de santé publique, d'action sociale et les pratiques qui renforcent, soutiennent, encouragent et stimulent les ressources individuelles et collectives.

A qui s'adresse ce cahier ?

Les prestations dédiées à la petite enfance recouvrent une vaste palette d'offres touchant aux soins, autour de la naissance, de puériculture, des liens parents-enfant, d'accueil de jour, de visites à domicile, de soutien à la parentalité, d'intégration et de socialisation, etc.

Les personnes qui exercent une activité professionnelle dans la petite enfance jouent un rôle charnière de promotion de la santé mentale dans l'environnement de l'enfant. Les professionnel·le·s qui travaillent auprès des tout-petits et leurs parents forment une mosaïque qui ressemble à celle du kaléidoscope, ce qui signifie en grec : *kalos* « beau », *eidos* « image », *skopeln*, « regarder ». La réalité du terrain est celle de la diversité des protagonistes, des points de vue, des regards, des mouvements et des approches.

A défaut de pouvoir décrire précisément les publics cibles, il a donc fallu choisir un angle assez large pour que tout le monde puisse s'y retrouver, se sentir interpellé, intrigué et stimulé dans sa curiosité. En effet, il est important que les professionnel·le·s de la petite enfance non spécialistes de la santé mentale puissent bénéficier des informations, des connaissances, des outils qui les soutiennent dans leurs pratiques et les renforcent dans leurs compétences auprès des tout-petits afin de satisfaire aux mieux à leurs besoins : corporels, affectifs, cognitifs.

Néanmoins, compte tenu des disparités institutionnelles et des parcours individuels, ce cahier s'adresse en particulier aux personnes actives dans des contextes de

l'accueil de jour, en milieu familial ou en collectivité, qui ne bénéficient pas partout des opportunités, des ressources, des disponibilités et des facilités pour parfaire les connaissances, rencontrer des pairs, partager des expériences, réfléchir sur la pratique, s'inspirer au contact des autres, se découvrir des points communs et générer des synergies.

Suivant la spécialité et la fonction, il se peut que les connaissances proposées ici soient déjà bien connues et dans ce cas, elles sont à considérer comme une invitation supplémentaire à pratiquer, à exercer et persévérer dans le travail réalisé auprès des tout-petits et leurs parents.

Comment est construit ce cahier ?

Le cahier est conçu en trois parties, chacune est une étape : connaître, comprendre, agir.

La première partie fait **le point sur l'état actuel des connaissances et les concepts de référence** concernant les processus de développement de la santé mentale entre zéro et quatre ans. En effet, les neurosciences montrent aujourd'hui la relation symbiotique et indissociable entre le développement psychomoteur de l'enfant et le milieu dans lequel il vit. L'esprit et la matière ne font qu'un. Il ne s'agit donc plus d'opposer l'inné et l'acquis, mais bien de constater, l'impact sur le cerveau en formation des expériences vécues durant la toute prime enfance. L'imagerie met en lumière les vertus d'un attachement précoce, sain, solide et fiable sur le bon développement des structures cérébrales dédiées aux apprentissages (mémoire) et à la régulation des émotions.

Il est donc primordial de connaître les facteurs qui interfèrent sur la santé mentale durant la petite enfance. Cela nous amène à **la deuxième partie : comprendre les liens directs entre les pratiques éducatives, les conditions de vie et le développement psychique du jeune enfant.** Il s'agit d'un enjeu crucial qui nous concerne toutes et tous mais particulièrement l'ensemble des personnes qui travaillent dans les prestations liées à la santé, à l'éducation, à l'action sociale et à l'intégration. En effet, elles s'inscrivent dans une approche globale, positive et constructive d'*empowerment* visant à renforcer les ressources personnelles propres à chaque individu. Le développement des compétences psychosociales déterminantes est l'axe transversal autour duquel s'articulent tous les objectifs de développement durable : économique, social, écologique.

La santé et l'éducation sont le socle et la clef de voûte du développement, individuel et collectif. Dans un monde complexe, incertain, globalisé en profonde mutation, les adultes doivent apprendre à composer avec une double contrainte : la réalité biologique et prosaïque du terrain dans son contexte particulier d'une part et de l'autre, la réalité accélérée, « augmentée », virtuelle par écrans interposés. Cette situation a des impacts directs sur notre santé mentale car elle s'accompagne de bouleversements majeurs dans nos façons de vivre, de communiquer et d'appréhender l'espace et le temps.

Cette transition mobilise toutes nos ressources adaptatives et renverse les repères qui nous ont servi de modèles éducatifs et de valeurs de référence. Pour l'enfant, l'acquisition du langage est une étape de transition aussi fondamentale de son évolution qui marque la fin et le début d'un mode de communication.

La troisième partie, est consacrée à la mise en pratique, des savoirs à l'aide des outils, des ressources et des compétences disponibles. Comme pour les deux précédentes étapes, c'est à partir des questions qui se posent à ce stade, dans une situation concrète et le contexte dans lequel elle s'inscrit, que chacune et chacun, peut réfléchir et agir à bon escient. La promotion de la santé mentale dans la petite enfance est une clef de lecture qui permet d'examiner tous les aspects du quotidien. Il s'agit donc d'une démarche volontaire, constructive, réfléchie et prospective pour se donner les moyens de créer les conditions favorables au bien-être, aux interactions, aux échanges interpersonnels et aux découvertes.

Envisager la pratique du point de vue de la santé mentale met aussi en lumière les incohérences entre les représentations et la façon dont elles se manifestent au travers des petits faits et gestes anodins souvent inconscients. L'observation et la réflexion sont deux outils qui révèlent les zones d'ombres que l'on ne peut ou ne veut pas voir. Cela peut être inconfortable mais salutaire. Force est de reconnaître que la santé mentale des tout-petits dépend avant tout de la façon dont les figures d'attachement et les personnes qui leur servent de modèles de référence leur présentent le monde qui les entoure.

Ce document est disponible en version papier et en version électronique sur le site www.santépsy.ch

Que nous apprend-t-il ?

Observer et réfléchir à partir des besoins de l'enfant dans sa situation : l'empathie

Le moyen le plus efficace d'accompagner au mieux chaque enfant dans le développement de sa santé mentale consiste peut-être à se demander tout simplement ce dont il a besoin ici et maintenant dans ce qu'il est train de vivre, de faire, d'expérimenter. Aussi, quand un enfant pointe son petit doigt vers la lune, soyons assez sages pour regarder ce qu'il nous montre. Se mettre à sa portée pour voir ce qu'il observe là où il se trouve est en soi déjà le début d'un changement de perspective dans la bonne direction pour cheminer ensemble.

« Les gens qu'on interroge, pourvu qu'on les interroge bien, trouvent d'eux-mêmes les bonnes réponses »

SOCRATE

Comment lire et utiliser ce cahier ?

Ce cahier est conçu de bout en bout comme un processus de sensibilisation en vue d'une meilleure compréhension des enjeux, des défis et des pistes d'intervention à explorer, en situation, sur le terrain.

Chacune des parties est une étape en soi, placée sous une citation phare qui résume en substance le propos. Une introduction pose le cadre général (le contexte) des questions qui suivent. Elles figurent sur la table des matières dont les libellés fournissent la réponse. De la sorte, il est possible de parcourir le document à partir des questions auxquelles on recherche des réponses, des compléments d'information, des outils, des liens utiles.

Ce cahier est à considérer comme une composition. Elle se lit comme une partition proposée à toutes les personnes qui travaillent dans les champs et prestations petite enfance. Cela fait beaucoup de monde à satisfaire mais il appartient à chacune et à chacun de l'interpréter à sa guise, à son rythme, d'y puiser des sources d'inspiration ou de s'amuser des fausses notes, d'établir des connexions, d'insérer des silences ou de la parcourir comme une valse à trois temps.

Le plus important n'est pas dans le cahier mais dans le jeu et le plaisir qu'ils procurent surtout quand ils réunissent petits et grands dans un joyeux élan créatif. Le résultat est parfois déroutant, étonnant mais la magie est dans l'émerveillement de tout ce qu'il est possible de produire au travers de nos interactions.

Amusez-vous et cultivez dans votre quotidien, là où vous vous trouvez et tout autour de vous, l'art de vivre avec le temps, en présence des tout-petits.

« Dans chaque enfant il y a un artiste. Le problème est de le rester en grandissant »

PABLO PICASSO

PARTIE 1

Le développement de la santé mentale dans la petite enfance : théories

Connaître et s'informer

> « L'action sans vision ne fait que passer le temps. La vision sans action n'est que rêverie. Mais la vision avec action peut changer le monde… »
>
> **NELSON MANDELA**

Nos conditions de vie et notre environnement – relationnel, économique, social et politique – ont un impact puissant sur notre état général et notre bien-être. La santé mentale est un tout dynamique, qui évolue et fluctue en permanence, avec des hauts et des bas, tout au long de la vie. Elle dépend, surtout au cours des premières années de vie, d'un ensemble de nombreux facteurs, individuels et collectifs. C'est dans la toute prime enfance qu'elle se façonne le socle sur lequel l'individu va pouvoir puiser et développer ses ressources nécessaires à son accomplissement dans toutes ses potentialités. Il est donc essentiel de promouvoir dans l'environnement des 0-4 ans et les prestations dédiées à la petite enfance, une approche globale et positive de la santé mentale qui valorise les ressources et compétences de tout un chacun[1].

Appréhender cette première étape fondamentale de l'existence du point de vue du développement de la santé mentale permet de prendre conscience des conditions qui favorisent le bien-être et la confiance en nos ressources. Se préoccuper du bon développement du jeune enfant dans tous les aspects qui y contribuent consiste à ancrer dans la vie de tous les jours, des attitudes, des postures, des actes, des aménagements qui tiennent compte de ses besoins et le renforcent dans sa santé mentale.

Les effets bénéfiques pour l'enfant le sont aussi pour les personnes qui composent son entourage. Ces bénéfices génèrent ainsi une spirale vertueuse et durable qui améliore la qualité de vie de tous les jours, les interactions interpersonnelles, la communication, les compétences individuelles et collectives.

Dans cette optique, promouvoir la santé mentale dans la petite enfance représente une opportunité pour tous les adultes impliqués dans les soins, l'accueil et l'éducation des nourrissons et des enfants en bas âge. Toutes les prestations « petite enfance » reconnues d'utilité publique ont pour but d'ancrer dans les faits les droits fondamentaux de chaque enfant à pouvoir bénéficier des meilleures chances de développement, dès le début de sa vie.

SANTÉ n.f.

L'OMS décrit la santé comme « un état de complet bien-être physique, mental et social et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité » et la santé mentale comme un « état de bien-être dans lequel une personne peut se réaliser, faire face au stress normal de la vie, accomplir un travail productif et contribuer à sa communauté ».

1 Cf. www.minds-ge.ch

Le développement de la santé mentale dans la petite enfance : de quoi s'agit-il ?

A. Le développement de la santé mentale dans la petite enfance : un enjeu majeur

a. La santé mentale se développe dès le début de la vie et se façonne au fil des expériences

La petite enfance et la santé mentale sont des champs d'investigation qui nous fournissent aujourd'hui des indications précieuses pour améliorer dès le début de la vie les conditions propices au renforcement des ressources et **compétences psychosociales** (Partie 2 B) nécessaires au développement humain, individuel et collectif. De nombreux travaux scientifiques montrent désormais que les premières expériences du petit enfant, tout comme l'environnement dans lequel il se développe, ont un impact majeur sur sa santé physique et psychique à long terme.

« Le bien-être mental dans les premières années de la vie est essentiel au bon développement de l'enfant »[2]

Dans cette optique, la promotion de la santé mentale dès le début de la vie est un objectif prioritaire de santé publique, de cohésion sociale et de développement humain. Le focus sur le développement de la santé mentale dans la petite enfance présente l'avantage de mettre en évidence les corrélations indissociables qui se tissent dès la gestation, entre le développement du cerveau et les mécanismes d'acquisition des compétences clés nécessaires à l'existence.

Par conséquent, la promotion de la santé mentale dans la toute prime enfance représente **un enjeu crucial**, non seulement sur le plan sanitaire mais aussi au niveau des liens sociaux, de la communication, des mécanismes de transmission des valeurs culturelles et non matérielles. Autant d'éléments qui constituent la trame de fond d'une société qui se transforme très rapidement, se cherche, s'adapte, évolue, se conçoit et s'organise en fonction des nécessités et des valeurs qui sont les siennes. L'attention portée à la santé mentale est en quelque

2 www.minds-ge.ch / la santé mentale dès le départ ça compte

sorte le fil conducteur qui relie entre elles les connaissances scientifiques et empiriques, les théories et les pratiques, les concepts et la réalité, les généralistes et les spécialistes, les adultes devenus grands et les tout-petits dont ils s'occupent, les futurs parents et les enfants à naître…

PROMOTION DE LA SANTÉ n.f.

La promotion de la santé se définit, selon l'OMS, comme « le processus qui confère aux populations les moyens d'assurer un plus grand contrôle sur leur propre santé, et d'améliorer celle-ci. Cette démarche relève d'un concept définissant la "santé" comme la mesure dans laquelle un groupe ou un individu peut d'une part, réaliser ses ambitions et satisfaire ses besoins et, d'autre part, évoluer avec le milieu ou s'adapter à celui-ci. La santé est donc perçue comme une ressource de la vie quotidienne, et non comme le but de la vie ; il s'agit d'un concept positif mettant en valeur les ressources sociales et individuelles, ainsi que les capacités physiques. Ainsi donc, la promotion de la santé ne relève pas seulement du secteur sanitaire : elle dépasse les modes de vie sains pour viser le bien être. »

La promotion de la santé repose notamment sur les postulats suivants :

- « **Le développement sain de l'enfant** est d'une importance fondamentale : l'aptitude à vivre en harmonie avec un milieu en pleine transformation est essentielle à ce développement. »
- « La possession du **meilleur état de santé** qu'il est capable d'atteindre **constitue l'un des droits fondamentaux de tout être humain,** quelles que soit sa race, sa religion, ses opinions politiques, sa condition économique ou sociale. » OMS, Charte d'Ottawa 1986

RESSOURCES

Santépsy.ch www.santepsy.ch

Promotion Santé Suisse, Brochure « Auto-efficacité » (2019) www.promotionsante.ch

www.planetesante.ch / les 1000 premiers jours de l'enfant[3]

www.minds-ge.ch (Dossier « Dès le départ »)

b. Santé mentale et développement dans la petite enfance : un tout indissociable

> « Le bien-être physique et mental ainsi que le développement global de l'enfant sont inséparables d'une dynamique bio-psychosociale »[4]

La petite enfance est un concept générique qui s'est peu à peu imposé en Suisse dans le langage courant, administratif et institutionnel, pour désigner la population en âge préscolaire d'une part et de l'autre, l'ensemble des thématiques, domaines, activités, prestations de soins, d'accueil, d'éducation qui s'y rapportent. De plus, la petite enfance désigne une période de la vie à la fois très brève mais particulièrement intense, dynamique et formatrice du point de vue des processus de transformations en cours entre zéro et quatre ans. Durant ces premières années de vie, la durée se décline dans la réalité plutôt en mois si l'on tient compte des processus de développement.

Bien que la petite enfance soit aujourd'hui le terme « consacré » pour désigner ces quatre premières années de vie, du point de vue du développement de la santé mentale, il s'agit d'accorder une attention particulière à la toute prime enfance. De l'embryon au nouveau-né, du nourrisson au petit enfant capable de parler, de jouer avec ses pairs, la petite enfance représente un véritable marathon ininterrompu au cours duquel l'enfant se développe, grandit et façonne les fondations de sa santé mentale, ses ressources et ses capacités d'apprentissage.

La santé mentale est le fil conducteur qui traverse l'ensemble **des processus d'apprentissage**, d'acquisition des capacités nécessaires pour pouvoir faire face aux circonstances, les traverser et les surmonter au mieux tout au long de l'existence. Cela étant, la santé mentale (ou psychique) et physique sont indissociables l'une de l'autre : il n'y a **pas de santé sans santé mentale** ! Elle se constitue et se façonne à chaque instant dès la période de gestation et va évoluer durant la petite enfance au travers des expériences que vit le jeune enfant dans son quotidien. Par conséquent, se préoccuper de la santé mentale dans la petite enfance consiste en réalité à s'intéresser aux processus de développement de l'être humain.

> « Parler de santé mentale chez le petit enfant, c'est parler de développement »

CAROLINE HILENDBRANDT DOERIG, PSYCHOLOGUE ET PSYCHOTHÉRAPEUTE POUR ENFANTS[5]

[3] Cf. article : « Les 1000 premiers jours de l'enfant : un enjeu crucial pour la vie » (20.03.2020)

[4] Wustmann Seiler & Simoni, Cadre d'orientation pour la formation, l'accueil et l'éducation de la petite enfance en Suisse, Ed- Commission suisse pour l'Unesco et Réseau suisse d'accueil extrafamilial, 2016 (3e éd. p.37)

[5] www.santépsy.ch - projet de promotion de la santé psychique des 0-4 ans / Newsletters - capsule vidéo, (mai 2021) La santé mentale chez le petit enfant, Caroline Hildenbrandt Doerig, psychologue et psychothérapeute pour enfants

Pourquoi promouvoir la santé mentale dans la petite enfance entre 0 – 4 ans ?

B. Les objectifs et cadres de référence pour promouvoir la santé mentale des 0-4 ans

a. Prendre soin de la santé mentale : un besoin vital pour pouvoir se développer

La Confédération, les cantons et Promotion Santé Suisse s'engagent ensemble pour la promotion de la santé psychique de la population au travers des campagnes de sensibilisation et d'information visant à renforcer les ressources des personnes en Suisse afin qu'elles puissent mieux affronter les événements de vie critiques.

La campagne Santépsy.ch est menée par la Conférence latine des affaires sanitaires et sociales (CLASS) et la Coordination romande des associations d'action pour la santé psychique (Coraasp), avec le soutien de Promotion Santé Suisse. Cette campagne s'adresse à l'ensemble de la population et propose une palette d'informations, d'outils, de ressources, des conseils pratiques destinés aux différents groupes cibles.

Pour la population infantile des 0–4 ans, les messages s'adressent d'une part aux parents (santé mentale et parentalité) mais aussi, plus spécifiquement ici, aux personnes qui travaillent dans des activités avec des enfants en bas âge, les parents et les familles. En effet, il est important que les professionnel·le·s de la petite enfance non spécialistes de la santé mentale, puissent bénéficier des informations, des connaissances, des outils qui les soutiennent dans leurs pratiques et les renforcent dans leurs compétences pour pouvoir accompagner au mieux le jeune enfant dans sa santé, ses expériences et ses apprentissages.

> « Trop d'enfants sont encore privés des éléments essentiels dont leur cerveau a besoin pour bien grandir : « manger, jouer et être aimé ». Nous portons moins d'attention au cerveau des enfants qu'à leur corps. »
>
> **UNICEF** [6]

[6] https://www.unicef.org/fr/developpement-de-la-petite-enfance

b. Connaître les bases du développement de la santé mentale entre 0 et 4 ans

Pendant les premières années de sa vie, en particulier de la grossesse jusqu'à l'âge de 3 ans, l'enfant a besoin, pour un développement cérébral sain, d'une nutrition adaptée, d'être protégé et stimulé. Les progrès récents des neurosciences apportent de nouvelles preuves concernant l'architecture cérébrale de l'enfant durant cette période. Nous savons ainsi que le cerveau de l'enfant se construit, dans les toutes premières années de la vie, à une vitesse fulgurante. Au cours du processus de construction du cerveau, les connexions neuronales sont influencées par la génétique et par les expériences vécues : nutrition adaptée, protection, stimulation par le jeu et la parole, attention et interactions de la part des personnes s'occupant de l'enfant. Cette combinaison d'inné et d'acquis pose les fondements de l'avenir de l'enfant. (UNICEF)[7]

c. Connaître les déterminants du développement de la santé mentale du jeune enfant

La promotion de la santé mentale dans la petite enfance vise à ancrer dans l'entourage familier de chaque enfant, les connaissances de base concernant les principes inhérents aux développements psychoaffectifs et locomoteurs qui se façonnent déjà dans les interactions in utéro et après la naissance entre le bébé et son environnement. En s'intéressant au bien-être et au développement du jeune enfant, il s'agit avant tout de prendre conscience de la « culture » ambiante dans laquelle il s'inscrit. L'environnement dans lequel baigne le jeune enfant agit directement sur les processus neurobiologiques en formation et donc sur sa santé mentale.

d. Connaître les concepts de promotion de la santé mentale et les objectifs visés

Les compétences psychosociales (CPS) sont reconnues comme un déterminant majeur de la santé, du bien-être et d'une éducation de qualité, positive et inclusive. Elles sont fondamentales et directement liées aux apprentissages, à l'estime et à l'image de soi, à la confiance, à la **qualité** de vie, de la communication sous toutes ses formes. Les CPS constituent donc le socle et la clef de voûte du développement humain sur tous les plans.

L'approche par les CPS est l'axe d'intervention commun et transversal autour duquel s'articule l'ensemble des facteurs et des activités qui soutiennent et renforcent (*empowerment*) l'individu dans l'acquisition et le déploiement de ses ressources et capacités sociales, émotionnelles et cognitives. Cette approche permet d'appréhender le développement de la santé mentale du jeune enfant à partir de ses besoins vitaux, psychoaffectifs et locomoteurs en valorisant les facteurs protecteurs et les pratiques bénéfiques pour lui, dans son environnement immédiat.

e. Identifier les pratiques socioéducatives qui favorisent le développement des compétences psychosociales

Aussi nommées habiletés, aptitudes de vie (*Life Sills* en anglais) ou compétences socio-émotionnelles, les compétences psychosociales regroupent de façon globale l'ensemble des compétences interpersonnelles pour pouvoir communiquer, s'adapter, résoudre des problèmes de façon co-constructive, créative, autonome. Elles s'acquièrent et se développent tout au long de l'existence au travers des interactions et des flux d'échanges d'informations, de perceptions, des influences que les individus exercent sur leur environnement et inversement. Elles sont plus nécessaires que jamais pour pouvoir relever les défis d'un monde complexe, incertain et s'adapter aux changements rapides, profonds, multiples sur tous les plans.

f. Comprendre les enjeux du développement de la santé mentale dans la petite enfance

Les savoirs se façonnent déjà dans la toute prime enfance au travers des expériences que l'enfant traverse. Il en va de même pour tout adulte, lui aussi sujet actif de ses apprentissages et des enseignements qu'il en retire.

La promotion de la santé mentale dans la petite enfance est, pour les professionnel·le·s de la petite enfance, une occasion de conscientiser leurs propres perceptions et représentations concernant la réalité, le développement de l'enfant, les référentiels, leur rôle et la façon de l'investir. En effet, les connaissances scientifiques actuelles sur les processus d'apprentissages durant la prime enfance mettent en évidence l'impact des expériences vécues sur le cerveau en formation et sa façon de s'adapter aux stimulations de l'environnement.

Appréhender la pratique professionnelle auprès d'enfants en bas âge sous l'angle du développement de la santé mentale dans la toute prime enfance ouvre ainsi le champ de vision sur les déterminants inhérents au milieu éducatif et donc aux leviers sur lesquels il est possible d'agir en adaptant les pratiques aux besoins de l'enfant.

g. L'Agenda 2030 de l'ONU pour le développement durable : les objectifs visés

La santé mentale est une ressource vitale qui se façonne tout au long de la vie et dont il s'agit de prendre le plus grand soin, tout particulièrement dans la petite enfance. C'est à ce moment que s'élaborent ses fondations qui vont permettre à l'individu d'acquérir les connaissances et les compétences nécessaires pour pouvoir résoudre les questions qui se posent à lui, se positionner, décider, agir de façon responsable, innover, évaluer une situation, communiquer efficacement, cultiver des relations saines, stables et positives, gérer ses émotions et appréhender les circonstances avec confiance.

La promotion de la santé mentale est indissociable de l'éducation dans une vision globale du développement humain,

[7] https://www.unicef.org/fr/developpement-de-la-petite-enfance

social, culturel, économique et écologique. La petite enfance est un moment crucial sur lequel il est possible d'agir et donc un axe d'intervention transversal pour réaliser les objectifs de santé publique, d'éducation et d'action sociale communautaire.

Dans cette optique, l'Agenda 2030 de l'ONU pour le développement durable sert de cadre international de référence aux stratégies menées par ses agences spécialisées, en l'occurrence l'OMS, l'UNESCO et l'UNICEF. La Suisse s'est elle aussi engagée à l'appliquer à tous les niveaux avec l'ensemble des milieux concernés pour créer les conditions favorables à la réalisation des 17 Objectifs pour le Développement Durable (ODD) et leurs 169 cibles (sous-objectifs) d'ici 2030. (Source : Département fédéral des affaires étrangères[8]).

LE DÉVELOPPEMENT DURABLE n.m.

La Suisse se réfère à la définition du développement durable telle qu'elle a été formulée en 1987 par la Commission mondiale sur l'environnement et le développement (Commission Brundtland), dans son rapport « Notre avenir à tous » : « le développement durable est un développement qui répond aux besoins du présent sans compromettre la possibilité, pour les générations à venir, de pouvoir répondre à leurs propres besoins »

source : www.eda.admin.ch

source : www.bafu.admin.ch

Objectif 3 (Santé) :

Permettre à tous de vivre en bonne santé et promouvoir le bien-être de tous à tout âge.

Tous les êtres humains doivent avoir accès à des services de santé, à des services de soins de santé sexuelle et procréative, y compris à des services de planification familiale, d'information et d'éducation.

Dans cette optique, d'ici à 2030 faire en sorte de réduire le taux de mortalité maternelle (cible 3.1), la mortalité néonatale et des enfants de moins de 5 ans (cible 3.2), de promouvoir la santé mentale et le bien-être (cible 3.4).

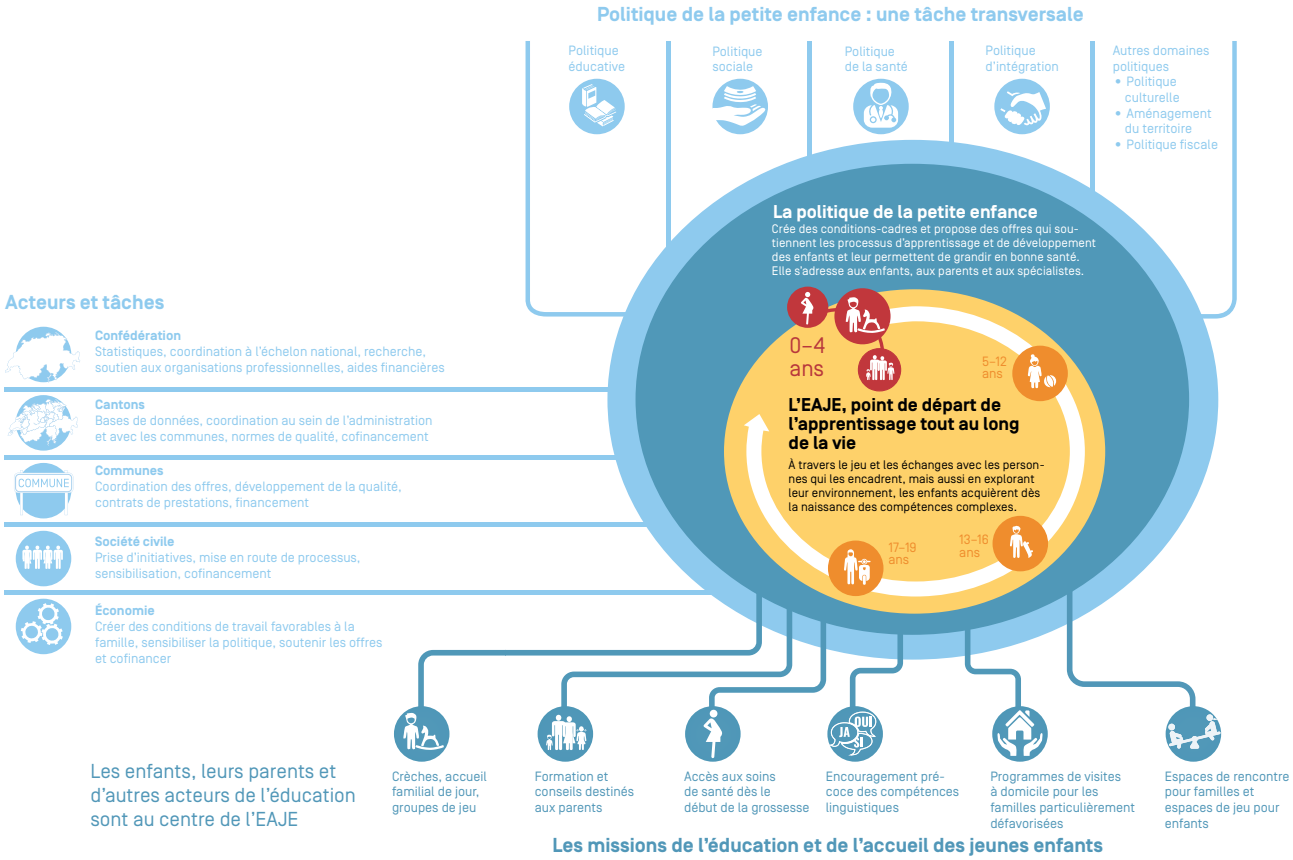
Objectif 4 (Education) :

Assurer l'accès de tous à une éducation de qualité, sur un pied d'égalité et promouvoir les possibilités d'apprentissage tout au long de la vie.

D'ici à 2030, faire en sorte que toutes les filles et tous les garçons aient accès à des activités de développement et de soins de la petite enfance et à une éducation préscolaire de qualité qui les préparent à suivre un enseignement primaire (cible 4.2).

8 https://www.eda.admin.ch/agenda2030/fr/home/agenda-2030/die-17-ziele-fuer-eine-nachhaltige-entwicklung.html

Instaurer une politique de la petite enfance en Suisse



Source: Instaurer une politique de la petite enfance. Un investissement pour l'avenir. Éducation et accueil des jeunes enfants/Encouragement précoce en Suisse. Développé par INFRAS, établi au nom de la Commission suisse pour l'UNESCO, Berne (2019)

RESSOURCES

Stratégies officielles et cadres de référence

Agenda 2030 ONU pour le Développement Durable : les 17 ODD (site du DFAE)

Agenda 2030 ONU : ODD 3 « Santé » et ODD 4 « Education »

Stratégie nationale de Prévention des Maladies Non Transmissibles (MNT) 2017-2024 et Programmes d'action cantonaux (PAC) (site de l'OFSP)

Programmes cantonaux d'intégration (PIC) – petite enfance (site du SEM)

Campagne de promotion de la santé psychique (SantéPsy.ch)

Instances compétentes et sites de référence pour la mise en œuvre en Suisse

Département des Affaires étrangères (DFAE) : Agenda 2030

Commission suisse pour l'Unesco : Agenda 2030 – ODD 4 « Education »

Office fédéral de la santé publique OFSP (MNT) : www.prevention.ch

Promotion Santé Suisse : www.promotionsante.ch

- MNT et PAC
- Promotion de la santé psychique des enfants et des adolescents

Conférence Latine des Affaires Sanitaires et Sociales (CLASS) et Coordination Romande des Associations d'Action pour la Santé Psychique (Coraasp) Campagne SantéPsy.ch

www.santepsy.ch

Secrétariat d'Etat aux migrations SEM et Conférence des gouvernements cantonaux

www.kip-pic.ch/fr/pic/petite-enfance

Instances cantonales compétentes pour la mise en œuvre des PAC « Santé mentale »

Fribourg

Service de la santé publique, Direction de la santé et des affaires sociales, Etat de Fribourg

Promotion de la santé et prévention | État de Fribourg

Tout sur la santé mentale | État de Fribourg

Service de l'enfance et de la jeunesse, Direction de la santé et des affaires sociales, Etat de Fribourg

Accueil extrafamilial | État de Fribourg

Bureau de promotion des enfants et des jeunes (Bureau de promotion des enfants et des jeunes) | État de Fribourg

Genève

Département de l'instruction publique, de la formation et de la jeunesse (DIP), Direction générale de l'office de l'enfance et de la jeunesse, Pôle de promotion de la santé et prévention.

Service de santé de l'enfance et de la jeunesse | ge.ch

Département de l'instruction publique, de la formation et de la jeunesse (DIP)

Direction générale de l'office médico-pédagogique | ge.ch

Département de la sécurité, de la population et de la santé (DSPS), Direction générale de la santé. Service du médecin cantonal, Secteur Prévention et promotion de la santé.

Prendre soin de sa santé à Genève | ge.ch

Jura

Service de la santé publique (SSA)

www.jura.ch/ssa

Service de l'action sociale (SAS)

www.jura.ch/sas

Fondation O2 (Centre de compétence de développement et gestion de projets dans les domaines de la prévention, la promotion de la santé et le développement durable)

www.fondation02.ch

Neuchâtel

Office de la promotion de la santé et de la prévention, service de la santé publique / Etat de Neuchâtel

www.ne.ch/autorites/DFS/SCSP

Service de la protection de l'adulte et de la jeunesse / Etat de Neuchâtel

www.ne.ch/autorites/DFDS/SPAJ

Office de la politique familiale et de l'égalité / Etat de Neuchâtel

www.ne.ch/autorites/DECS/OPFE

Service de la cohésion multiculturelle / Etat de Neuchâtel

www.ne.ch/autorites/DECS/COSM

Valais

Service de la santé publique

www.vs.ch/sante

Programmes de promotion de la santé psychique et de prévention des troubles du développement et des maladies psychiques visent à améliorer la santé mentale de la population

Promotion santé Valais

www.promotionsantevalais.ch

Santé psychique des enfants et des adolescents

Service de la jeunesse

www.vs.ch/scj

Centre pour le développement et la thérapie de l'enfant et de l'adolescent

Consultations parents-enfants des CMS

www.cms-smz.ch/aide-soin-domicile/consultations-parents-enfants.html

Association Périnatalité Valais

perinatalite-valais.ch

Vaud

Prévention pour l'enfance et la jeunesse (site de l'Etat de Vaud)

https://www.vd.ch/themes/population/enfance-jeunesse-et-famille/prevention-en-matiere-socio-educative/

Fondation Profa (conseil en périnatalité)

https://www.profa.ch/perinatalite

Association vaudoise de soins et d'aides à domicile AVASAD – CMS (santé dans la petite enfance – infirmières petite enfance IPE)

https://www.cms-vaud.ch/sante-dans-la-petite-enfance/

Association PanMilar (accompagnement autour de la naissance spécialement destiné aux femmes et familles issues de la migration dans le canton de Vaud)

https://www.panmilar.ch/

Association PEP partenaire enfance & pédagogie (accompagnement destiné aux professionnel·le·s de l'accueil)

https://pep-vd.ch/

Documentation et publications officielles

Promotion Santé Suisse pour la promotion de la santé psychique des enfants et des adolescents

- Brochure « Auto-efficacité » (2019)
- Fiche d'information L'engagement de Promotion Santé Suisse pour la petite enfance (2021)

- MIAPAS Projet de mise en réseau interdisciplinaire durant la petite enfance à l'échelle nationale. Ressources documentaires, liens et informations pour les professionnel·le·s de la petite enfance, respectivement pour les parents
- Brochure Soutenir la santé psychique des futurs parents. Informations et recommandations pour les professionnel·le·s (2021)
- Feuillet d'information La promotion de la santé psychique dans la petite enfance. Développé par l'Institut Marie Meierhofer pour l'enfance (MMI) et Promotion Santé Suisse, Berne (2019)

Commission suisse pour l'UNESCO : publications sur l'éducation de la petite enfance en Suisse

- Instaurer une politique de la petite enfance. Un investissement pour l'avenir. Éducation et accueil des jeunes enfants /Encouragement précoce en Suisse. Développé par INFRAS, établi au nom de la Commission suisse pour l'UNESCO, Berne (2019)
- Cadre d'orientation pour la formation, l'accueil, l'éducation de la petite enfance en Suisse. Réalisé par l'Institut Marie Meierhofer pour l'enfance MMI sur mandat de la Commission suisse pour l'UNESCO et le Réseau suisse d'accueil extrafamilial. 3ème édition revue et augmentée (2016) et brochures thématiques approfondissant des aspects spécifiques, réalisées entre 2012 et 2019 avec les partenaires institutionnels et spécialistes concernés www.cadredorientation.ch

Que savons-nous aujourd'hui des processus de développement de la santé mentale du jeune enfant ?

C. Les bases du développement de la santé mentale entre 0 et 4 ans

a. L'évolution des connaissances sur le développement et la psychologie du jeune enfant

L'enfant a longtemps été considéré comme un adulte en miniature et les tout-petits, dépourvus de capacités autres que sensorimotrices. Si Jean-Jacques Rousseau est le premier à prendre conscience d'une psychologie propre à l'enfant et à s'intéresser à son éducation dans l'*Emile*, les premières descriptions des capacités du jeune enfant se multiplient vers la fin du XIXe siècle. Partant de l'hypothèse selon laquelle l'étude de la psychologie de l'enfant est une source fondamentale qui permettrait de mieux comprendre la nature humaine et du développement, Charles Darwin pose les prémices d'une psychologie de l'enfant, appelée aussi psychologie génétique ou, actuellement, psychologie du développement, influencée par l'idée d'évolution. En parallèle, une autre approche se dessine, plus descriptive, qui étudie l'enfant pour lui-même, ses comportements caractéristiques et ses capacités aux différents âges.

> «Le petit d'homme n'est pas simplement un petit homme»
>
> **J.-J. ROUSSEAU, L'EMILE 1762**

Au tournant du XXe siècle, la psychologie de l'enfant est en plein essor. En effet, les scientifiques de l'époque observent dans le développement de l'enfant un modèle explicatif pour comprendre l'organisation psychique de l'adulte. Ils constatent cependant que la psychologie de l'enfant est différente de celle de l'adulte. Des instituts spécialisés et des associations se créent et les liens avec la pédagogie sont alors très nombreux (A. Binet, M. Montessori, Claparède).

b. L'évolution des connaissances sur les déterminants de la santé mentale entre 0 et 4 ans

L'amélioration constante des connaissances scientifiques et empiriques fournit de **nouvelles informations** concernant les corrélations entre la santé mentale de l'individu et son milieu naturel, culturel, social, économique. Cela étant, ces découvertes mettent en évidence les **enjeux**, pour l'enfant lui-même, mais aussi pour toutes les personnes concernées par son développement. Force est de reconnaître que la santé mentale se façonne déjà durant la grossesse et durant cette phase de gestation, l'environnement du fœtus est la mère qui le porte.

« Le jeune enfant n'est pas encore capable d'interpréter par lui-même l'impact d'un événement. L'information quant au sens à donner à l'événement, passe dans le cerveau à partir de ce que le tout-petit voit et observe de la réaction de l'adulte face à cet événement »

CHERINE FAHIM[9]

Jusque dans les années 80, on a cru, à tort, que le bébé n'avait pas de vie psychique alors que son cerveau est en pleine ébullition. Les progrès technologiques permettent aujourd'hui d'observer, d'analyser et de décrire la façon dont le cerveau se forme, réagit et se développe. Les neurosciences mettent en lumière comment certains facteurs génétiques (patrimoine héréditaire) et épigénétiques (externes aux gènes) interfèrent dans les processus de formation des compétences psychosociales et cognitives. Ces observations démontrent **l'incidence directe du climat affectif** qui entoure l'enfant – durant la grossesse et les premières années de vie – sur le développement **des zones cérébrales déterminantes** dans la construction de l'affectivité (conscience de soi, estime de soi, confiance, communication) et la formation des compétences socio-émotionnelles qui s'y rapportent.

Les **neurosciences** confirment ainsi les hypothèses et les observations issues des **sciences humaines, sociales et médicales** auxquelles se réfèrent les spécialistes de la psychologie du jeune enfant, les professionnel·le·s de la petite enfance et du soutien à la parentalité, de la santé publique et de l'action sociale. Le **nouveau-né est un être social** pourvu de **compétences** et de ressources qui font de lui un vé-

9 Cf. Cherine Fahim, docteure en neurosciences, capsule vidéo sur www.santepsy.ch

ritable **sujet actif** de son développement et de ses apprentissages. Son bien-être est non seulement déterminé par la satisfaction de ses besoins physiologiques et affectifs mais également par les expériences qu'il vit et ressent en lui, au travers des interactions avec son environnement.

c. L'influence déterminante de l'environnement sur le développement cérébral

Dans la foulée des théories de l'évolution, **la génétique** qui s'est développée au début du XXe siècle a permis de mieux comprendre les caractères héréditaires transmis par l'ADN sans pour autant pouvoir expliquer comment des facteurs externes aux gènes induisent des mutations sans modifier leur séquence ADN. A la même époque que Piaget, d'autres chercheurs, comme Henri Wallon et Lev S. Vygotski s'intéressent aussi à l'enfant pour mieux comprendre la psychologie de l'adulte en considérant les caractéristiques biologiques propres à l'individu et son milieu social. Il s'agit dès lors de prendre en compte les déterminants socioéconomiques et culturels dans les mécanismes d'appropriation des connaissances.

L'ÉPIGÉNÉTIQUE n.f.

De façon imagée, le cerveau du jeune enfant est comme une pierre précieuse déterminée avant sa naissance, par ses gènes. L'expression de ces gènes va se développer différemment en fonction des facteurs environnementaux que l'enfant rencontrera. L'exposition commence durant la vie intra-utérine, puis au cours de la naissance et se poursuit tout au long de la petite enfance et de l'existence. Cette adaptation à l'environnement se nomme «épigénétique» et elle peut exercer une influence positive ou négative sur le développement cérébral de l'enfant.

Ce n'est que très récemment que **l'épigénétique,** une science en émergence, étudie ces phénomènes pour tenter d'identifier les mécanismes d'interactions entre les cellules et leur environnement. Ces découvertes nous aident à mieux comprendre les interférences sur la santé des facteurs non héréditaires qui, cependant, peuvent se transmettre d'une génération à l'autre durant la période de gestation puis au cours des premières années de vie.

Avec l'essor de la recherche sur l'intelligence et l'apparition de nouvelles méthodes et techniques d'observation et d'expérimentation, on découvre dans les années 80 des **compétences précoces** chez les bébés. Ces études apportent un nouvel éclairage sur la façon dont les bébés découvrent le monde et se façonnent au fil des expériences d'apprentissages.

La psychologie et l'anthropologie culturelle se rejoignent dans le concept de « **niche de développement** »[10] décrit par Super et Harkness en 1986. Il s'agit d'un cadre théorique intéressant qui permet d'englober ces trois dimensions : le **contexte matériel et social** dans lequel l'enfant évolue, **les pratiques éducatives** auxquelles il est soumis et **les représentations des adultes référents** qui lui servent de modèles et de repères familiers dans ses processus de développement.[11]

d. La plasticité cérébrale comme principe d'apprentissage et d'adaptation à l'environnement

Les neurosciences ont mis en lumière une certaine plasticité neuronale tout au long de la vie mais qui est exceptionnelle et inédite durant la période gestationnelle jusqu'aux alentours de deux ans. Cette fenêtre d'opportunité dite des « **1000 premiers jours** » est une **période particulièrement sensible** au cours de laquelle 700 nouvelles connexions synaptiques se forment chaque seconde dans le cerveau de l'enfant. Durant cette période, les neurones (cellules nerveuses) et les synapses (zones frontalières où elles s'échangent les informations) sont en perpétuel mouvement : des connexions apparaissent, disparaissent, se réarrangent de telle ou telle façon en fonction de leur utilisation fréquente ou non. A ce stade de développement, le cerveau agit différemment de celui d'un adulte, non pas comme un moteur, mais plutôt comme une éponge, à la fois élastique et malléable. (Ben Ari, 2019)

10 Cf. https://lesessais.com/la-niche-developpementale-et-le-psyhcologue/

11 Sources : Wikipedia «psychologie interculturelle du développement» : (consulté le 10.05.2022)

Le développement du cerveau connaît une période de maturation in utéro qui se poursuit après la naissance. Il construit ses fondations petit à petit, puis une fois l'édifice neuronal érigé, entre dans une phase de rodage et d'apprentissages, se transforme, se forme, s'adapte en continu. Cette dynamique dure toute la vie et le cerveau s'adapte en permanence aux sollicitations qui lui sont soumises. Cela étant, il est important de souligner qu'en raison de cette plasticité cérébrale, **nous ne sommes pas prédéterminés ni par nos gènes ni pendant les 9 mois de grossesse et qu'au moment de la naissance, le cerveau est encore immature**. Il faut près de 25 ans pour qu'il atteigne la maturité du cerveau d'un adulte. Pendant les premières années de vie, l'enfant contrôle très mal ses émotions et ses impulsions. Les comportements qui en résultent ne sont pas des caprices mais dus à l'immaturité de son cerveau.

e. L'influence du stress et de l'attachement sur le cerveau en formation

L'hormone du stress, le cortisol, est un neurotoxique néanmoins indispensable pour organiser l'adaptation du nouveau-né à la vie extra-utérine, notamment les fonctions respiratoires, musculaires, auditives et stimuler le premier cri. Cette hormone agit lentement et peut rester en quantité importante pendant plusieurs jours et semaines. Les effets du stress in utero et durant la petite enfance peuvent altérer le développement neuronal et certaines structures cérébrales particulièrement vulnérables comme l'hippocampe. Cette partie joue un rôle important dans la mémoire, l'apprentissage et la régulation des émotions.

L'ocytocine (du grec « accouchement rapide ») provoque le déclenchement des contractions. Elle est libérée par l'hypothalamus, responsable de nombreuses fonctions vitales comme la sensation de faim, la régulation des émotions et joue un rôle crucial dans la lactation. Cette hormone est aussi un puissant antalgique.

Par la sécrétion successive de plusieurs molécules (dopamine, endorphines, sérotonine), l'ocytocine active les circuits cérébraux du système motivation – récompense (plaisir), procure du bien-être et participe à la stabilisation de l'humeur. Par ailleurs, les neurobiologistes ont constaté que l'ocytocine, qu'ils ont rebaptisée « hormone de l'amour, exerce une influence étonnante sur la fibre maternelle, paternelle et parentale, autrement dit, sur la relation parent-enfant. Elle cumule donc de multiples vertus : elle rapproche les êtres, favorise l'empathie, renforce le lien parental réduit l'anxiété et l'appréhension sociale (Gueguen, 2014 pp. 215-228).

SOURCES ET RÉFÉRENCES

Ben-Ari Y. (2019), Les 1000 premiers jours. Comment se construit le cerveau, l'importance du lien mère-enfant, l'hormone d'attachement…, Ed. humenSciences / Humensis, Paris. 214 p.

Chapelle G. (2001), Dossier L'enfant : de la psychologie à léducation. Psychologie de lenfant : 150 ans dhistoire. Mensuel n°120 octobre 2011, éd. Sciences humaines, www.scienceshumaines.com

Fahim C., « Promouvoir la santé psychique des 0-4 ans : l'apport des neurosciences », capsule vidéo #3 sur www.santepsy.ch/colloque (mai 2021)

Cyrulnik B., « Ce qui intéresse l'enfant », dossier petite enfance (capsule vidéo) sur www.unicef.fr/dossier/petite-enfance (consulté le 10.05.2022)

Gueguen, C. (2014), Pour une enfance heureuse : Repenser l'éducation à la lumière des dernières découvertes sur le cerveau, éd. Robert Laffont, Paris 367p.

Gueguen C., Et si on changeait de regard sur l'enfant ?, TED, 2015

Planète santé « Les 1000 premiers jours de l'enfant une période cruciale pour la vie » sur www.planetesante.ch

Siegel J., Payne Bryson T. (2015), Le cerveau de votre enfant. Que se passe-t-il dans la tête de votre enfant ?, éd. Arènes / Marabout, 309p.

Ministère des solidarités et de la santé, Les 1000 premiers jours, là où tout commence. Rapport de la Commission des 1000 premiers jours, septembre 2020, sur https://solidarites-sante.gouv.fr/affaires-sociales/familles-enfance/1000jours/les-1000-premiers-jours-qu-est-ce-que-c-est/

Wikipedia « Psychologie interculturelle du développement » (consulté le 10.05.2022)

Encyclopédie sur le développement du jeune enfant, « Culture et politique au cours du développement des jeunes enfants, sur www.enfant-encyclopedie.com (consulté le 10.05.2022)

Concept de « niche de développement » et accompagnement du développement des 0-4 ans : cf. https://lesessais.com/la-niche-developpementale-et-le-psychologue/ (consulté le 10.05.2022)

Que savons-nous aujourd'hui de la psychologie du développement du jeune enfant ?

D. les processus de développement de la santé mentale entre 0 et 4 ans

a. Le développement entre 0 et 4 ans

Jamais par la suite, l'être humain va apprendre dans un délai aussi bref autant de choses qu'au cours de ses premiers mois de vie. Cette phase prévoit des étapes que Piaget a décrit par le concept de « stade de développement ». Les stades successifs permettent de constater que le développement n'est pas linéaire mais chacun est indispensable pour préparer le suivant. Au début de chaque stade on observe une croissance rapide d'acquisitions et vers la fin, une réorganisation des acquis qui se manifeste par des formes de régression ou des crises dont la durée peut varier.

Avant la naissance : Durant les 9 mois de gestation, le développement cérébral passe par une succession d'étapes de croissance. A partir de la fin du deuxième trimestre se mettent en place des autoroutes de l'information et vers le 5e mois de grossesse, le fœtus commence à reconnaître la mélodie de la langue maternelle et à la différencier des autres langes.

A la naissance : l'enfant vient au monde avec un système de réflexes héréditaires. Après la naissance, l'enfant va désapprendre ce montage de réponses programmées pour laisser la place aux mouvements qui commencent à établir un contact avec l'environnement (schèmes d'action). Du point de vue neurologique, le processus de myélinisation a pour effet, progressivement, de freiner, voire contrôler, les impulsions nerveuses.

Lorsque la mère ou le père parle à son bébé, le soigne, le caresse ou le porte, des milliers de connexions neuronales se créent. A mesure que ces interactions se répètent, il construit ses propres représentations du monde et acquiert des capacités motrices, mais aussi une **mémoire** émotionnelle et perceptive.

Dès 3 – 4 mois : les neurones – miroirs commencent à se former. Elles sont la base de l'apprentissage par imitation. Les premiers sourires annoncent que les neurones miroirs commencent à fonctionner. Ce sont **les prémices** de ce que l'on va retrouver plus tard **vers 4 ans,** que l'on appelle **la théorie de l'esprit**.

Aux alentours des 18 mois la fonction symbolique projette l'enfant dans la dimension de la représentation mentale. Le jeu symbolique « faire comme si… » permet de comprendre un nombre infini de situations qui concernent la vie de l'adulte. A travers le jeu, l'enfant recrée et varie des situations, aussi douloureuses, comme les formes de détachement, par exemple.

Dès 2 ans – 2 ans et demi : l'acquisition du langage constitue une étape fondatrice du développement cérébral. Elle coïncide plus ou moins au millième jour depuis la conception et recouvre, sous le concept des « 1000 premiers jours », la période durant laquelle « l'enfant construit des fondations qui vont impacter le fonctionnement de son cerveau durant le reste de sa vie » (Ben-Ari, 2019).

b. Les processus de développement sensorimoteurs et cognitifs selon Piaget

« L'enfant explique l'homme autant, et souvent plus, que l'homme n'explique l'enfant »

JEAN PIAGET

Biologiste de formation, Jean **Piaget** est **le premier qui considère le bébé** et le jeune enfant **comme un sujet actif** de son développement et de ses apprentissages, doté de capacités d'adaptation, d'assimilation et d'équilibration à son environnement. Selon lui, l'intelligence est le résultat d'un processus d'apprentissage permanent. L'**équilibration** est la force motrice qui fait avancer la structuration de la connaissance. Selon Piaget, il y a différentes formes de pensée. L'action et les gestes sont une forme d'expression de l'état personnel.

Dans cette approche dite « constructiviste » et « interactionniste », entre zéro et deux ans, l'enfant structure les **expériences sensorimotrices**. Lorsqu'il est confronté à une nouvelle situation et qu'il ne peut pas l'assimiler à un schème d'action, s'engage un processus réflexif. Cette forme de réflexion par essais et erreurs permet d'approcher une solution. La réflexion est la principale forme de restructuration et d'intériorisation de la pensée.

Autrement dit, les tout-petits et jeunes enfants apprennent les choses en se construisant leurs propres connaissances et compréhension du monde à partir de leurs expériences. Piaget décrit les caractéristiques de ces processus de développement cognitifs et de transformations de l'organisation psychologique par la notion de stades successifs et différenciés.

c. Les stades du développement cognitif (apprentissages) entre 0 et 4 ans

Pour Piaget le jeune enfant passe entre 0 et 4 ans par deux stades de développement :

Le stade perceptivo-moteur : 0 - 1 an ½

Dans cette phase, l'enfant comprend qu'un objet existe toujours même s'il ne peut pas le voir ou s'il est caché (jeu du « coucou je suis là – je ne suis plus là »). Cela signifie qu'il est en mesure d'évoquer la présence d'un objet et d'une situation par un autre objet (symbole) qui le représente.

Le stade préopérationnel : 2 à 7 ans

Durant cette phase d'apprentissage, l'enfant commence à attacher un sens aux objets avec le langage et donc à développer sa pensée symbolique. Pendant ce stade il apprend à mener une réflexion au niveau mental par les formes de réversibilité de la pensée. La réversibilité permet de concevoir l'existence d'un autre point de vue et de quitter les formes d'égocentrisme.

d. Les processus de développement psychosocial ou socio-émotionnel selon Erikson

« Notre chemin à travers la vie consiste en huit âges ou cycles »

ERIK ERIKSON

Le psychanalyste américain Erik Erikson a élaboré une théorie sur le développement de la personnalité et de la conscience de soi en considérant qu'elles se façonnent en traversant les circonstances de l'existence. Ce sont elles qui poussent l'humain à évoluer, à changer, à grandir en acquérant de nouvelles connaissances et expériences tout au long de la vie. Tout cela dépendra, en grande mesure, du contexte et de l'influence culturelle, notamment quant à la façon dont les situations de crise sont perçues par le milieu dans lequel on évolue.

Pour Erikson, la traversée par cette expérience qu'est la vie se compose de huit âges dont trois durant la petite enfance. Chacun de ces cycles se caractérisent par un conflit spécifique et nécessaire au développement.

e. Les cycles de développement de la personnalité entre 0 et 4 ans

1. Confiance versus Méfiance fondamentale : 0 à 1 an → « Je suis ce qu'on me donne » :

Le nouveau-né établit une relation de dépendance surtout avec sa figure d'attachement en qui il trouve pleine satisfaction de ses besoins. Au fur et à mesure que ses sens évoluent, le bébé reconnaît son entourage familial. S'il reçoit l'affection chaleureuse, régulière et constante et que tous ses besoins primaires sont satisfaits, le bébé développe sa confiance. Son premier succès sera de surmonter l'angoisse de l'abandon au moment de l'absence de sa personne de référence. Par contre, si les figures maternantes ne satisfont pas pleinement à ses besoins primaires, l'enfant se repliera dans la méfiance.

2. Autonomie versus Honte et Doute. 1 à 3 ans → « Je suis ce que je peux vouloir librement » :

Pendant cette étape, l'enfant acquiert peu à peu le contrôle de diverses fonctions physiologiques (élimination – locomotion). Les adultes référents continuent d'assurer une présence vigilante et bienveillante comme base de sécurité. Grâce à leur patience et leurs encouragements, l'enfant va se renforcer dans son autonomie, oser se lancer et commencer à se déplacer tout seul pour explorer son environnement proche. En revanche, si l'entourage se montre trop exigeant (attentes trop élevées), restrictif (trop d'interdits) ou dissuasif (dénigrements, moqueries), l'enfant doutera de ses capacités à affronter la difficulté et développera un sentiment de honte de lui-même.

Durant cette étape de développement, le tout-petit tape ou pleure pour se faire comprendre et obtenir ce qu'il veut. La honte dans l'enfance s'exprime dans le besoin de ne pas être vu, de cacher son visage, quelque chose qui a pour conséquence les crises de colères et les pleurs ou d'autres manifestations de débordement émotionnel. Le contrôle extérieur doit être ferme et tranquillisant pour que l'autonomie apparaisse.

3. Initiative versus Culpabilité : 3 à 6 ans → « Je suis ce que je peux apprendre à faire marcher »

L'enfant apprend à comprendre le monde qui l'entoure, à assouvir sa curiosité, la maîtrise de la langue, les principes de base de la physique (les objets tombent du haut vers le bas, les boules roulent, etc.). Il a besoin d'identifier et de projeter son rôle dans le monde en prenant des initiatives. Au travers des jeux, il découvre les rôles les plus significatifs pour lui et il les représente. Si l'enfant est encouragé à prendre des initiatives et accompagné dans ce sens, il deviendra de plus en plus capable d'accomplir des tâches dans un but précis et donc de pouvoir établir des choix sur des activités à poursuivre. La rivalité et la jalousie peuvent aussi apparaître à cette étape. L'enfant veut être traité comme quelqu'un d'unique et s'il ne reçoit pas une attention relativement privilégiée de la part de son adulte référent, il développe de la culpabilité et de l'anxiété.

SOURCES ET RESSOURCES

Les 8 âges de l'homme selon Erick Erikson sur www.nospensees.fr/les-huit-ages-de-lhomme-selon-erik-erikson/

Les étapes du développement selon Piaget : que sont-ils et comment sont-ils utilisés ? www.genialsante.com

NAÎTRE ET GRANDIR, L'évolution du jeu de 1 à 3 ans et L'évolution du jeu de 3 à 5 ans sur www.naitreetgrandir.com/fr

www.santepsy.ch, capsule vidéo #3 (mai 2021) : l'apport des neurosciences (Cherine Fahim)

www.unicef.fr/dossier/petite enfance, capsule vidéo « Ce qui intéresse l'enfant » (Boris Cyulnik)

www.enfants-4.ch/start

Stauffer et Zecca « Diversité des enfants : du tempérament aux appartenances » in Eloge de la diversité. Brochure thématique Cadre d'orientation 2017, pp.21

PARTIE 2

Pistes d'intervention pour la pratique professionnelle : concepts et outils

Comprendre et se former

> « Au-delà de ce que je suis par l'hérédité et de ce qu'on a fait de moi par le milieu et l'éducation, il y a ce que je fais avec ce que je suis et qu'on a fait de moi »
>
> **JEAN-PAUL SARTRE**

Cette partie consacrée aux pratiques professionnelles met en perspective les liens entre les considérations théoriques et les aspects à prendre en considération dans les pratiques visant à promouvoir les meilleures chances pour chaque enfant de se développer et de s'épanouir dans toutes ses potentialités.

Tout ce que l'on entend par « éducation et accueil des jeunes enfants » (EAJE) – également souvent appelé encouragement précoce – englobe ce qui facilite ce démarrage de l'apprentissage tout au long de la vie. Cela va des soins de santé durant la grossesse aux mesures de formation et de conseil destinées aux parents, en passant par les prestations des groupes de jeu et les crèches. Toutes ces offres ne visent pas à remplacer les familles, mais à les soutenir pour favoriser une croissance équilibrée des enfants.

Les objectifs d'intervention de la promotion de la santé des 0-4 ans dans les champs d'activité de la petite enfance sont au cœur même de la pratique quotidienne dans toutes ses facettes. Il s'agit ici surtout de rendre visible, intelligible et compréhensible les enjeux, les défis, les opportunités que représentent ces nouvelles connaissances scientifiques pour les personnes actives dans les prestations petite enfance : autour de la naissance, de la parentalité, de l'accueil et de l'éducation du jeune enfant.

L'apport des neurosciences démontre la réceptivité et l'adaptabilité cérébrale du jeune enfant aux stimulations sensorielles de l'environnement, sa « niche de sensorialité ». Ces découvertes sont d'autant plus réjouissantes qu'elles démontrent les bienfaits et les effets durables pour l'enfant, d'une éducation de qualité, inclusive, positive, cohérente et bienveillante. Une telle éducation s'oriente aux besoins fondamentaux de chaque enfant, un être unique à part entière avec ses caractéristiques distinctives dont la viabilité dépend de sa capacité d'adaptation à son « biotope » qui le porte, le nourrit, le protège.

Le nouveau-né est un sujet actif et apprenant qui a toutes les potentialités nécessaires lui permettant de s'adapter rapidement à son environnement, biologique, affectif, culturel. Ce que nous savons aujourd'hui, nous invite à méditer sur les changements que nous devons opérer pour pouvoir les ancrer dans les faits, les postures, les actes, les conditions nécessaires qui renforcent et soutiennent l'enfant dans sa santé mentale et l'accompagnent au mieux dans son parcours.

Les professionnel·le·s de la petite enfance qui travaillent dans l'entourage des 0-4 ans et de leurs parents ont ainsi l'opportunité d'examiner ce qui facilite et améliore les relations sociales, leur semble cohérent, bénéfique et pertinent pour agir dans le sens d'une amélioration permanente des pratiques éducatives. Quelles sont celles qui ont du sens pour l'enfant et quelles sont celles qui le restreignent en l'obligeant à mobiliser ses ressources pour bénéficier de l'attention, de l'affection et des activités dont il a vraiment besoin ?

1 Commission suisse pour l'UNESCO https://www.unesco.ch/fr/education/education-de-la-petite-enfance

Quels sont les principes d'action pour renforcer la santé mentale dans la petite enfance ?

A. Comprendre les besoins psychosociaux de l'enfant pour agir à bon escient

a. Principes, lignes directrices et actions pédagogiques dans la pratique avec des 0-4 ans

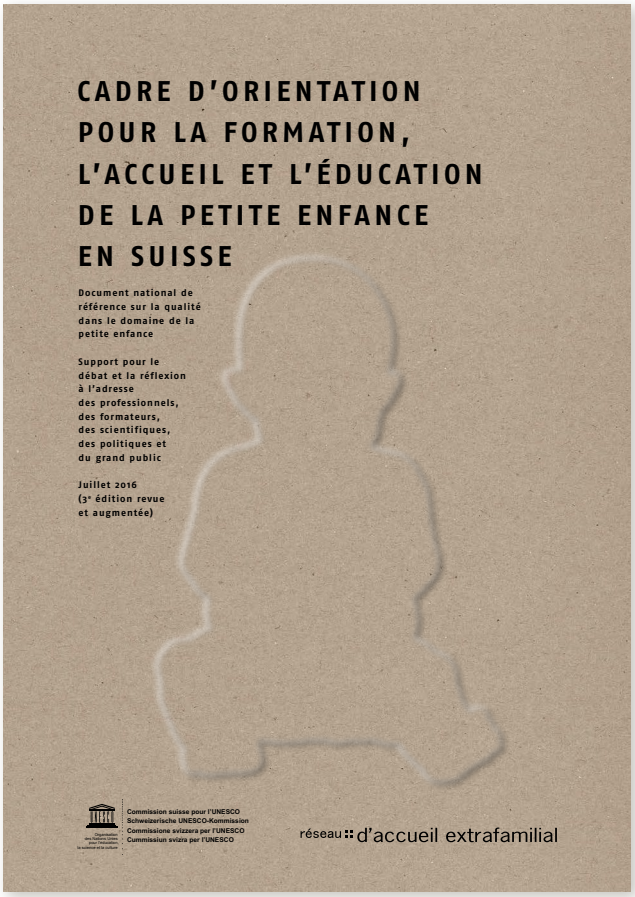
Le *Cadre d'Orientation* **pour la formation, l'accueil et l'éducation dans la petite enfance en Suisse** est le premier document qui présente succinctement les **principes** fondamentaux, les **lignes directrices** et les **actions pédagogiques** pour accompagner les tout-petits dans leur parcours de vie dès la naissance. Cet ouvrage de référence, réalisé par l'Institut Marie Meierhofer pour l'enfant sur mandat de la Commission suisse pour l'Unesco et le Réseau suisse d'accueil extrafamilial, a posé le jalon initial d'une prise de conscience et d'une meilleure compréhension des **corrélations** indissociables entre la promotion de la santé et l'éducation dans les premières années de vie.

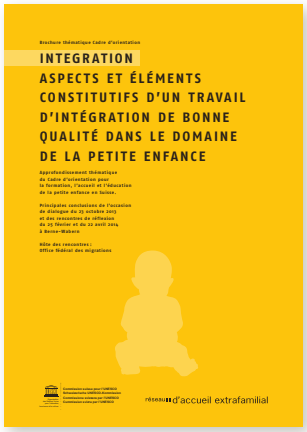
Le *Cadre d'orientation* est un outil destiné à guider les **réflexions,** les actions pédagogiques et à favoriser le **dialogue,** la **concertation** entre les personnes impliquées auprès des petits. Durant la phase d'expérimentation et de diffusion du document entre 2012 et 2019, de nombreuses rencontres, aux niveaux national et régional, ont été l'occasion d'approfondir des thématiques spécifiques avec des personnes représentatives des instances spécialisées sur ces sujets en collaboration avec les professionnel·le·s de la petite enfance (santé, accueil, éducation, éveil culturel et esthétique, soutien à la parentalité, action sociale, intégration, etc.). Ces occasions de dialogue ont donné lieu à la publication des **brochures thématiques** qui complètent le Cadre d'orientation. Elles mettent ainsi en évidence les corrélations entre la promotion de la santé mentale de la petite enfance et tous ces aspects qui y contribuent.

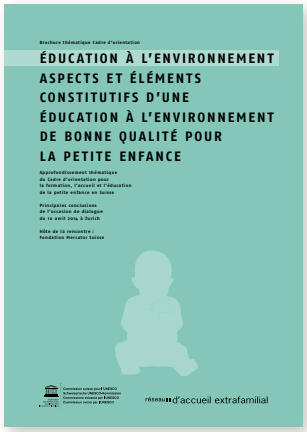
> « Les enfants explorent le monde qui les entoure. Mus par leur curiosité naturelle. Soutenus par notre accompagnement bienveillant »
>
> **CORINA WUSTMANN SEILER ET HEIDI SIMONI[3]**

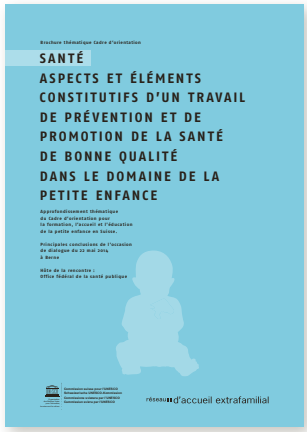
[2] www.cadredorientation.ch

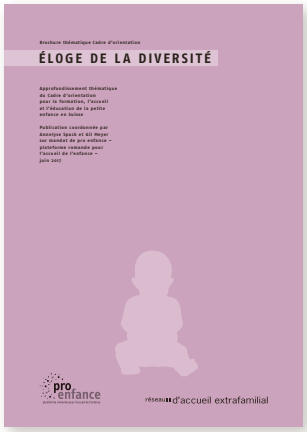
[3] Commission suisse pour l'Unesco, Réseau d'accueil extrafamilial, Cadre d'orientation pour la formation, l'accueil et l'éducation de la petite enfance en Suisse, 3ème éd. revue et augmentée, 2016, p.6

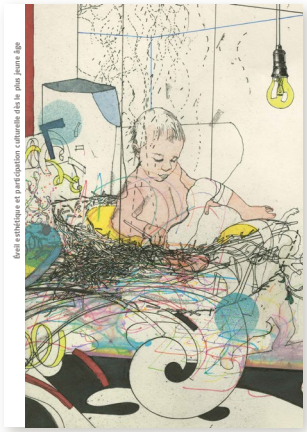












Source: www.cadredorientation.ch

b. Questionner la cohérence des concepts (représentations) et des pratiques (activités)

> «Toute vision du monde est un aveu autobiographique. Dites-moi comment vous voyez le monde et je vous dirai comment votre existence a construit votre appareil à voir le monde»
>
> **BORIS CYRULNIK**[4]

- La cohérence entre la vision et la réalité du bien-être, autrement dit, entre les principes, les lignes directrices et les actions pédagogiques sur le terrain et dans la vie de tous les jours, est un facteur déterminant de la santé mentale. Il s'agit donc de questionner les activités avec et autour de l'enfant afin de veiller à ce que toutes les conditions nécessaires soient effectivement réunies pour permettre à chaque enfant de se développer au mieux sur tous les plans. Elle est fondamentale dans l'environnement éducatif des 0-4 ans.
- La posture professionnelle représente le statut (position), la mission (fonction, rôle, tâches), l'expertise métier (techniques, théoriques et pratiques) et les référentiels (vision, valeurs, concepts) qu'une personne incarne dans sa façon d'être, de communiquer et d'agir sur le terrain, dans un contexte particulier, avec les personnes qui composent le microcosme du jeune enfant. La posture des professionnel·le·s de la petite enfance est un facteur déterminant dans les processus de prise de conscience des enjeux et donc des pratiques qui renforcent la santé mentale, dès le début de la vie.
- Les pratiques englobent l'ensemble des activités humaines qui façonnent l'environnement et conditionnent le développement de la santé mentale. Elles reposent sur des valeurs, des expériences, des modèles plus ou moins conscients qui sont autant de représentations enracinées durant l'enfance.
- Les connaissances scientifiques actuelles apportent des informations factuelles sur les processus de développement du cerveau humain durant la gestation et la petite enfance. Ces découvertes mettent en lumière l'impact de l'écosystème sur le fœtus en formation et ses capacités naturelles d'adaptation, nécessaires à sa survie dans cet environnement.
- Le rôle des professionnel·le·s de la petite enfance consiste à prendre en compte ces informations en réfléchissant aux enseignements qu'il convient d'en tirer par rapport à leurs pratiques et façons de fonctionner dans l'écosystème du jeune enfant.
- La réflexion sur les représentations sous-jacentes aux pratiques, aux postures, aux points de vue sur la réalité, permet de mieux comprendre comment chacune et chacun la perçoit à partir de ses propres expériences personnelles et références d'une part et de l'autre, d'en prendre conscience et d'ajuster la vision à la réalité.
- Le développement des compétences psychosociales (CPS) est un enjeu central du développement humain, tout au long de l'existence. Il est au cœur de l'action, dans le concret, le vécu, l'expérience, la pratique sous ses multiples facettes au gré des circonstances. L'acquisition et le déploiement des CPS est un processus permanent d'apprentissages, d'adaptations, d'équilibrages, d'évolutions, d'actions individuelles et communautaires dans la quête du bien-être et de la cohésion sociale. Cependant, la notion de compétences « utiles » se réfère aussi à un ensemble de représentations subjectives et culturelles qui peuvent évoluer suivant les contextes, les circonstances, les nécessités, les expériences, les individus, le moment.
- La concertation, la collaboration, les synergies autour du jeune enfant impliquent au préalable de s'entendre et de se comprendre sur le sens des concepts et des actions. Il s'agit d'un processus itératif, dans le but de générer un consensus sur le fait même de se réunir et d'œuvrer ensemble de façon coordonnée et conséquente dans la même direction en respectant les besoins, ressources et limites individuelles.

c. Les besoins fondamentaux des 0-4 ans comme ligne de conduite et principe d'action

La promotion de la santé mentale dans la petite enfance met l'accent sur les facteurs de bien-être, dans l'environnement immédiat de l'enfant, qui le soutiennent, le renforcent dans ses ressources et l'encouragent dans ses processus d'acquisition des compétences socio-émotionnelles, sensorimotrices, cognitives. La qualité de l'environnement affectif est non seulement indispensable pour le bien-être de l'enfant, mais aussi une condition fondamentale pour permettre au cerveau de se développer dans toutes ses facultés. Celles-ci se forment et se développent déjà au cours de la vie intra-utérine.

Sur la base des connaissances dont nous disposons aujourd'hui, pour pouvoir se développer et s'épanouir au mieux, chaque enfant a fondamentalement besoin autour de lui et dans son quotidien[5] :

- **d'amour et de relations fiables et bienveillantes à son égard ;**
- **de sécurité et de protection de son intégrité physique et psychique ;**
- **d'un environnement adéquat, sécurisé, sain et stimulant ;**

4 Cirulnik B. (2022), p.30

- **d'activités sollicitant le développement en respectant son rythme et ses intérêts ;**
- **de structures, de repères, de cadres contenants et de limites qui ont du sens ;**
- **d'aide pour comprendre le monde et ce qui se passe pour et autour de lui ;**
- **d'être intégré, inclus et accepté dans une communauté stable et stimulante ;**
- **d'avoir un avenir sûr et d'être accompagné dans ses expériences et transitions.**

L'approche du développement de la santé mentale du jeune enfant implique donc aussi un questionnement sur les représentations culturelles sous-jacentes aux pratiques en matière de soin, d'accueil, d'éducation, d'action sociale communautaire. Les conceptions éducatives et les pratiques qui en découlent varient d'un individu à l'autre, évoluent dans le temps et suivant les circonstances, le contexte socioculturel, économique, géographique et politique. Le fait de s'intéresser à la santé mentale du jeune enfant met l'accent sur les besoins psychosociaux des enfants en bas âge.

Questionner les représentations éducatives permet d'expliciter les besoins fondamentaux de l'être humain qui demandent à être satisfaits pour poser les bases d'une bonne santé mentale tout au long de la vie.

Qu'est-ce qui permet le développement de l'enfant ?

De quoi a-t-il besoin pour grandir ?

Quelles sont les pratiques qui le soutiennent et le renforcent dans santé mentale ?

Comment poser dès le départ, des bases solides de la confiance, de l'estime de soi, de l'empathie et de sa participation ?

Source : www.minds-ge.ch

5 Cf. Cadre d'orientaion p. 36

d. Connaître et comprendre les besoins psychosociaux du jeune enfant

L'approche par les compétences psychosociales permet d'examiner la notion des besoins sous ses diverses facettes et ainsi de prendre en considération l'enfant en tant que sujet acteur et compétent, dans sa niche de développement. Il en va de même pour tous les adultes – eux aussi ont été des tout-petits – qui ont bénéficié d'une éducation, de modèles, de valeurs qui sont autant de représentations sur l'enfant, son développement, ce qu'il est ou devrait être…

Les contextes d'activité, les missions, les conditions de travail, les pratiques, les situations sont multiples. La diversité est une des nombreuses composantes qui façonnent la réalité du terrain, le décor, la mission, le positionnement, le rôle et les tâches qui en découlent pour les personnes actives dans les champs de la petite enfance.

Les connaissances scientifiques et empiriques mettent en évidence les besoins vitaux (physiologiques, psychoaffectifs, cognitifs, spirituels) essentiels et universels de l'être humain. Toutefois, chaque individu est unique avec ses propres caractéristiques et donc des besoins spécifiques. Ceux-ci évoluent en fonction d'un ensemble de paramètres subjectifs (inhérents à l'individu) et objectifs (circonstances externes à l'individu).

La capacité d'identifier et de répondre de façon circonstanciée, pertinente et efficace aux besoins psychosociaux de chaque enfant s'inscrit dans une démarche réflexive sur la pratique (identité, finalité, mission, valeurs, activité, contexte, parties prenantes, etc.). Elle induit tout naturellement un processus de questionnement et de développement personnel et collectif dans le sens de la cohérence entre les représentations et les faits.

Le « modèle des douze besoins psychoaffectifs » [6] développé par Huguette Desmet et Jean-Pierre Pourtois sert de support de réflexion pour questionner les multiples facettes de l'identité du sujet (qui suis-je ?) et de sa quête (raison d'être, but) autour de 4 axes : les besoins d'affiliation (affectifs), d'accomplissement de soi (sens – cognitif), d'autonomie (pouvoir – social), de valeurs (références – idéologie). Ce modèle permet d'examiner au cas par cas pour chaque sujet (soi-même aussi) ses besoins spécifiques qui demandent à être satisfaits.

Reconnaître le besoin à satisfaire : implicite ou manifeste ?

« Les besoins des enfants ne sont pas forcément observables en tant que tels. Parfois, un enfant peut rendre manifeste ses « besoins » à travers ses intentions, comme lorsqu'il demande à manger quand il a faim. Cependant, un enfant peut également montrer des intentions qui s'opposent à ses besoins fondamentaux. Ceci est par exemple le cas lorsqu'un enfant réclame un jeu, et encore un autre, et continue à se montrer irrité, lorsqu'il a besoin de dormir. Pour les adultes, il s'agit alors de « voir » au-delà des conduites manifestes et de définir les besoins d'un enfant en son nom. » [7]

6 Desmet H., Pourtois J.-P. (2012) Le modèle des 12 besoins psychosociaux, pp. 67-77 in L'éducation postmoderne, Coll. Pédagogie théorique et critiques, PUF, 326 p.

7 Zogmal M. (2017) in Eloge de la diversité, p. 10

e. Répondre de façon appropriée et cohérente aux besoins de chaque enfant

> «La diversité est un risque… mais surtout une chance»
>
> **THOMAS JAUN**[8]

La réalité du terrain est plurielle, hétéroclite, mouvementée, complexe, morcelée. Elle reflète la diversité des enfants, des familles, des besoins, des missions, des contextes, des compétences, des référentiels, etc. La diversité se manifeste sous toutes ses formes sur tous les plans, aussi dans les professions de la petite enfance. La brochure thématique « Eloge de la diversité »[9] approfondit le Cadre d'orientation en apportant un éclairage à partir des réalités avec lesquelles les milieux de l'accueil et de l'éducation doivent composer, s'adapter pour résoudre des équations complexes. Ce sont autant de points de vue individuels qui interfèrent les uns avec les autres avec des compréhensions parfois congruentes et similaires, mais parfois divergentes d'une même situation, d'un même besoin ou d'un même événement.

Au-delà des aspects matériels, logistiques, organisationnels ou concrets, toutes les pratiques visent le même but : le meilleur développement possible de **l'enfant.** « Dans la réalité cependant, force est de constater que « la perspective des enfants est généralement reléguée au second plan, ce qui fait obstacle à un travail de **qualité** »[10].

Si l'on connaît de mieux en mieux les déterminants de la santé mentale, notamment les facteurs objectifs (cadre de vie, alimentation, soins corporels, etc.) qui l'influencent dans la toute prime enfance, les notions de « besoins » et de « bien-être » dépendent aussi des perceptions et représentations que chaque adulte s'en fait à partir de sa propre expérience personnelle et compréhension de la réalité.

Il s'agit par conséquent de **conscientiser** la fonction des représentations, valeurs, croyances et de les reconnaître pour ce qu'elles sont : une lecture de la réalité qui incite à réfléchir au sens qu'on lui donne, les mots utilisés pour la désigner, en vérifiant avec l'enfant ce qu'il perçoit lui, de cette réalité. Quand ces informations ont du sens pour l'enfant là où il est, les effets sont manifestes : il ressent des émotions positives, se sent apaisé, stimulé et confiant. A l'inverse, les incohérences entre les intentions, les propos, les actes génèrent des perturbations qui vont l'obliger à mobiliser ses ressources pour s'adapter et se conformer aux représentations des adultes dont il dépend pour satisfaire ses besoins vitaux.

Objectif visé et subjectivité : Les représentations et perceptions de la réalité

La subjectivité est omniprésente même dans la façon dont les professionnel·le·s s'identifient à leurs fonctions, conçoivent leur rôle, accomplissent leurs tâches, communiquent et interagissent avec l'environnement et les personnes qui le composent. Toute observation n'est toujours qu'un point de vue partiel et subjectif de la réalité. Par conséquent, il est important de toujours veiller à clarifier et préciser les objectifs visés par rapport à l'enfant selon l'adage : faire ce qu'on dit et dire ce qu'on fait.

SOURCES ET RÉFÉRENCES POUR ALLER PLUS LOIN

Cyrulnik B. (2022), Le laboureur et les mangeurs de vent. Liberté intérieure et confortable servitude, éd. Odile Jacob, 259p.

Ferland Francine (2018), Le développement de l'enfant au quotidien de 0 à 6 ans, 2e édition, Coll. Parlons Parents, Ed. CHU Sainte-Justine, Le Centre hospitalier mère-enfant, Montréal

Garnier P.(dir.), Ulmann A.-L. (2020), Travailler avec les jeunes enfants. Enquêtes sur les pratiques professionnelles d'accueil et d'éducation (petite enfance et éducation), Ed. PIE – Pierre Lang, 208 p.

Desmet H., Pourtois J.-P. (2012), L'éducation postmoderne (Le modèle des 12 besoins psychosociaux, pp. 67-77), Coll. Pédagogie théorique et critiques, PUF, 326 p.

Commission suisse pour l'UNESCO – Plateforme suisse Education 2030 (éducation petite enfance, éducation à la citoyenneté mondiale) https://www.unesco.ch/fr/category/education/education-a-la-citoyennete-mondiale/

Cadre d'orientation pour la formation, l'accueil et l'éducation de la petite enfance en Suisse et brochures thématiques www.cadredorientation.ch

8 pro enfance et réseau d'accueil extrafamilial (Juin 2017), Brochure thématique Cadre d'orientation «Eloge de la diversité»

9 pro enfance et réseau d'accueil extrafamilial (Juin 2017), Brochure thématique Cadre d'orientation «Eloge de la diversité»

10 Op cit. p.44

RESSOURCES – OUTILS – FORMATIONS CONTINUES POUR LES PROFESSIONNEL·LE·S DE LA PETITE ENFANCE

Projet de promotion de la santé psychique des 0-4 ans www.santepsy.ch

Plateforme CREDE-PEP https://pep-vd.ch/presentation-de-pep/plateforme-pep-crede/

Association Emmi Pickler Lòczy Suisse https://www.pikler.ch/fr

Plateforme Romande pour l'enfance proenfance www.proenfance.ch

Fondation Graines de Paix (GE) https://www.grainesdepaix.org/fr/ressources

Association Education Familiale (FR) https://www.educationfamiliale.ch/fr/ressources

Association Rendez-vous des parents https://www.rdv-des-parents.ch/

Fédération des associations d'hommes et de pères Männer.ch – programme MenCare https://www.maenner.ch/fr/formations-mencare-suisse/#

Kibesuisse, Fédération suisse pour l'accueil de jour des enfants

https://www.kibesuisse.ch/fr/federation/federation/regions/region-romande/cours-de-formation-et-formation-continue-suisse-romande/

https://www.kibesuisse.ch/fr/prestations/publications-et-etudes/

Centre interfacultaire en droits de l'enfant – Université de Genève, Cellule Inter- et Transdisciplinarité https://www.unige.ch/cide/fr/inter-et-trans-disciplinarite/cellule-inter-et-transdisciplinarite/

Ecoles supérieures en éducation de l'enfance, hautes écoles spécialisées et instituts universitaires en sciences de l'éducation, santé, social.

Revue [Petite] enfance : revue professionnelle spécialisée pour « penser sa pratique et pratiquer ses idées » http://www.revuepetiteenfance.ch/

Les Aveugles et l'Éléphant

Les Aveugles et l'Éléphant est une fable d'origine indienne.

Elle raconte que six aveugles eurent à décrire un éléphant en le touchant en différentes parties de son corps, et en en déduisant donc des représentations différentes. Lorsqu'ils confrontèrent ensuite leurs idées, ils rentrèrent en désaccord, doutèrent même de la sincérité de leurs interlocuteurs et, dans certaines versions, en vinrent aux coups.

La morale de la parabole est que chaque humain a tendance à revendiquer une vérité absolue fondée sur son expérience subjective limitée, car il ignore les expériences subjectives limitées des autres, qui peuvent être également véridiques.

Source: wikipedia (consulté le 02.05.2022)

Version racontée

https://www.youtube.com/watch?v=3rV9FGmlk2A

Version texte

cf. Fondation Graines de Paix – Transformer l'éducation pour une société en paix, Genève

Quelles sont les approches éducatives qui renforcent les bases d'une bonne santé mentale ?

B. Connaître et comprendre les facteurs clés d'acquisition des compétences psychosociales (CPS)

a. Connaître les compétences psychosociales qui se façonnent dans la petite enfance

Les compétences psychosociales (CPS) sont essentielles au bon développement de la santé mentale. Elles se tissent, se façonnent et se consolident dans la toute prime enfance au travers des **relations parents-enfants** (attachement – autonomie), des **interactions sociales** (socialisation – éducation). Ces compétences jouent un rôle déterminant sur la santé mentale puisqu'elles participent de la réalisation de soi (créativité, estime de soi, confiance, auto-efficacité), de l'efficacité parentale (éducation – socialisation familiale précoce) et de la résilience pour surmonter les situations de vulnérabilité.

> « Nous ne pouvons pas résoudre les problèmes en utilisant les mêmes types de pensées que celles que nous avons utilisées pour les créer »
>
> **ALBERT EINSTEIN**

Les enfants voient aujourd'hui le jour et grandissent dans un environnement mouvant fait d'incertitudes, de tâtonnements sous haute tension qui exerce une pression forte et quasi continue sur la santé mentale de la population, tous âges confondus. Les familles, les parents, les professionnel·le·s qui travaillent dans les prestations de soins (care) aux personnes sont particulièrement sollicitées dans leurs ressources et leurs capacités au quotidien. Aussi, pour la pratique professionnelle sur le terrain, dans les contextes de vie de la population enfantine des 0-4 ans, l'approche par **les compétences psychosociales** sert de **concept de référence** autour duquel s'articulent les activités de promotion de la santé, d'éducation, d'action sociale et communautaire. Dans le contexte de la petite enfance, elle s'avère particulièrement judicieuse pour appréhender les pratiques socioéducatives et favoriser la réflexion, la communication, la créativité, la circulation des savoirs, la formation continue professionnelle et parentale, dans l'entourage des 0-4 ans. Il convient donc d'apporter une **attention particulière à tous les aspects** qui favorisent la **confiance** en nos capacités individuelles et collectives.

De quelle éducation avons-nous besoin aujourd'hui, dans un monde globalisé, digitalisé qui bouscule et transforme en profondeur tous les repères sociaux, culturels, économiques, notre rapport au temps, à l'espace, aux ressources ? **Quelles sont les compétences à renforcer,** à développer, à valoriser pour offrir les meilleures chances à chaque enfant de grandir, de s'épanouir dans toutes ses potentialités et de pouvoir à son tour agir sur le monde qui agit sur lui ?

LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES n.f.

Les compétences psychosociales sont la capacité d'une personne à répondre avec efficacité aux exigences et épreuves de la vie quotidienne. C'est l'aptitude d'une personne à maintenir un état de bien-être mental, en adaptant un comportement approprié et positif, à l'occasion des relations entretenues avec les autres, sa propre culture et son environnement. Les compétences ont un rôle important à jouer dans la promotion de la santé dans son sens le plus large, en termes de bien-être physique, mental et social.» (OMS, 1993)

Repenser l'éducation

«Les changements qui surviennent dans le monde actuel atteignent des niveaux de complexité et de contradictions sans précédent. L'éducation a vocation de préparer les individus et les communautés aux tensions que génèrent ces changements en les rendant capables de s'y adapter et d'y répondre. (...) Cet appel au dialogue s'adresse à toutes les parties prenantes. Il est inspiré par une vision humaniste de l'éducation et du développement qui repose sur les principes du respect de la vie et de la dignité humaine, de l'égalité des droits, de la justice sociale, de la diversité culturelle, de la solidarité internationale et de la responsabilité partagée qui nous incombe de bâtir un avenir durable.» (UNESCO, 2015) [11]

Les CPS se recoupent entre elles de façon dynamique, interdépendante et itérative. L'OMS les regroupe en **5 couples d'objectifs** qui s'inscrivent dans une démarche holistique (globale) d'*empowerment* et d'éducation à la citoyenneté mondiale (UNESCO, 2015).

Savoir résoudre des problèmes/
savoir prendre des décisions

Avoir une pensée créative/
avoir une pensée critique

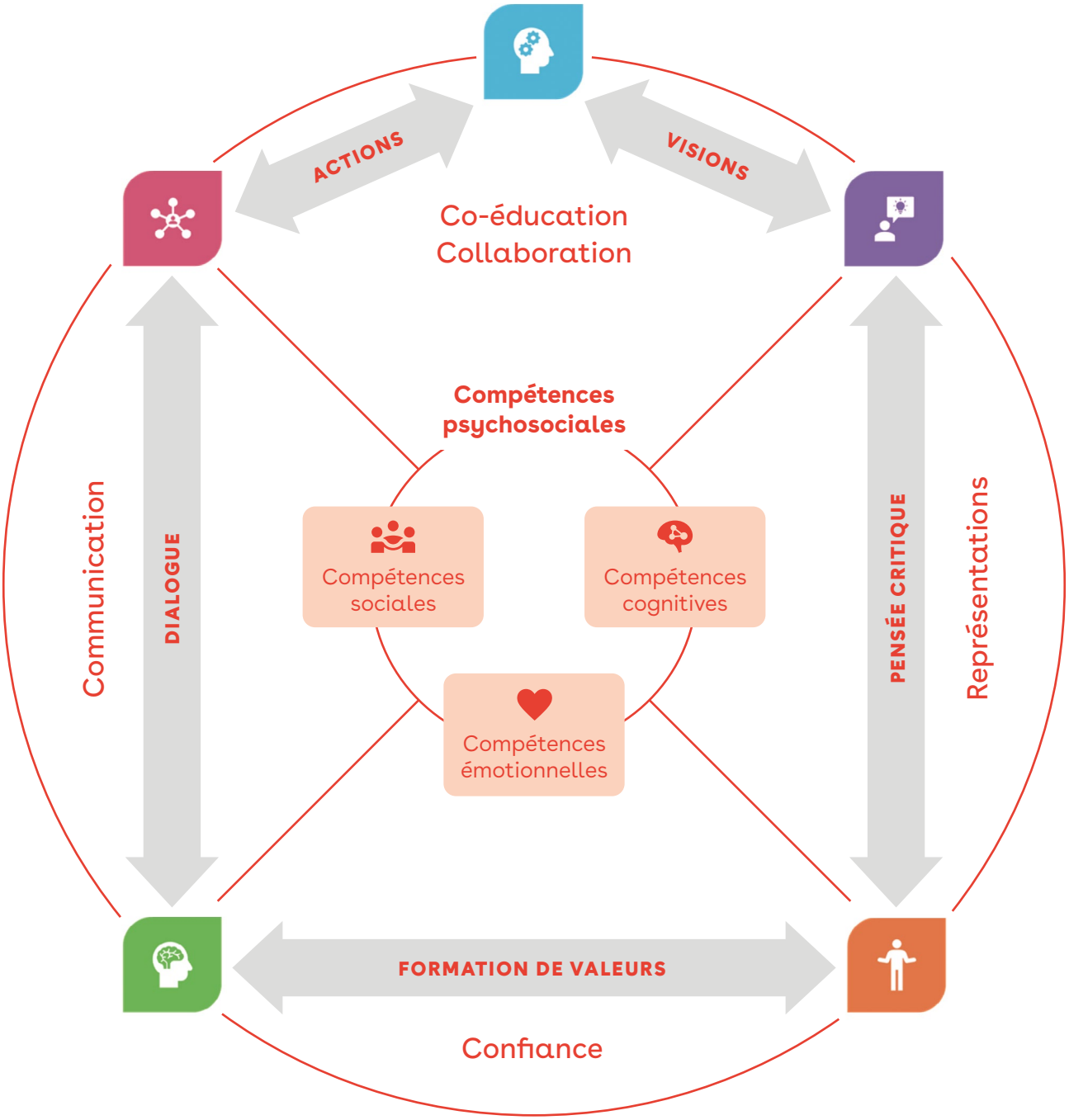
Savoir communiquer efficacement/
être habile dans les relations
interpersonnelles

Avoir conscience de soi/
avoir de l'empathie pour les autres

Savoir gérer son stress/
savoir réguler ses émotions

[11] UNESCO (2015) Repenser l'éducation. Vers un bien commun mondial ? pp. 9-12, éd. UNESCO, Paris

Développer et renforcer les compétences psychosociales dans la petite enfance



Sources : www.minds-ge.ch / La santé mentale dès le départ ça compte (infographie « Les compétences psychosociales »)
UNESCO (2015), Éducation à la citoyenneté mondiale. Préparer les apprenants aux défis du XXIe, (infographie « Les principes de la pédagogie de l'ECM », p.24)

b. La qualité des soins et la fiabilité des liens d'attachement comme base de sécurité

En raison de sa dépendance totale à l'adulte qui s'en occupe, l'attachement est un besoin vital pour le bébé. Il a besoin d'un **lien solide, stable, fiable et rassurant** sur lequel s'appuyer pour pouvoir grandir, se développer et explorer le monde. La santé mentale est conditionnée par de nombreux facteurs mais tout particulièrement par la nature et la qualité des liens entre le nourrisson et sa première figure d'attachement, en général les parents, sa mère, son père ou la personne maternante[12].

Les liens d'attachement font partie intégrante des soins et se tissent durant tous ces moments partagés avec et en présence de l'enfant, physiquement, psychiquement et émotionnellement. Tous ces moments, aussi anodins et courants du point de vue de l'adulte, sont très importants pour l'enfant. C'est dans l'interaction, la communication, l'échange et la confection de ces liens que s'élaborent et se consolident les ressources fondamentales nécessaires au bon développement de la santé mentale et à l'acquisition des compétences psychosociales.

Les pratiques éducatives varient selon les cultures, les familles, les personnes. Il s'agit avant tout de porter la plus grande attention à la mère qui porte l'enfant et à cet égard, de sensibiliser les (futurs) parents aux effets sur le cerveau du stress et de l'attachement.

c. La notion d'attachement à la lumière des connaissances sur le développement cérébral

Qu'entend-t-on par attachement aujourd'hui ? Avec l'évolution de la société, des relations humaines, des réalités économiques, des nouvelles configurations familiales, l'attachement est une nécessité d'autant plus fondamentale pour l'enfant et pour l'adulte. Il constitue la base de sécurité de l'individu dans ses interactions avec le monde qui l'entoure et qui s'active quand il y a du stress. Selon Blaise Pierrehumbert, attachement et stress sont les deux composantes indissociables dans le développement des aptitudes émotionnelles, relationnelles, cognitives (cf. définition ci-contre). En effet, la régulation des émotions est couplée à la gestion du stress, la capacité d'aller vers l'autre à un engagement volontaire et sélectif, puisqu'elle signifie une préférence, donc un choix.

L'attachement précoce et rassurant est un facteur de protection et apaisant qui nécessite de la stabilité afin de pouvoir créer la familiarité. Il découle de la qualité du maternage et du plaisir que le parent éprouve en s'occupant de son enfant. La figure d'attachement pour l'enfant est la personne de référence et sa base de sécurité qui répond à ses besoins. Il peut y en avoir plusieurs, la mère, le père, le parent ou toute personne familière avec laquelle le tout-petit se sent en sécurité.

L'attachement se développe dans la qualité des interactions avec l'enfant, l'attention et l'intérêt qu'on lui porte, la disponibilité et la présence pour répondre à ses besoins de façon rapide, constante et chaleureuse. Il permet à l'enfant de se sentir en **sécurité** pour explorer son environnement et, en grandissant, à aller vers les autres, à s'adapter, à coopérer et à se contrôler. Un lien d'attachement **sain** repose aussi sur la capacité du parent et des professionnel·le·s de l'accueil de jour, à **répondre et à s'adapter aux besoins spécifiques de l'enfant** de façon appropriée, **conséquente** et **cohérente.**

Les figures d'attachement et de référence pour l'enfant jouent un rôle fondamental dans le développement de **l'estime de soi,** de la **confiance** en soi, de l'**empathie**, tout comme dans l'acquisition des compétences cognitives, psychomotrices, affectives, socio-émotionnelles. En effet, l'empathie est la capacité de sentir et de partager les émotions d'autrui sans s'identifier à l'autre, en prenant sur soi ses émotions ; de comprendre les émotions et pensées d'autrui, de prendre soin de son bien-être et désirer apporter son aide. L'empathie repose sur ces trois composantes : affection, cognition, sollicitude. Elle a un effet protecteur et dopant sur les connexions neuronales et les structures cérébrales en plein développement chez le jeune enfant.

Il est donc essentiel pour l'enfant de se sentir compris, accepté, respecté, encouragé, inclus et de compter pour ses proches qui l'entourent. Grâce à une présence attentive, respectueuse, à ce qu'il est un sujet actif et compétent, le tout-petit apprend qu'en exprimant ses besoins on s'occupera de lui, qu'il mérite de l'affection, de l'attention et de l'amour.

L'ATTACHEMENT n.m.

Blaise Pierrehumbert le décrit comme « la capacité de l'enfant ou de l'adulte à réguler ses émotions sous stress à l'aide de comportements volontaires, d'engagement social et sélectif. »[13]

[12] Compte tenu de l'évolution des diverses formes de parentalité, le terme « parent » tel qu'il est utilisé dans ce document désigne les personnes, mère, père qui assume cette fonction parentale pour l'enfant dans son quotidien.

Bon à savoir

Pourquoi c'est si important de s'attacher ?

John Bowlby, à l'origine de la théorie de l'attachement dans les années 70, dit que «ce n'est que lorsque les besoins d'attachement sont satisfaits que le jeune enfant peut s'éloigner en toute sécurité de sa ou ses figure·s d'attachement pour explorer le monde qui l'entoure.»
L'attachement fait référence au lien émotionnel fort qui lie des personnes et leur permet de se sentir en sécurité lorsqu'elles sont proches de leur·s «figure·s d'attachement». L'attachement débute dès la période fœtale, et se développent en fonction du comportement des adultes qui s'occupent de l'enfant. Chez l'adulte, le comportement d'attachement se manifeste dans ses réponses apportées aux besoins de l'enfant. L'attachement développé par l'enfant peut être «sécure», ou «insécure».[14]

d. Le sentiment de sécurité fondamental pour la confiance, l'estime de soi et la résilience

Les neurosciences sociales et affectives aident à comprendre le jeune enfant et ce qui lui est vraiment nécessaire pour pouvoir l'accompagner au mieux dans ses développements. Elles démontrent la pertinence des **pratiques très simples et intuitives** fondées sur l'**empathie**, la **bienveillance,** un **accompagnement soutenant, stimulant et aimant.** Si ces conditions sont réunies, le cerveau va se développer au maximum de ses potentialités.

A l'inverse, le processus d'adaptation se fige lorsque l'enfant est confronté à une expérience traumatique ou d'insécurité (physique et affective) sans pouvoir comprendre ce qui lui arrive et les réactions qu'elles déclenchent en lui. Dès lors que la structure du milieu est rapidement rétablie et fonctionne de manière cohérente, grâce à la **plasticité neuronale** (partie 1 C) durant la petite enfance, le développement reprend son cours.

La capacité de l'adulte, de reconnaître et de verbaliser ses propres émotions est très importante pour sa santé mentale et pour pouvoir accompagner au mieux le tout-petit dans ses expériences et l'aider à **réguler ses émotions**. Le fait de pouvoir exprimer une émotion en les verbalisant calme le cerveau en état d'alerte. Une émotion est une réaction biologique qui se manifeste au niveau physique en nous renseignant sur ce qui se passe dans notre corps par rapport à un événement extérieur. Par conséquent, les émotions sont des signaux à considérer comme tels sans les juger.

La qualité de l'attachement est aussi un puissant facteur de **résilience** (cf. définition ci-après) qui va aider l'enfant à développer sa confiance en ses propres capacités à surmonter des étapes de transition, de changements, de séparation, diverses situations difficiles, voire douloureuses. Bien que cette capacité à rebondir soit nécessaire à tout un chacun, la résilience et l'autonomie se développent et se renforcent aussi grâce aux expériences gratifiantes. Quand une action est couronnée de succès, la satisfaction qui en découle procure de la joie en renforçant le sentiment d'**auto-efficacité** (cf. définition ci-après). L'enfant est heureux de constater et de montrer ce qu'il est capable d'impulser, de créer et de résoudre par lui-même.

LA RÉSILIENCE n.f.

La résilience est un terme emprunté à la physique qui désigne la capacité de certains matériaux à reprendre leur forme initiale après un choc. Cette notion a été reprise en psychologie dans les travaux de John Bolwby sur l'attachement puis développée depuis les années 90 en France par Boris Cyrulnik qui la décrit comme «l'art de naviguer entre les torrents».

L'AUTO-EFFICACITÉ n.f.

L'auto-efficacité décrit la conviction d'être capable d'accomplir des actions sur la base de ses propres compétences. Elle se développe très tôt dans la vie et s'avère nécessaire tout au long de celle-ci pour maintenir ou rétablir notre santé. Par exemple, elle a des effets positifs démontrables sur la santé psychique, nos réactions physiques et notre comportement en matière de santé.»[15]

13 Pierrhumbert Blaise, intervention dans le cadre du colloque / formation «L'attachement aujourd'hui. Parentalité et accueil du jeune enfant», IPE-Boris Cyrulnik, 25 novembre 2019, https://www.youtube.com/watch?v=7pweHQQjaNc

14 Source : www.minds-ge.ch

15 Source : Promotion Santé Suisse. Santé psychique chez les enfants et les adolescents. Thème clé «Auto-efficacité»

Bon à savoir

Une représentation verbale d'un événement modifie le fonctionnement biologique du corps. Le fait d'être témoin d'un événement perturbant, apaisant ou stimulant va provoquer chez le bébé, même s'il n'en saisit pas le sens, des effets sur son cerveau et les réactions correspondantes. Bien comprendre les processus d'acquisition des CPS durant la petite enfance permet de reconsidérer les pratiques éducatives et les représentations sous-jacentes du point de vue de leurs effets sur le tout-petit.

RESSOURCES DOCUMENTAIRES – OUTILS – SUPPORTS DIDACTIQUES POUR ALLER PLUS LOIN

UNESCO (2015) Repenser l'Education. Vers un bien commun mondial ? 95 p. https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000232696

UNESCO (2015) Education à la citoyenneté mondiale, Préparer les apprenants aux défis du XXIe siècle, Paris, ISBN 978-92-3-200034-7

L'éducation : un trésor est caché dedans (1996) « Rapport Delors » Ed. Unesco Paris, 2e édition revue et corrigée, ISBN 978-92-3-203515-8 (www.unesco.org)

Promotion Santé Suisse Santé psychique chez les enfants et les adolescents. Thème clé « Auto-efficacité » (Capsule vidéo) et brochure « Auto-efficacité et compétences de vie » (2019) (https://promotionsante.ch/programmes-daction-cantonaux/sante-psychique/enfants-et-adolescents/themes-cles/auto-efficacite.html)

Promotion de la santé mentale Genève, La santé mentale dès le départ ça compte. Dossier et infographies (https://minds-ge.ch/la-sante-mentale-des-le-depart-ca-compte)

Promotion Santé Bretagne /Ressources pédagogiques : présentation des 10 CPS – capsules vidéos https://promotionsantebretagne.fr/competences-psychosociales/

Pierrehumbert B. exposé « Qu'en est-il de l'attachement aujourd'hui ? », Colloque/Formation IPE-Institut Petite Enfance Boris Cyrulnik « L'attachement aujourd'hui : parentalité et accueil du jeune enfant », 25.11.2019 (https://www.youtube.com/watch?v=7pweHQQjaNc)

St-Louis, Marina (2020). Les compétences sociales et émotionnelles dans les programmes éducatifs et d'enseignement de la petite enfance à la fin du primaire, Études et recherches, Québec, Conseil supérieur de l'éducation, 44 p. https://www.cse.gouv.qc.ca/wp-content/uploads/2020/03/50-2106-ER-Competences-sociales-emotionnelles-enfant.pdf

Association romande des logopédistes (ARLD), Dossier Prévention du langage chez l'enfant d'âge préscolaire. Comment aider votre enfant à développer son langage dès la naissance. Informations et conseil pratiques pour les parents, in La Revue de l'ARLD. Langage & pratiques, n°62/2020. www.arld.ch

Kibesuisse – revues spécialisées pour les professionnel·le·s de la petite enfance https://www.kibesuisse.ch/fr/prestations/publications-et-etudes/revues-specialises/

Lamboy B., Fortin J., Azorin J.-C., Nekaa M., Dossier Développer les compétences psychosociales chez les jeunes in La santé en action N°431, mars 2015, pp.10-40

Revue [Petite] enfance : revue professionnelle spécialisée pour « penser sa pratique et pratiquer ses idées » http://www.revuepetiteenfance.ch/

Revue internationale de l'éducation familiale : plusieurs numéros consacrés aux thématiques évoquées ci-dessus (synergies, coéducation, interculturalité, etc.) cf. sur Revue La revue internationale de l'éducation familiale | Cairn.info

L'esprit d'équipe stimule l'intelligence

Réfléchir ensemble en partageant les impressions, les observations, les découvertes, oser essayer, innover, changer de perspective stimule la créativité, le plaisir, la participation, l'auto-efficacité, la coopération.

Quelles sont les ressources qui renforcent et soutiennent le jeune enfant dans son parcours ?

C. Comprendre le rôle des adultes dans le développement de la santé mentale

a. Mutualiser les connaissances en valorisant les ressources individuelles et collectives

Dans le champ de la petite enfance, compte tenu des disparités entre les professions, les cursus, les profils professionnels, l'approche par les CPS met en lumière des compétences invisibles mais substantielles. Elles se manifestent dans la posture, la façon de se situer, de se présenter, de communiquer, de composer avec les contraintes, de « gérer » des situations parfois complexes, de réguler les tensions et les émotions qu'elles suscitent.

« Tout seul on va plus vite, ensemble on va plus loi »

PROVERBE AFRICAIN

Ces CPS sont la résultante de tout un ensemble d'expériences et de pratiques qui s'activent, se développent, s'enrichissent, s'affinent… dans l'accomplissement de toutes les tâches ordinaires du quotidien, au travers des interactions, des échanges, des rencontres.

A noter cependant, que la notion de « compétences » est elle aussi sujette à réflexion et interprétation. Lesquelles sont effectivement indispensables, utiles et bénéfiques du point de vue du développement de l'enfant ? Comment se manifestent-elles, avec quel résultat dans quelles situations pour qui à quelles fins ? Ces questions sont centrales surtout dans les champs d'activité de la petite enfance, des soins, de l'éducation, de l'action sociale.

Bien qu'elles soient essentielles à la réalisation des tâches concrètes du quotidien et vitales pour un tout petit, elles sont encore – et l'ont toujours été – considérées comme « allant de soi », donc implicites et associées au genre, à la fonction, au statut, au caractère, etc. Cet aspect a des répercussions directes sur tout un ensemble de facteurs qui interfèrent sur la santé mentale des parties prenantes : les enfants, les parents et les professionnel·le·s.

b. Développer la concertation et les synergies dans la recherche d'un consensus

> «C'est le contraire de l'empathie qui se représente le monde de l'autre»
>
> **BORIS CYRULNIK**[16]

La petite enfance est un univers particulier qui relie une multitude d'individus concernés par l'arrivée, l'accueil et l'éducation d'un nouveau-né au sein de la communauté humaine. Le terrain de **la petite enfance est un microcosme hétérogène, multidisciplinaire,** fragmenté même au niveau local. Dans une perspective de promotion de la santé mentale des 0-4 ans, la cohérence et la continuité dans le suivi du parcours de l'enfant sont des facteurs de soutien pour lui et pour ses parents. Développer une compréhension commune des enjeux permet de créer un **consensus** autour des objectifs d'améliorations dans l'intérêt de l'enfant.

Le **dialogue** entre les adultes qui composent l'entourage immédiat du jeune enfant et qui s'en occupent est fondamental. Qu'il s'agisse du couple parental, des proches de la famille, des professionnel·le·s de la petite enfance, de spécialistes qui interviennent ponctuellement, toutes ces personnes ont à cœur d'agir de leur mieux pour l'enfant. Ces échanges, regards croisés, partages d'expériences favorisent la dynamique co-constructive dans l'aménagement des conditions propices au développement de l'enfant dans sa santé mentale. Dès lors que le bien-être est l'objectif visé et l'effet espéré, cela ouvre la possibilité à chacune et à chacun de se demander ce qui tout compte fait lui ferait du bien, en l'état ou ce qui lui ferait plaisir de réaliser, d'essayer, de découvrir.

Les représentations concernant le bien-être de l'enfant peuvent être assez différentes d'une personne à l'autre. Il s'agit d'en tenir compte de sorte à favoriser des prises de conscience concernant les référentiels (valeurs, principes, culture, éducation, etc.) et ainsi pouvoir se comprendre et s'entendre sur des objectifs communs.

c. Développer les pratiques collaboratives et les réseaux sociaux de proximité

> «Le travail en réseau et le partenariat avec les familles sont deux facteurs essentiels pour que tous les enfants puissent grandir en pleine santé dans un environnement qui leur est favorable»
>
> **ELOGE DE LA DIVERSITÉ, P. 43**

Il est particulièrement important pour les (futurs) parents de pouvoir s'appuyer sur **un réseau de proximité** qui partage des intérêts et des préoccupations similaires. Le rôle des professionnel·le·s de la petite enfance, sans être des spécialistes de la santé mentale, est aussi celui d'accompagner les parents dans leurs cheminements vers des prestations, des informations pertinentes qui répondent à leurs besoins et les renforcent dans leurs compétences parentales (auto-efficacité). Pour ceux qui n'ont pas dans leur entourage des proches ou l'occasion de rencontrer d'autres parents d'enfants en bas âge, les professionnel·le·s de la petite enfance sont souvent les premières personnes de contact auxquelles ils s'adressent et se confient.

Cette fonction charnière sur le terrain au contact avec la réalité quotidienne des populations cibles, constitue un atout à exploiter pour identifier les prestations (quoi) et les prestataires (qui) qui œuvrent dans le même sens. La palette de prestations petite enfance est riche et variée. En l'état, ces prestations sont disparates suivant les régions et peu connectées entre-elles.

Le travail en réseau mobilise des ressources personnelles, du temps mais il génère aussi une **dynamique** qui améliore et **renforce les compétences psychosociales** des adultes impliqués (parents et professionnel·le·s). Au départ, les synergies dépendent principalement des contacts individuels et des initiatives personnelles. L'enthousiasme est cependant contagieux lorsqu'il génère des occasions de rencontres placées sous le signe de l'action communautaire, de la convivialité et d'activités socioculturelles, ludiques et créatives, pour les familles.

L'isolement social et le désert affectif dans l'environnement des 0-4 ans sont des facteurs majeurs de vulnérabilité. Les professionnel·le·s de la petite enfance ont un rôle primordial dans la détection précoce des signes de fatigue, de stress, de difficultés relationnelles, situations problématiques qui affectent l'enfant.

16 Op.cit. p.60

RESSOURCES ET RÉSEAUX POUR DÉVELOPPER LES PRATIQUES COLLABORATIVES

Campagne Santépsy.ch – projet de promotion de la santé psychique des 0-4 ans
www.santepsy.ch

Promotion santé Valais, Santé psychique enfants et jeunes : les CPS (capsules vidéos)

Promotion de la santé mentale Genève www.minds-ge.ch/ la santé mentale dès le départ

Plateforme romande pour l'enfance (proenfance)
www.proenfance.ch

Fracheboud, Frund, Kühni, (2017) La qualité du travail avec des enfants en collectivité est une activité collective in Eloge de la qualité, pp. 15 – 20, pro enfance & réseau d'accueil extrafamilial, Schellenberg Druck, Pfäffikon.
https://www.proenfance.ch/images/actualites/Fokuspublikation_Diversite_A4_fr_170623_lowres.pdf

Association Alliance enfance Le Fil d'information Petite Enfance propose des actualités, des informations intéressantes concernant des publications, travaux de recherche et projets sur les thématiques « Petite Enfance – Intégration – Santé – Égalité des chances »
https://www.alliance-enfance.ch/newsletter-info-feed-fr?lang=fr

Réseau national Lapurla – Les enfants explorent
www.lapurla.ch

Brochure à télécharger « Vive la créativité dès le plus jeune âge » (déc. 2020). Brochure destinée aux parents et professionnel·le·s de l'enfance, réalisée dans le prolongement du Cadre d'orientation – brochure thématique « Eveil esthétique et participation culturelle dès le plus jeune âge »
www.cadredorientation.ch

Centre interfacultaire en droits de l'enfant – Université de Genève, Cellule Inter- et Transdisciplinarité
https://www.unige.ch/cide/fr/inter-et-trans-disciplinarite/cellule-inter-et-transdisciplinarite/

Quels sont les leviers qui stimulent le développement des compétences psychosociales ?

D. Comprendre la fonction du jeu et de l'imitation sur la santé mentale

a. La mémoire des émotions et le plaisir d'apprendre

Le système limbique où se trouve l'amygdale et son voisin, l'hippocampe, sont les « tours de contrôle » des émotions et de la mémoire. Le premier commande l'instinct de survie en libérant des hormones responsables du stress, de la colère, de la peur tandis que l'hippocampe renferme les capacités de mémorisation et donc, d'apprentissage. Le foisonnement de connexions neuronales s'organise dans une forme d'apprentissage permanent et concerne toutes les fonctions du cerveau, dont la mémorisation.

La mémoire est une matière vivante, malléable et dynamique, façonnée par l'environnement ambiant au gré des stimulations sensorielles (vue, odeur, toucher, goût, ouïe) et des émotions. Sa fonction consiste à reproduire une émotion déjà vécue en activant le réseau de neurones et les structures qui ont traité et enregistré les mêmes informations sensorielles par le passé. Ce processus permet de générer un souvenir cohérent de l'émotion. Le mécanisme est d'autant plus efficace qu'il est sollicité de façon répétée dans la durée et qu'il associe des stimulations sensorielles différentes à un même événement. Quand la stimulation n'est pas uniquement sensorielle mais émotionnelle (associée à la réaction des figures de référence face à un événement passé) la plasticité des connexions va garder une empreinte de l'information sur une durée beaucoup plus longue.

LA PLASTICITÉ NEURONALE n.f.

La plasticité neuronale désigne la capacité des synapses à « prendre le pli », à développer une sorte de mémoire de forme qui va leur permettre de s'habituer, et donc de réagir plus rapidement, à une même stimulation ou à changer de stratégie en l'absence de celle-ci. (Ben-Ari, 2019 p.60)

Le plaisir c'est bon pour la tête !
Le besoin d'être en communication avec ses proches incite le tout-petit à se synchroniser et à s'harmoniser avec eux (sourires, prosodies, gestes). L'humain est un être social et les activités placées sous le signe de la convivialité, du plaisir d'être et de partager quelque chose ensemble procurent du plaisir et donc du bien-être.

b. Le plaisir d'apprendre en jouant : le jeu est un fertilisant pour les neurones

Le jeu procure du plaisir – à tout âge – et occupe une place centrale dans l'apprentissage des compétences psychosociales. Dans les processus de développement cérébral, le jeu est « un fertilisant pour les neurones ». Il stimule les connexions et les mécanismes d'associations entre les faits observés et leurs effets produits. Il pose les prémices des fonctions exécutives qui interviennent dans l'acquisition des compétences psychomotrices, sociales et cognitives. Ces fondations qui se façonnent peu à peu en grandissant participent des mécanismes d'apprentissage du langage (verbal et non verbal), de la psychomotricité (ce qu'il est possible de faire avec son corps) et de la morale (bien/mal, permis/interdit, encouragé/découragé, d'être et de faire).

Pour le tout-petit, jouer est en fait un « travail » en continu, à plein-temps. Il s'agit pour lui de « nourrir » sa curiosité naturelle et de satisfaire ce besoin fondamental qui consiste à explorer le monde qui l'a vu naître. L'enfant apprend par plaisir au travers des interactions de son corps et des échanges avec l'environnement. Ces échanges d'informations passent aussi par les liens qui se tissent avec ses figures d'attachement et la façon dont elles réagissent, répondent à ce qu'il est en train de vivre. Quand ses apprentissages sont encouragés et accompagnés dans l'amour et la tendresse, de façon rassurante et bienveillante, l'enfant se renforce dans sa propension naturelle d'explorateur, sa créativité, sa psychomotricité. Il se découvre dans les effets qu'il est capable de produire et les réactions que lui renvoie l'environnement. Le plaisir que procure le fait de jouer est par ailleurs un stimulant qui mobilise et renforce la concentration, la persévérance, les associations entre les choses, l'ingéniosité. Toutes ces activités contribuent à l'élaboration du *langage intérieur*, de l'imagination, des représentations de soi par rapport aux autres, aux événements, aux circonstances.

Les CPS des adultes se renforcent et se développent aussi dans le jeu et la pratique d'activités qui les intéressent, les inspirent, leur plaît, stimulent leurs neurones et leur motricité, leur agilité, leur créativité, leur imagination.

Concevoir et organiser les réunions d'équipes, colloques, journées au « vert », assemblées générales comme des occasions de partager, d'évoluer, de s'exercer ensemble à s'accorder l'espace, les moyens, les ressources d'être juste la bonne personne au bon endroit au bon moment pour accomplir sa tâche.

Bon à savoir

Le jeu dans la petite enfance

Au cours des deux premières années, selon son stade de développement, l'enfant joue en solitaire, tout en appréciant la compagnie d'autres enfants qui jouent à côté de lui. Les petits enfants commencent à jouer ensemble pendant quelques minutes entre 3 et 4 ans. A ce stade de son développement, le jeune enfant est encore dans une temporalité de l'ici et maintenant sans pouvoir encore comprendre que quelque chose soit reporté à plus tard. Ce n'est que vers 4 et 5 ans qu'un enfant apprend à partager, à attendre son tour et à faire des compromis. C'est à ce moment que la conscience de soi, de l'autre se met en place.

c. L'imitation : un jeu de miroirs fondamental pour communiquer et apprendre

Pour le nouveau-né, l'imitation est un moyen d'établir une relation et de **communiquer** en se synchronisant avec sa figure d'attachement et ses proches. La 1ère imitation apparaît vers 2 semaines et devient intentionnelle dès les premières rencontres.

Aux alentours du 4ème mois, le jeu du « coucou, je suis là, je n'existe plus » ou des grimaces est très important car c'est à ce moment que certains **neurones miroirs** commencent à se former. Ils sont la base de l'apprentissage par l'observation et de l'imitation. Ils interviendront plus tard, vers 4 ans, dans la capacité de **se positionner** par rapport à l'autre puis, par la suite, dans **l'empathie.** L'imitation exerce une fonction fondamentale dans le renforcement des ressources subjectives qui vont être mobilisées pour apprendre à apprendre.

Vers 18-24 mois, l'imitation peut être différée. L'enfant est alors capable de symboliser et **se représenter** dans un rôle familier qu'il se **choisit.** Il va pouvoir l'interpréter de son propre point de vue, à sa manière. Il s'agit pour lui ainsi d'expérimenter des tâches qu'il n'est pas encore capable ou qu'il n'a pas le droit de faire.[17] L'enfant peut désormais répondre à ce qu'il a vu et gardé dans sa mémoire (l'empreinte d'un adulte) et donc commencer à s'autonomiser. (partie 1 D)

Chercher l'inspiration :

s'inspirer des modèles, méthodes et outils utilisés dans la création et gestion d'entreprises innovantes, apprenantes et créatives qui elles, s'inspirent de la nature (biomimétisme) permet de fonctionner de façon efficace et efficiente. Promouvoir la santé mentale des 0-4 ans est donc une opportunité de réapprendre à s'étonner, à s'inspirer au contact des autres, petits et grands, de partager les trouvailles et de s'émerveiller.

Bon à savoir

« Imiter c'est être et se synchroniser avec l'autre »

La stimulation d'un circuit de neurones précis est provoquée par la vue d'une image avant même qu'une action débute. La synchronisation des actes moteurs entraîne la synchronisation des émotions. Le sujet se met ainsi en disposition mentale pour que les neurones miroirs accueillent ce qui vient. Autrement dit, « le simple fait de voir quelqu'un faire quelque chose d'intéressant prépare à faire de même. »[18]

SOURCES ET RÉFÉRENCES POUR ALLER PLUS LOIN

Ben-Ari Yehezkel (2019), Les 1000 premiers jours. Comment se construit le cerveau, l'importance du lien mère-enfant, l'hormone de l'attachement…, éditions humenSciences, Paris 213p. ISBN :978-2-3793-1091-1

Cyrulnik Boris, (2022), pp. 168-173 Le Laboureur et les mangeurs de vent. Liberté intérieure et confortable servitude, Ed. Odile Jacob, Paris, 259p. ISBN : 978-2-4150-0136-0

Gueguen Catherine, (2020), Pour une enfance heureuse. Repenser l'éducation à la lumière des dernières découvertes sur le cerveau, éd. Robert Laffont, coll. Pocket, Paris 367 p. ISBN :978-2-266-25409-0

Gueguen Catherine, (TEDx 16.11.2015), Et si on changeait le regard sur l'enfant ? https://www.youtube.com/watch?v=_8Hia3KRUww

UNICEF : Dossier petite enfance : www.unicef.fr/dossier/petite-enfance

www.proenfance.ch Les finalités et les moyens de l'accueil de l'enfance selon pro enfance

17 Rebekka Sieber (2021), Die psychische Gesundheit von Kleinkindern zwischen 0 und 4 Jahren (Capsule vidéo en allemand) sur www.santepsy.ch

18 Cyrulnik Boris, (2022), pp. 168-173 Le Laboureur et les mangeurs de vent. Liberté intérieure et confortable servitude, Ed. Odile Jacob, Paris, 259p. ISBN : 978-2-4150-0136-0

Bon à savoir

« Opposer nature et culture, génétique et influence de l'environnement, inné et acquis n'a pas de sens. Les deux sont complémentaires et fonctionnent ensemble, s'influençant l'un l'autre. »

BEN-ARI, 2019 P.153

« L'interprétation du fait dépend de l'observateur et de la connotation affective avec laquelle il colore le fait. »

CYRULNIK, 2022 P.45

« Et si on changeait le regard sur l'enfant ? Pour une enfance heureuse… repenser l'éducation à la lumière des dernières découvertes sur le cerveau. »

DR C. GUEGUEN

PARTIE 3

Accompagner le développement de la santé mentale des 0-4 ans : travailler avec des jeunes enfants et leurs parents

Observer, agir, améliorer

> « Nous devons incarner les changements que nous voudrions voir s'appliquer au reste du monde »
>
> **MAHATMA GANDHI**

Les professionnel·le·s de la petite enfance évoluent dans une interface interactive où se rencontrent, se côtoient et se mélangent une multitude d'individus, de personnalités physiques et morales. Ce sont autant de « systèmes » avec leurs propres contraintes, ressources, logiques de fonctionnement, d'organisation, de régulation des flux d'informations.

Travailler dans l'environnement de la petite enfance auprès d'enfants en bas âge avec leurs parents est une activité éprouvante physiquement, psychiquement, émotionnellement. Les compétences psychosociales (CPS) sont tous les jours activées. Elles se façonnent, dans l'exercice des tâches des plus anodines aux plus complexes.

Promouvoir la santé mentale des enfants de 0-4 ans est en fait le but et la raison d'être des prestations petite enfance et des professions qui s'y rapportent. Il s'agit donc d'un angle de lecture de la pratique en temps réel dans son contexte particulier avec une attention particulière sur les besoins psychoaffectifs du jeune enfant. Cette approche permet d'observer et d'agir à bon escient dans le cadre des activités avec et auprès des enfants en bas âge et leurs parents, en valorisant les ressources et des compétences individuelles et collectives, des petits et des grands. Elle contribue ainsi à poser dès le début et tout au long de la vie, dans les actes quotidiens, les jalons d'une éducation positive et salutogène (bénéfique pour la santé) centrée sur le renforcement des ressources et compétences psychosociales.

Qu'est-ce qui nous apaise, nourrit, inspire, motive, stimule notre quotidien ? La réponse est toujours contenue dans la question qui peut se décliner en toutes circonstances avec un outil mnémotechnique en 6 lettres : QQCOQP ! « Qui », « Quoi », « Comment », « Où », « Quand », « Pourquoi » ? L'ordre n'a pas d'importance mais il suffit d'y penser pour chercher l'information où elle se trouve, croiser les regards, partager les impressions, examiner les données, établir des connexions, cultiver les liens, se découvrir des talents, communiquer, expérimenter, s'émerveiller des résultats produits.

Cette partie est donc conçue dans le prolongement des deux précédentes en guise de synthèse des points à retenir pour la pratique professionnelle dans les prestations petite enfance, sur le terrain, dans l'activité avec et auprès des enfants de moins de 4 ans et leurs parents. Plutôt que des conseils ou recommandations, ce chapitre propose des points d'ancrage avec des pistes de réflexion, des questions aussi basiques que nécessaires, des ressources documentaires, des références, des liens pour accompagner la démarche et l'encourager…

Que faut-il savoir prendre en compte dans l'activité avec et auprès des 0-4 ans et leurs parents ?

A. Le plaisir d'explorer le monde de la petite enfance et ce qu'elle nous révèle

a. Les signes qui montrent qu'un tout petit enfant se sent et se développe bien

La petite enfance est une véritable source d'apprentissages, de connaissances, d'acquisition de nouvelles compétences pour les adultes que nous sommes. La promotion de la santé mentale dans la petite enfance est donc avant tout une **clef de lecture**, d'observation, d'analyse et de compréhension **de la situation**, quant aux effets qu'elle exerce sur les développements et le bien-être de l'enfant.

Les signes qui montrent qu'un tout-petit est en bonne santé mentale se manifestent dans sa façon de s'exprimer et de manifester avec son corps, dans ce qu'il « imprime » comme informations au travers de ce qu'il est en train de vivre. L'enfant qui est curieux, intéressé par tout ce qui se passe autour de lui est un enfant sain qui se sent bien et qui va bien.

> « L'enfant qui est curieux, intéressé par tout ce qui se passe autour de lui et qui cherche le contact et les interactions (...) est un enfant sain qui se sent bien et va bien »
>
> **SABINE GERMANN**[1]

Cet enfant cherche le contact et l'interaction. Il s'intéresse aux sons qu'il perçoit autour et qu'il produit, à son corps et aux objets qu'il peut toucher, goûter, manipuler. Il observe et il **imite**. L'enfant captivé par ses explorations et qui ose aller vers ce qui l'intéresse est aussi un enfant qui a développé un bon sentiment de confiance. Il se sent en sécurité et détendu car il sait que quelqu'un est là, qui s'occupe et prend soin de lui, attentif à ses besoins et vers lequel il peut toujours se retourner.

1 Sabine Germann (2021), La santé mentale chez le petit enfant - comment soutenir le rôle des professionnel.le.s (capsule vidéo # 2), www.santepsy.ch

- ☞ Promouvoir la santé mentale du jeune enfant fait partie de tous les actes du quotidien en sa présence et avec lui, en portant une attention particulière à la satisfaction de ses besoins psychoaffectifs.
- ☞ Observer ce que l'enfant est en train de «faire» montre ce qu'il est en train de vivre comme expérience significative pour lui, ce qui l'interpelle.
- ☞ Se préoccuper du bon développement de la santé mentale du jeune enfant c'est l'accompagner de façon adéquate dans ses expériences, ses explorations et ses observations.
- ☞ Pour pouvoir se sentir bien, évoluer et s'épanouir en bonne santé dans son environnement, tout être humain a besoin de se sentir en sécurité, bienvenu et nourri par des relations saines, affectueuses et stimulantes.
- ☞ Se préoccuper du bon développement de la santé mentale des 0-4 ans permet d'agir en sorte qu'ils se sentent bien et en confiance, disposés à explorer le monde qui les entoure.
- ☞ Le tout-petit apprend naturellement à se synchroniser et à communiquer avec son environnement, sa niche de développement, au travers des interactions qu'il vit avec ses figures d'attachement et les personnes qui partagent son cadre de vie.

Bon à savoir

Compte tenu des mécanismes de développement des compétences psychomotrices et cognitives, le corps et les sens jouent un rôle central dans les apprentissages, les explorations, les expériences et les découvertes, en particulier durant les «1000 premiers jours». L'enfant imprime et exprime au travers de son corps ce qu'il vit à l'instant présent : sensations, perceptions, stimulations significatives pour lui. Ces interactions avec son corps et son entourage familier tissent la trame de fond sur laquelle s'établissent les connexions et les interactions. Elles lui servent de socle et de levier pour «apprendre à apprendre» en continu avec l'aide de ses figures de référence et les personnes de son entourage immédiat qui partagent son quotidien.

Pour aller plus loin

Pratiques

Connaître les processus de développement de la santé mentale durant la prime enfance

Leviers

S'informer – se former – se perfectionner sur le sujet – agir sur les facteurs déterminants

Ressources

Documentation – concepts de référence – formation continue – collaboration – synergies

Campagne Santépsy.ch – Projet promotion de la santé psychique des 0–4 ans (colloques et capsules vidéo) www.santepsy.ch

Sources d'inspiration

Films documentaires «apprentissages chez les moins de 4 ans»

Support en lien avec le Cadre d'orientation pour la formation, l'accueil et l'éducation de la petite enfance, réalisé par l'Institut Marie Meierhofer pour l'enfance (MMI) sur mandat de la Direction de l'éducation du canton de Zurich https://www.enfants-4.ch/fr/projekt

b. Les constats scientifiques servent de référence pour s'informer et agir en conséquence

Les 1000 premiers jours sont une fenêtre temporelle d'opportunités et de risques. Cette période critique de développement neuronal va de la conception (9 mois) à la naissance jusqu'aux premiers pas (2e année) et l'acquisition du langage verbal (3e année).

Le cerveau du jeune enfant est immature et met environ 25 ans pour se développer, acquérir, consolider les apprentissages et fonctionner comme celui d'un adulte. Patience est mère de toutes les vertus, il ne sert à rien de tirer sur la fleur pour qu'elle pousse plus vite ! Ces dictons d'un autre temps nous rappellent à l'évidence ce que les neurosciences démontrent à présent.

La viabilité et le développement de l'enfant sont conditionnés par la structure de son environnement, sa « niche écologique » : biologique (sensorielle), affective (attachement), verbale (représentation). Lors d'un événement extérieur à l'enfant, ses réactions (comportements) d'adaptation à cet événement son influencées par le style affectif acquis.

Ces 3 niches sont interdépendantes et nécessaires au bien-être : quand l'équilibre « écologique » est bouleversé, défaillant ou maltraitant et qu'il ne répond pas de façon appropriée aux besoins psychoaffectifs de l'enfant, le cerveau fonctionne en mode « survie » (système limbique) en mobilisant ses ressources disponibles à cet effet.

Dès le 10e mois, tous les enfants ont acquis un style d'attachement « imprimé » dans la mémoire : suivant la structure affective du milieu ambiant (pratiques socioéducatives, culture, référentiels, conditions de vie matérielles, etc.), l'attachement est « sécure », « évitant », « ambivalent » ou « confus, désorienté ». Celui-ci est déterminé, notamment, par la façon dont les figures d'attachement répondent aux besoins fondamentaux (physiques, psychoaffectifs et cognitifs).

La plupart des troubles psychiques du jeune enfant **proviennent** de **troubles relationnels** ou de **désorganisations sociales** dans la **niche écologique** et agissent sur le cerveau réceptif et réactif, déjà durant la grossesse de la mère. Pour que le développement de l'enfant se passe pour le mieux, la mère qui le porte doit pouvoir être et se sentir en sécurité. Dès qu'on sécurise la mère on sécurise l'enfant.

La **principale source de vulnérabilité** se situe dans les circonstances exogènes à l'enfant (l'environnement structurel, physique et personnel) qui conditionnent les perspectives de développement de sa santé mentale : maltraitance physique et verbale, négligence, tensions, conflits, réponses inadaptées à des besoins de l'enfant, physiques, psychoaffectifs et/ou cognitifs.

La **connotation affective** qu'on attribue à un événement, à la mère, à l'enfant, au père, à la famille, au bien-être, à ce qu'il convient d'appeler une « bonne » éducation, à la réussite, à l'échec, au plaisir, (etc.) **dépend de la culture et des contextes.**

L'apparition du langage verbal est un cap majeur de transformations qui marque le passage de l'univers des émotions (perceptions) dans celui des « sentiments » déclenchés par les représentations verbales.

Qu'est-ce que cela veut dire pour la pratique dans la vie de tous les jours sur le terrain ?

B. Savoir reconnaître ses besoins fondamentaux physiques et psychoaffectifs

a. Savoir identifier et reconnaître les déterminants qui agissent sur la santé mentale

Les neurosciences nous fournissent des éléments intéressants concernant **les facteurs bénéfiques** qui favorisent le bien-être et le développement des compétences socio-émotionnelles, relationnelles et cognitives. Il incombe donc aux professionnel·le·s de la petite enfance d'accorder une attention particulière aux facteurs exogènes à l'enfant qui agissent, dans son « biotope », sur les processus de développement des ressources qui lui sont nécessaires pour pouvoir bien se développer dans toutes ses potentialités.

La **qualité des liens affectifs enfant-parent** a des effets manifestes sur la sensation de bien-être en stimulant les zones cérébrales qui interviennent dans l'acquisition des CPS. Un attachement sain, stable, fiable et stimulant renforce, la confiance et l'estime de soi, la curiosité, l'exploration, l'autonomie, la sociabilité, le plaisir d'apprendre et la résilience…

Le fait de s'intéresser au développement de la santé mentale des 0-4 ans, permet de prendre en considération dans la pratique professionnelle, **l'ensemble des facteurs** qui entrent en jeu. Les aspects structurels, matériels, personnels, spatio-temporels ont une influence sur le climat ambiant qui s'en dégage. Les tout-petits sont très réceptifs à tout ce qui les entoure. Leurs attitudes, comportements, réactions émotionnelles révèlent ce qui se passe pour eux à cet instant.

Il s'agit donc pour les professionnel·le·s de la petite enfance, d'accorder de l'attention à tous les facteurs déterminants de la santé mentale qui, dans le contexte particulier de l'enfant, agissent sur son état et ses ressources.

- Se familiariser avec **les déterminants de la santé mentale** entre 0-4 ans est déjà le début d'une prise de conscience des facteurs qui agissent sur la santé mentale et sur lesquels il est possible d'agir concrètement.
- Conscientiser **l'impact des représentations** que les adultes se font de la réalité sur les processus d'acquisition des compétences socio-émotionnelles, verbales, cognitives met en lumière les représentations implicites et subjectives sous-jacentes à l'activité professionnelle dans son contexte particulier.
- Promouvoir la santé mentale des tout-petits dans le cadre des prestations de soins en puériculture, d'accueil et d'éducation de la petite enfance est un **exercice réflexif** personnel et communautaire dans le sens de la cohérence entre les principes et les pratiques, l'abstraction et la réalité matérielle.

Pour aller plus loin

Pratiques

Comprendre les facteurs, dans l'environnement immédiat de l'enfant, qui agissent sur lui et sur lesquels il est possible d'agir concrètement

Leviers

S'informer – observer – examiner – questionner – développer et mutualiser les connaissances

Ressources

Documentation – concepts de référence – formation continue – collaboration – synergies

Campagne Santépsy.ch – Projet promotion de la santé psychique des 0–4 ans (colloques et capsules video) www.santepsy.ch

Sources d'inspiration

Promotion de la santé mentale Genève - Dossier «Dès le départ !»

Site genevois avec des informations factuelles et recommandations utiles pour promouvoir la santé mentale (de la population) avec une rubrique spécifique consacrée au développement de l'enfant dans ses premières années de vie.

Infographies, conseils et liens utiles vers des illustrations (capsules vidéo) qui servent de référence sur le sujet. www.minds-ge.ch

b. Savoir que le développement de la santé mentale de l'enfant dépend surtout des adultes qui l'entourent

> «Dans une démarche holistique et imbriquée, le travail quotidien des professionnel·le·s de l'enfance implique de s'ajuster à chaque enfant, dans un contexte collectif.»
>
> **PRO ENFANCE**

L'activité professionnelle dans les champs des prestations petite enfance se situe dans le concret, à l'intersection entre l'individu et le collectif, les concepts généraux et la réalité quotidienne, les principes et les faits, l'observation et l'action, l'objectivité et la subjectivité.

Le développement de la santé mentale dans la petite enfance constitue un **point d'ancrage** dans l'environnement immédiat des enfants et de leurs parents, à l'endroit où ils sont. La santé mentale est aussi pour les professionnel·le·s de la petite enfance un axe transversal pour impulser des améliorations concrètes dans leur environnement, professionnel et personnel.

Les connaissances scientifiques et empiriques dont nous disposons aujourd'hui mettent en évidence les déterminants de la santé mentale. **Elle se développe,** se façonne, évolue en fonction des circonstances **sur la base des expériences vécues** dans la toute prime enfance. Tous ces éléments sont inhérents au microcosme qui entoure l'enfant (et non pas à l'enfant lui-même) et aux **représentations** que chacune et chacun se fait de soi, des autres, de la réalité.

Il est donc particulièrement important de veiller, **dans tous les aspects du quotidien,** aux événements, aux situations, aux postures, représentations, comportements, aux interactions, aux circonstances, aux activités qui influencent l'humeur, l'état d'esprit, les relations interpersonnelles, l'ambiance générale, la motivation.

L'environnement de la petite enfance et la vie avec des enfants est en perpétuel mouvement. Les perturbations de l'équilibre font partie intégrante des expériences mais la santé mentale des adultes est mise à rude épreuve. Les tout-petits dépendent des personnes qui s'en occupent. Il est donc primordial qu'elles veillent à faire en sorte de se sentir bien, détendues et sereines en prenant soin de leurs propres ressources et besoins.

Avoir une pensée critique / Savoir prendre des décisions

- ☞ Les conceptions sociopédagogiques – cadre éducatif – conditions de vie : tous les éléments structurels, organisationnels, personnels, culturels sont déterminés par les adultes.
- ☞ Une posture réflexive sur le sens de la pratique (objectifs, contexte, conditions, sources de satisfaction/insatisfaction), est une posture professionnelle déterminante pour la qualité des prestations destinées aux 0-4 ans.
- ☞ Prendre soin de la santé mentale d'un tout-petit c'est aussi prendre soin de la santé mentale des adultes qui s'en occupent et qui lui servent de point d'appui et modèle de référence.

2 Les finalités et les moyens de l'accueil de l'enfance selon proenfance (cf. www.proenfance.ch)

Pour aller plus loin

Pratiques

Adopter une approche réflexive sur soi et la façon de se concevoir, d'évoluer, d'interagir sur le terrain

Leviers

Questionnement : Identité et conception de soi (QQCOQP ?) :

En solo et en équipe

Jeux de rôles et activités de bien-être qui renforcent l'empathie et la coopération

Ressources

Documentation – concepts de référence – formation continue – collaboration – synergies

Outil intéressant : **« modèle des 12 besoins psychosociaux »**

Sources d'inspiration

Se demander ce que nous aimions, nous inspirait, nous apaisait, nous stimulait et nourrissait notre bien-être et nos sens d'enfant… et aujourd'hui ?…

La nature a des effets neurologiques bénéfiques (perceptions sensorielles)

c. Savoir opérer des bons choix en adoptant des postures, attitudes et actions valorisantes, bienfaisantes et constructives

Le désir de travailler dans l'entourage immédiat de la population enfantine des 0-4 ans est un dénominateur commun autour duquel l'ensemble des personnes impliquées convergent : poser dès le début les bases d'une bonne santé pour permettre à chaque enfant de naître, de grandir et de se développer dans toutes ses potentialités.

Du point de vue de la santé mentale, cela implique **d'oser aborder la pratique dans ce qu'elle représente,** signifie, apporte, comporte, véhicule comme modèles plus ou moins conscients, comme attentes, projections, intérêts, opportunités.

Les professionnel·le·s sont avant tout des personnes avec leurs caractéristiques, ressources, besoins, compétences, contraintes personnelles qui font partie intégrante de la dynamique interactive, du climat ambiant, de l'esprit du lieu et du fonctionnement du microcosme.

Dans une perspective de développement de la santé mentale, le rôle des professionnel·le·s consiste avant toute chose **à réfléchir aux représentations** concernant leur travail, sa finalité, les valeurs et motivations personnelles, qui les animent dans le fait de travailler avec la population cible, dans cet environnement, contexte, cadre, etc.

Avoir une pensée créative / Savoir communiquer

- ☞ Connaître et comprendre **les besoins fondamentaux de l'être humain** en tant que sujet actif et compétent.
- ☞ Développer et renforcer les **compétences psychosociales** nécessaires à la **pratique professionnelle** avec des enfants en bas âge et leurs parents.
- ☞ Accorder de **l'attention aux besoins psychoaffectifs** qui demandent à être satisfaits ici et maintenant en distinguant précisément ceux **de l'enfant et ceux de l'adulte** (parent et professionnel·le·s).
- ☞ **Sensibiliser les parents aux besoins psychoaffectifs** (attachement) et cognitifs (activités stimulantes) de l'enfant : il est en leur pouvoir de créer des bonnes bases pour offrir les meilleures chances de bien se développer sur tous les plans.
- ☞ Si un besoin ne peut être satisfait sur le champ ou une situation réglée dans l'immédiat, accorder la priorité à la **sécurité physique et affective** de l'enfant et du groupe, en examinant autour de soi (collègues, partenaires, réseau professionnel) et de l'enfant, avec ses parents, quelles sont leurs ressources qui peuvent être mobilisées dans l'intervalle.
- ☞ Créer, renforcer et développer **autour de l'enfant** des **conditions propices** aux expériences socioéducatives ludiques et créatives bénéfiques et stimulantes, pour les petits… et les grands.
- ☞ **Se questionner** par rapport au travail : quelle est ma fonction, pourquoi ai-je choisi ce métier, qu'est-ce qu'il m'apporte comme satisfaction, en quoi consiste effectivement mon travail pour qui, comment est-ce que je me sens actuellement dans cette activité, quels sont mes projets, etc.

Pour aller plus loin

Pratiques

Réflexions sur le sens, la pratique, la motivation

La cohérence entre la pratique (réalité) et les représentations (attentes, projections)

Leviers

Questionnement : positionnement (QQCOQP ?) :

En solo et en équipe

Clarification de la mission (objectifs d'activité), du rôle (fonction), des valeurs représentées (motivations personnelles)

Ressources

Référentiels « métiers » - associations et formations professionnelles – chartes institutionnelles – cahier des charges …

Outil : autoévaluation, entretiens périodiques d'évaluation, planification des tâches, réunions d'équipes « au vert », etc.

Plateforme romande pour l'enfance : www.proenfance.ch

Plateforme PEP-CREDE : www.pep-vd.ch

Kibesuisse Fédération Suisse pour l'accueil de jour de l'enfant : https://www.kibesuisse.ch/fr/

Sources d'inspiration

Rencontres, échanges et impulsions du Réseau Lapurla – les enfants explorent :

Initiative née dans le prolongement du Cadre d'orientation – brochure thématique « Eveil esthétique et participation culturelle dès le plus jeune âge » (2019)[3] ; brochure « Vive la créativité dès le plus jeune âge » (2020) : www.lapurla.ch

3 Brochure téléchargeanble : https://www.lapurla.ch/fr/impulse/bestellen/Broschuere.html

Quels sont les aspects auxquels les professionnel·le·s doivent réfléchir pour agir au mieux ?

C. Considérer la pratique dans son contexte particulier

a. Examiner la situation concrète dans son contexte particulier

Les professionnel·le·s de la petite enfance ont un rôle clé dans les processus de **conscientisation** des corrélations entre « ce que l'on fait avec l'enfant et « pourquoi, pour qui on le fait, comment, dans quel, but, avec quelle intention ? ». Une attention particulière doit donc être accordée à ces questions en toutes circonstances.

> « Il faut douter pour explorer (...) et pour s'engager dans la vie, il faut avoir quelques certitudes, mais il faut qu'elles soient évolutives, de façon que nous soyons prêts à changer quand change le contexte. Alors nous éprouvons le plaisir de la découverte et l'étonnement de voir un monde qui n'est plus ce qu'on pensait – je vois les choses autrement. »
>
> **BORIS CYRULNIK**[4]

Le bien-être du tout-petit est conditionné par celui des adultes et des personnes qui s'occupent de lui. Ils ont le pouvoir d'agir sur le climat ambiant (relationnel) en organisant l'espace (lieu, mobilier, matériel), les activités qui ont lieu dans cet espace, leur déroulement et la façon de fonctionner, de communiquer, de « cohabiter » dans ce contexte.

L'être humain adulte dispose de la capacité intellectuelle (cognition) de porter un regard réflexif (se voir, se situer, se positionner) sur ce qui est l'objet de son questionnement (la réalité en l'état). Il se situe toujours à l'endroit où il se trouve physiquement, émotionnellement, psychiquement, physiquement. Autrement dit là où il en est de son parcours existentiel.

L'état des lieux permet d'examiner **les conditions dans lesquelles s'inscrit l'action,** pour pouvoir cerner le plus précisément possible les besoins particuliers de chaque enfant là où il est à ce moment et ainsi adapter la posture et l'action en conséquence.

Savoir résoudre des problèmes / Savoir prendre des décisions

- Le **contexte** : le cadre structurel dans lequel se situe l'action.
- Les **caractéristiques structurelles** : aménagement, configuration des lieux, espaces, matériel, outils de travail.
- **L'organisation fonctionnelle** de l'écosystème : comment est-il organisé, qu'est-ce qui se fait à quel moment, comment (qui suis-je dans ce contexte, ma mission, ma fonction, mes tâches, mes outils) ?
- Les **principes, règles,** hiérarchies, procédures de fonctionnement : quelles sont les limites (interdits) et les possibilités (espaces de liberté), pour qui et pourquoi ?
- Le **concept pédagogique** : quelles sont les visions, valeurs, conceptions éducatives, auxquelles se rapportent les activités, l'organisation, les personnes ?
- Le **sujet (Je)** : qui suis-je ici (identité), quelle est ma fonction, mon rôle, mon statut par rapport à qui, pour faire quoi, dans quel but (précis), comment, avec quels moyens (outils) et quelles ressources (personnelles) puis-je agir au mieux (de mes capacités) pour réaliser cet objectif dans ce contexte ?
- **Marge de manœuvre** : quelles sont les limites objectives (physiques, corporelles, matérielles, spatiales et temporelles) et subjectives (personnelles propres à chaque individu) à prendre en considération et comment les activer, les renforcer pour produire les effets souhaités (bien-être) ?

[4] Cyrulnik B. (2022), Le laboureur et les mangeurs de vent. Liberté intérieure et confortable servitude, p.204

Pour aller plus loin

Pratiques

Etats des lieux et analyses de la situation : bilan de compétences

Examiner l'activité professionnelle dans son contexte particulier en distinguant les données factuelles et objectives (les faits réels) des effets subjectifs qu'elles produisent sur les personnes concernées (enfants, adultes, professionnel·le·s)

Leviers

Savoirs être – faire – communiquer à bon escient (CPS)

Développer et renforcer les compétences personnelles et professionnelles (techniques)

Ressources

Formations continues – colloques – séminaires – lectures

Connaissances et expériences

Sources d'inspiration

Espaces de rencontres et d'action communautaire

Vie associative – culturelle – sportive

b. Questionner les représentations (conceptions) pour clarifier les intentions

La posture « professionnelle » dans les contextes de vie de la petite enfance est celle de l'adulte conscient de sa responsabilité, de sa mission, de son rôle spécifique, de sa fonction, de sa marge de manœuvre, de ses propres besoins, de ses ressources, limites et contraintes personnelles.

La posture se définit toujours par rapport à un contexte déterminé, au statut, au rôle par rapport aux autres personnes qui évoluent dans un même environnement. Elle est la représentation du rôle que chacune et chacun se fait de soi-même (sujet) par rapport à l'objet avec lequel il interagit, même si celui-ci est aussi un sujet.

Accompagner au mieux un enfant dans ses développements et sa santé mentale, implique de la part des adultes qui s'en occupent, en particulier les professionnel·le·s, de prendre en considération leur propre subjectivité dans la façon de voir, de comprendre et d'agir sur la réalité.

Avoir conscience de soi / Avoir de l'empathie pour les autres

- **Soi-même :** Qui suis-je, pourquoi, dans quel but, quelles sont mes valeurs, aspirations, besoins, attentes, compétences, ressources, expériences, objectifs, intentions, etc.
- **L'enfant :** est le **sujet actif** de ses explorations **qui fait l'objet de l'attention** de l'adulte qui l'accompagne (sujet).
- **Les autres personnes :** se posent la même question à leur sujet par rapport à ce qui les entoure (objet).
- Qu'est-ce que **ce contexte** me révèle (dans le regard et le comportement de l'autre) qui me permet de me **situer** (repères), de **comprendre** en quoi consiste mon **rôle** spécifique (compétences et ressources personnelles) dans la **réalisation** de l'objectif visé ?

Pour aller plus loin

Pratiques

Posture et qualités professionnelles : compétences relationnelles

L'empathie est un facteur clé dans les soins, l'accueil, l'éducation de la petite enfance et l'action communautaire (soutien parental, intégration, socialisation)

Leviers

Savoirs être – faire – communiquer à bon escient : CPS

Savoir distinguer le sujet et l'objet d'observation, reconnaître ses limites et possibilités, écouter et verbaliser les émotions, poser les actes cohérents et conséquents

Ressources

Développement personnel et professionnel : formations continues - colloques – inter-supervisions

Cadre institutionnel et formations proposées aux collaboratrices et collaborateurs

Interventions externes dans le contexte d'activité

Sources d'inspiration

Ressources externes pour les professionnel·le·s de la petite enfance : p.ex.

Association Education familiale https://www.education-familiale.ch/fr/activites-professionnel-les

Plateforme PEP-CREDE www.pep-vd.ch

https://pep-vd.ch/presentation-de-pep/plate-forme-pep-crede/

Association Emmi Pickler-Lócksy http://www.pikler.ch/fr

c. Identifier les enjeux et les défis subjectifs et objectifs : ressources et contraintes

Chaque enfant est un individu à part entière, sujet et acteur de son parcours. Il va évoluer au fur et à mesure de ses expériences et des étapes de son développement, à son propre rythme et à sa façon. Une conjonction de nombreux facteurs – qui ne dépendent pas de lui mais sur lesquels les adultes qui l'entourent peuvent agir concrètement – interfère dans les processus de développement de sa santé mentale.

Connaître l'enfant dans sa filiation, ses parents, sa famille, sa niche de développement fournit des indications précieuses sur ses repères, ceux qui renforcent ses ressources, afin d'en tenir compte dans l'accompagnement de l'enfant.

Ses besoins fondamentaux, physiques, psychoaffectifs et cognitifs doivent être satisfaits. Une **alimentation** saine, des **habitudes**, des **comportements** et des **activités salutogènes** (bénéfiques pour la santé), sont des facteurs de protection qui agissent sur le développement fœtal et le cerveau du jeune enfant. L'enfant doit cependant aussi être **nourri** sur les plans psychoaffectifs et cognitifs. La qualité relationnelle et la stimulation sensorimotrice sont déterminantes pour la santé mentale.

Le rôle des professionnel.le.s de la petite enfance consiste à sensibiliser **les parents** aux facteurs qui favorisent/affectent le bon développement cérébral et le bien-être de l'enfant tout en valorisant leurs ressources et leur compétences parentales. Les parents ont eux aussi des connaissances fondées sur leurs propres expériences et observations en matière d'éducation.

S'intéresser à l'enfant c'est donc aussi s'intéresser à son histoire personnelle et familiale, à ses racines, ses parents en les questionnant sur ses besoins particuliers, ses habitudes, préférences, expériences… et sur les leurs, en tant que parent, père, mère.

Savoir communiquer efficacement / Être habile dans les relations interpersonnelles

- ☞ Répondre aux besoins d'un jeune enfant ⇔ **Savoir reconnaître** ce dont il a vraiment besoin en adoptant la posture et la réponse adéquates pour l'aider à comprendre.
- ☞ Renforcer la **collaboration avec les parents** en s'intéressant aussi à qui ils sont, d'où ils viennent, leurs besoins, réflexions, attentes, modèles éducatifs, culture…
- ☞ Les pratiques éducatives sont très **empreintes des conceptions** socioculturelles, économiques et politiques à propos de l'enfant, du parent, de la famille, d'une «bonne» éducation, des compétences utiles ou nécessaires qu'il convient de valoriser.
- ☞ **Les référentiels** communs sont nécessaires mais il est aussi nécessaire de les questionner afin de comprendre le monde et d'examiner s'ils sont toujours d'actualité et pertinents
- ☞ Questionner les référentiels qui nous ont «forgés» dans nos apprentissages révèle aussi des émotions, des **systématiques, des styles d'attachement, des «savoirs» acquis.**
- ☞ Oser **questionner les «consensus» implicites**, les zone d'ombres que l'on ne veut ou ne peut pas voir dans nos façons de fonctionner, de nous représenter, d'agir et de communiquer.

Pour aller plus loin

Pratiques

Connaître l'enfant : partenariat co-éducatif parents- professionnel·le·s

Examiner avec les parents le(s) besoin(s) particulier(s) de leur enfant : qui est-il ?

Examiner avec les parents leurs propres besoins en matière d'informations utiles et pertinentes pour eux

Leviers

Connaissances - Communication - Coopération : CPS

Partenariat éducatif et mutualisation des connaissances concernant l'enfant

La posture professionnelle consiste à élargir l'angle de vision pour comprendre le développement de l'enfant dans sa globalité et ainsi pouvoir l'accompagner avec ses parents (figures d'attachement) au mieux dans ses capacités, ses apprentissages et sa santé mentale compte tenu de son histoire personnelle et familiale.

Bien connaître l'enfant et ses développements entre 0 et 4 ans permet aux professionnel·le·s de la petite enfance d'identifier précisément ce que l'enfant dont il est question est en train de vivre comme expérience. Celle-ci se situe et se déroule dans le contexte où il se trouve à ce moment et avec lequel il interagit. Ses comportements manifestent des façons de réagir acquises au contact de ses proches pour obtenir ce dont il a besoin à l'instant. Autrement dit, ce n'est pas l'enfant qui est « difficile » ou « facile », « turbulent » ou « sage », mais la situation dans son environnement qui le perturbe ou lui est agréable.

Ressources

Connaître et communiquer avec les (futurs) parents

Les informations pertinentes à connaître de part et d'autre sur les facteurs de bien-être de l'enfant qui le soutiennent dans sa santé mentale et ses développements

Les ressources, prestations qui leur sont destinées dans une perspective de promotion de la santé mentale et de renforcement de l'auto-efficacité parentale

Sources d'inspiration

Matériel destiné aux parents - sites de référence - prestations de soutien à la fonction parentale - action communautaire à bas seuil d'accès

- Lieux d'accueil enfants-parents – visites à domicile
- Espaces de rencontre – prévention – maisons de quartier
- Organismes de promotion de la santé et sites de référence

Concernant les écrans : projet REPER – outils pédagogiques pour les parents et les professionnels
https://www.reper-fr.ch/particuliers/parents/outils-pedagogiques/charte-ecrans-pour-la-famille

Bon à savoir

Le sommeil

Il a une fonction primordiale dans le développement de la santé mentale et des apprentissages. L'enfant en bas âge a besoin de beaucoup de sommeil. Quand il dort, le cerveau travaille beaucoup, en l'occurrence l'hippocampe. Cette partie du cerveau est responsable du fonctionnement de la mémoire et des apprentissages (compétences, habitudes, gestuelle, etc.). A ce moment, la mémoire rejoue tout ce qui s'est passé en état d'éveil pour caser les informations, créer des connexions, apprendre tout ce que l'enfant a vécu et imprimé comme stimulations au cours de sa journée.

Facteurs bénéfiques

Des conditions de vie favorables et un environnement affectif adéquat durant la grossesse et les premières années de vie auront un effet d'autant plus important que les facteurs bénéfiques s'additionnent.

L'alimentation

Elle joue un rôle majeur : il faut énormément d'énergie pour soutenir l'intense activité cérébrale des 1000 premiers jours de vie. Quand on est un nourrisson, 50% à 75% de la nourriture ingérée est ensuite utilisée pour fournir de l'énergie au cerveau. Une alimentation insuffisante peut occasionner des retards de développement et de croissance.

Les écrans

Un tout jeune enfant occupé à jouer perd environ 20% de sa capacité d'attention (donc d'apprentissage) sur ce qu'il est train de faire, lorsque dans la même pièce se trouve une TV allumée avec un fond sonore.

Qu'est-ce que cela implique concrètement sur le plan pratique (activités) ?

D. Organiser l'environnement (cadre) et les pratiques (activités) autour de l'enfant

a. Adapter l'organisation du temps, de l'espace et des activités autour de l'enfant

Dans **le contexte de l'accueil de la petite enfance** (familial ou institutionnel) les adultes référents doivent être attentifs à tous les aspects organisationnels, logistiques, pratiques, structurels, matériels (cadre et activités) qui favorisent le bien-être de l'enfant en respectant ses besoins biologiques (sommeil, repas, soins corporels), affectifs (attachement) et cognitifs (activités sensorimotrices). La qualité du cadre et les conditions d'accueil sont des facteurs déterminants du point de vue de la santé mentale.

Le jeune enfant va rapidement apprendre à s'adapter à son nouvel environnement et à ses adultes référents dont il dépend. Il doit donc « composer avec » les données du lieu, les changements de personnes, les circonstances, le rythme, le fonctionnement propre à la famille ou à la structure d'accueil. Cela exige de sa part de devoir mobiliser ses ressources adaptatives. Il incombe donc à l'adulte référent, en collaboration étroite avec les parents, de veiller à **respecter au mieux le rythme** et les besoins physiologiques du tout petit en adaptant l'organisation du quotidien et de l'accueil en conséquence.

S'occuper d'un tout-petit, voire de plusieurs enfants en bas âge est une activité exigeante. Pour **être disponible à ce qui arrive**, il faut pouvoir se trouver dans de bonnes dispositions. Cela présuppose comme condition que les besoins fondamentaux soient satisfaits. Cette règle élémentaire, mais déterminante pour le bon développement de l'enfant, est un principe qui s'applique aussi à n'importe quel adulte ! Celui-ci, toutefois, a appris à « compenser », à nier les surcharges (fatigue), les manques (frustrations) par des mécanismes de vases communicants, des stratégies de gestion et d'organisation, des outils et des techniques sophistiquées.

La posture professionnelle réside aussi dans la capacité à concevoir, organiser, aménager gérer, **évaluer l'espace nécessaire** à l'équilibre sain de l'écosystème. Cela implique un exercice de distanciation sur la pratique et les considérations subjectives pour pouvoir évaluer l'adéquation de l'organisation du temps et de l'espace par rapport aux besoins effectifs, individuels et collectifs.

Avoir une pensée critique / Savoir résoudre des problèmes

- Déterminer le cadre et les conditions qui garantissent à chacune et à chacun **la sécurité** de pouvoir s'y sentir à son aise dans l'accomplissement de ses tâches, ses activités en fonction de ses possibilités et de ses besoins.
- Organiser **le déroulement de la journée et des activités** en fonction des besoins fondamentaux (biologiques) de chaque enfant (rythme, habitudes, rituels...).
- Observer **les besoins psychoaffectifs particuliers** de chaque enfant (identifier le véritable besoin de l'enfant qu'un comportement exprime).
- Organiser les activités sensorimotrices en fonction des **intérêts particuliers** de chaque enfant (l'observer et l'accompagner).
- Oser en **«faire» moins** pour **pouvoir «être» bien**, disponible, réactif et créatif.
- La nature et la **simplicité** ont un effet apaisant, ressourçant et stimulant.
- **Pour l'adulte : Evaluer** l'espace (temps et structurel), le matériel, les activités avec et pour l'enfant ou parent, du point de vue de la santé mentale (bien-être = détente) et des bénéfices réels pour l'enfant (psychomoteurs, affectifs, cognitifs).

Pour aller plus loin

Pratiques

Réflexivité sur l'organisation, le fonctionnement, les activités, les représentations concernant l'accueil (en milieu familial ou en collectivité):

Aménager les conditions d'accueil de sorte à respecter les besoins physiologiques, psychoaffectifs, cognitifs de chaque enfant.

Leviers

Agir sur le concret : l'espace, le temps, le matériel

Aménager les lieux de sorte à permettre à chaque enfant de pouvoir évoluer, observer, se reposer, explorer ou se retirer en fonction de ses besoins en toute sécurité et en bénéficiant d'une attention constante, chaleureuse, bienveillante et rassurante.

Ressources

Inclure l'enfant dans les tâches ordinaires

Sources d'inspiration

Tout peut être une source d'inspiration, d'étonnement, d'émerveillement … du point de vue de l'enfant … l'accompagner dans ses observations, ses découvertes, ses émotions est une source d'apprentissage pour le petit et le grand enfant.

Films www.enfants-4.ch/fr/projekt

b. Identifier et verbaliser ses besoins en mettant des mots sur les émotions et perceptions

Une bonne santé mentale est la ressource qui permet à tout individu d'exécuter les multiples tâches quotidiennes, de gérer les aléas, de surmonter les difficultés renforçant ainsi le sentiment d'auto-efficacité, la participation, la dynamique co-constructive et les relations interpersonnelles.

Les enfants en bas âge ont besoin de pouvoir compter sur des adultes confiants, disponibles, bien disposés, bienveillants à leur égard, en toutes circonstances. Les adultes ont donc la responsabilité de reconnaître leurs propres **besoins psychoaffectifs**, souvent négligés ou réprimés (reconnaissance, compréhension, empathie, aspirations…), leurs limites et leurs ressources.

Toucher à ces aspects réveille des **émotions refoulées** ou occultées qui se manifestent de diverses manières, souvent difficiles à accepter. Oser admettre les faits qui dérangent ou exprimer un besoin en demandant de l'aide est en réalité très simple pour un tout petit et compliqué pour un adulte. L'exercice est d'autant plus délicat pour les professionnel·le·s de la petite enfance qu'il s'inscrit dans une activité au cœur du vivant où les représentations culturelles, morales et subjectives concernant l'enfance, les soins, l'éducation, la famille, ce qu'il faut faire pour « être bien » se sont profondément enracinées… dans la toute prime enfance.

Pour pouvoir **accompagner efficacement** les jeunes enfants et répondre de façon adéquate et factuelle aux besoins psychoaffectifs qui demandent à être satisfaits, il est donc primordial que les professionnel·le·s de la petite enfance **questionnent leurs propres référentiels**, motivations, aspirations et besoins personnels. Accepter de faire moins, de rester bien ancré·e dans le concret, terre à terre, à l'écoute et disponible à ce qui se présente, permet d'apaiser les émotions et de s'harmoniser avec l'environnement. C'est du reste ainsi que le bébé interagit avec ses premières figures d'attachement (prosodie, sourires, regards).

Savoir gérer son stress / Savoir réguler ses émotions / Savoir communiquer

- ☞ Identifier les **sources de frustrations** (charges, manques) qui occasionnent des tensions, malaises et les ressources (aides, apports) qui permettraient de les atténuer, de les apaiser.
- ☞ Accepter de **«faire» moins** et plus simple **pour «être» mieux** et disponible : présence à soi pour rester ancré dans le concret avec l'enfant et les activités qui lui procurent un bénéfice réel pour son bien-être.
- ☞ Reconnaître et **verbaliser les besoins** personnels, les ressources, les contraintes et les disponibilités pour pouvoir examiner les options possibles et prendre les dispositions.
- ☞ Dire ce que l'on fait et faire ce que l'on dit : **cohérence** et communication favorisent la confiance mutuelle et la concertation constructive (dynamique de groupe).
- ☞ Distinguer les **exigences objectives** (environnement) et les **attentes subjectives** (représentations morales).

Pour aller plus loin

Pratiques

Gestion quotidienne du stress dans l'exercice de la pratique

Leviers

Posture professionnelle : cohérence entre les principes et les pratiques

Reconnaître en soi sans les juger, les émotions, les sensations que réveillent certaines situations dans l'exercice de la pratique

Distanciation – Réflexion –Observation : déjouer les maux avec ses propres mots

Avoir conscience de soi / Avoir une pensée critique / Savoir gérer son stress et réguler ses émotions / Savoir communiquer

Conscientiser et développer les compétences psychosociales individuelles et collectives

Chercher, demander, proposer de l'aide autour de soi

Distinguer les contraintes morales (jugements, attentes, projections) et objectives (formelles, structurelles, techniques, matérielles, physiques)

Ressources

Confiance mutuelle : collégialité, esprit d'équipe, relations interpersonnelles saines, climat cordial, respectueux de l'espace nécessaire à chacune et à chacun

Règles du jeu et limites claires : connues, acceptables et acceptées

Organigramme structuré et cohérent : postes, fonctions, rôles

Transparence et organisation : qui fait quoi, où, quand, comment, pour qui/quoi ?

Référentiels explicites : concepts, approches, méthodes, activités

Espaces temps et physiques : adaptés aux contraintes réelles et nécessaires pour pouvoir accomplir un travail de qualité et qualifiant pour l'enfant, ses parents

Sources d'inspiration

Le corps en tant qu'organisme complexe et parfaitement conçu pour être viable, fonctionnel, résilient, apprenant, réactif et mobile. Être à l'écoute des signaux qu'il émet (émotions, sensations) permet de se comprendre et d'évoluer dans son environnement

Qu'est-ce qui renforce, stimule la confiance, l'autonomie, la créativité du jeune l'enfant ?

E. Être compris dans ses besoins comme un sujet actif, curieux et apprenant

a. Savoir être à l'écoute et observer l'enfant dans ce qu'il est en train de « faire »

Le fait de parler, de chanter, de faire des câlins, des sourires et des mimiques, les repas, les promenades, les soins sont autant d'interactions au cours desquelles le tout-petit est en communication avec les personnes qui s'occupent de lui. Du point de vue du développement cérébral, ces échanges sont essentiels dans l'acquisition des compétences relationnelles et du langage.

Les enfants sont des petits philosophes ingénieux, créatifs, capables de s'adapter et d'évoluer en mobilisant leurs ressources qu'ils ont pu développer grâce aux interactions, à l'attention, aux petits faits et gestes qu'ils observent, apprennent à imiter, à reproduire, à transformer de mille et une façons.

Plutôt que de vouloir le stimuler sans cesse, il est important de permettre à l'enfant de vaquer tranquillement à ses occupations. Les moments d'inactivité (apparente du point de vue de l'adulte), quand l'enfant est éveillé et qu'il observe ou se retire pour s'isoler, sont très importants pour lui. Ils lui permettent d'incorporer ce qui se passe autour de lui dans son propre univers. Il n'en est pas moins concentré et absorbé par ses observations. Elles participent aussi du développement de son langage intérieur, de son imagination et de sa créativité, des compétences clés qu'il s'agit d'encourager.

Par conséquent, il s'agit **d'adopter la distance et la posture adéquates**, ainsi que le juste **équilibre** entre les phases d'activités stimulantes et les moments de repli nécessaires à l'assimilation des expériences. Là encore, l'expérience professionnelle, les techniques « métier » et les connaissances concernant les processus de développement en cours dans la petite enfance, permettent aux professionnel·le·s d'accompagner judicieusement le jeune enfant dans sa santé mentale.

Savoir communiquer efficacement / Être habile dans les relations interpersonnelles

- ☞ Observer le comportement de l'enfant pour identifier ce qui le préoccupe, l'inquiète ou au contraire l'intéresse, l'intrigue, lui plaît ou le dérange permet **d'ajuster la posture** et **d'agir au mieux** par rapport à l'enfant (sujet particulier).
- ☞ Être toujours dans la présence bienveillante et constante : un **repère** pour l'enfant.
- ☞ Veiller à ce que tous ses besoins présents soient satisfaits : **observer** la situation.
- ☞ Questionner les faits pour identifier ce qui doit / peut être fait : **analyser** la situation.
- ☞ Evaluer la distance entre ce qui devrait être et ce qui est : **réfléchir** et identifier les ressources disponibles / nécessaires.
- ☞ Planifier et organiser les actions à entreprendre : **décider** et agir.
- ☞ S'informer et communiquer : **dire** ce que l'on fait et **faire** ce que l'on dit.
- ☞ Constater les résultats et les effets produits : documenter et **valoriser**.
- ☞ Travailler en équipe pour améliorer les chances de succès et agir de concert dans le même sens (**consensus**).

b. Poser les bases pour aider l'enfant à nommer et réguler ses émotions : verbaliser

L'apparition des premiers mots et du langage verbal entre 2 et 3 ans signifie, du point de vue de la psychologie du développement du jeune enfant, **une étape majeure de transformations**. Elle « propulse » le jeune enfant dans une nouvelle dimension pour lui. Ce passage du monde des interactions sensorimotrices à celui des représentations est, comme tout changement irréversible de situation, de statut, d'environnement, une épreuve perturbante puisqu'elle signe la « fin » et le « début » d'un mode de communication. Ces crises passagères peuvent être éprouvantes, physiquement et psychiquement, pour lui-même et pour son entourage. Elles sont d'autant plus déroutantes lorsque la structure et l'organisation de sa niche de développement est instable, défaillante ou précaire.

Il convient donc d'aider le tout-petit à **établir des liens** entre les faits en les nommant et en essayant avec l'enfant de décrire ce qui a provoqué sa réaction et ce qu'il est en train de vivre. Cet exercice qui consiste à verbaliser les faits et les émotions **aide le tout-petit à calmer** la partie du cerveau qui gère les émotions (système limbique) et qui fonctionne un peu comme un système d'alarme. **La cohérence** entre la perception de la réalité qui est celle du jeune enfant et le sens intelligible que l'adulte lui donne est un facteur déterminant de la santé mentale. **La façon d'accompagner l'enfant** dans **sa compréhension** des faits et des expériences significatives pour lui, joue un rôle déterminant sur son « appareil à voir » le monde et la coloration affective qu'il va attribuer aux événements par la suite.

Avoir de l'empathie pour l'enfant / savoir l'aider à réguler ses émotions

- ☞ **Verbaliser** les émotions, positives et négatives, en les associant à ce qui se passe.
- ☞ **Observer** ce qui se passe pour l'enfant à partir de son point de vue, de sa réalité.
- ☞ **Conscientiser ses propres émotions** de sorte à pouvoir les contrôler et les verbaliser (réflexivité et conscientisation de sa propre subjectivité).
- ☞ **Manifester de l'intérêt** et de l'attention envers ce que l'enfant cherche à exprimer de lui-même à son rythme et à sa façon.
- ☞ **Reconnaître ses propres émotions** de sorte à pouvoir les contrôler (réflexivité).

Bon à savoir

En raison de l'immaturité de son cerveau, le jeune enfant n'est pas encore capable de comprendre par lui-même ce qui lui arrive mais qui le perturbe. De même, il ne sait pas faire les corrélations entre l'impact qu'un événement externe produit (cause) sur lui et sa réaction émotionnelle (effet). La réaction, la posture, l'attitude, les propos de l'adulte par rapport à une situation sont déterminants dans le développement psychoaffectif et cognitif du jeune enfant. La façon de réagir face à un événement révèle des représentations qui sont celles de l'adulte mais que le tout-petit va imprimer et garder en mémoire.

c. Poser un cadre cohérent et sécurisant pour accompagner l'enfant dans son parcours

Un cadre stable, cohérent, rassurant et stimulant dans la petite enfance est le socle sur lequel se développent la santé mentale et l'éducation. Il pose les **prémices du « langage intérieur »** fondamental dans les processus d'acquisition et de développement des compétences socio-émotionnelles et verbales.

Dans le contexte de l'accueil familial ou collectif de la petite enfance, les professionnel·le·s qui travaillent sur le terrain doivent composer avec cette double contrainte : répondre de façon appropriée aux besoins de chaque enfant tout en préservant la sécurité et la stabilité du cadre, nécessaires au bon fonctionnement du microcosme.

Ce processus d'adaptation continue à de nouvelles donnes est le principe d'évolution de toute communauté humaine. **Les changements** de situation, les perturbations dans l'environnement, les séparations, les épreuves font partie intégrante de l'existence. Ils sont autant d'expériences d'apprentissages difficiles et douloureuses à affronter, à traverser et à surmonter. Elles mobilisent à cet effet des ressources conséquentes pour pouvoir supporter simultanément la perte des repères rassurants sur lesquels il était possible de s'appuyer jusqu'alors et les incertitudes quant à ce qui est à venir.

Les **transitions sont des périodes de vulnérabilité**, pour tout être humain qui doit se repositionner, retrouver un équilibre sans pouvoir se référer à des connaissances acquises ou des expériences passées. Chez le bébé et le très jeune enfant, ces moments de transition sont des points charnière dans la journée et dans le parcours éducatif.

Les professionnel·le·s de la petite enfance peuvent accompagner ces transitions de façon bienveillante, encourageante et ferme en préparant ces changements avec l'enfant. Le fait de verbaliser avec l'enfant – en se mettant à sa portée – ce qui va se passer (par exemple une sortie ou la fin d'une activité), l'aide à se préparer et se à se sentir lui-même actif.

Renforcer les ressources adaptatives de l'enfant : confiance - résilience - curiosité

- ☞ **Anticiper** les changements et préparer les transitions avec l'enfant (repères, rituels).
- ☞ **Préparer et encadrer la transition :** l'aider à se préparer et lui donner le temps de s'adapter.
- ☞ **Donner des repères fiables à l'enfant** (rassurer et réconforter).
- ☞ **Planifier et coordonner** les passages entre les adultes qui se relaient autour de l'enfant.
- ☞ **Renforcer la communication et les synergies** entre les adultes autour de l'enfant (continuité du parcours).

Bon à savoir

La réalité du jeune enfant est un parcours d'interactions physiques avec le biotope dans lequel il baigne avant sa naissance et qui se prolonge, dans le maternage, au contact des personnes qui l'accueillent, le portent, le protègent, veillent sur lui, le rassurent, le nourrissent, l'aiment. Ces premières figures d'attachement posent les bases de sa sécurité, de sa confiance, de son autonomie, de son identité, de sa façon de se percevoir, d'évoluer, de se projeter, de s'engager, de s'accomplir et de s'épanouir.

d. Valoriser les ressources et compétences parentales dans l'échange et la considération

Le champ de la petite enfance est un microcosme cosmopolite dans lequel toute la diversité des réalités sociales, culturelles, économiques se retrouve. Les professionnel·le·s de la petite enfance rencontrent dans la pratique de leurs activités toutes sortes de populations et de situations diverses.

Cette caractéristique implique aussi de la part des professionnel·le·s qui œuvrent sur le terrain avec les populations cibles, enfants, parents, familles, des **activités de médiation culturelle.** Il ne s'agit pas seulement de traduire mais bien plus de trouver un terrain d'entente sur lequel chacune et chacun se sente compris·e, respecté·e et reconnu·e pour ce qu'il·elle est en tant que personne avec ses caractéristiques, sa vision du monde, ses aspirations et motivations personnelles, son expérience et les compétences qui en résultent.

Les professionnel·le·s de la petite enfance sont des généralistes qui, sans être des spécialistes de la santé mentale et des interprètes communautaires, jouent néanmoins un rôle fédérateur pour agir sur le concret, avec la participation active des (futurs) parents, en créant ensemble autour de l'enfant, avant même sa naissance, les conditions favorables nécessaires à son développement cérébral, physique, psychique.

Promouvoir activement la santé mentale des enfants de moins de 4 ans, ne peut donc se faire sans s'intéresser à sa niche écologique. Dans cette optique, il s'agit d'intégrer dans la pratique avec les parents, la sensibilisation aux facteurs objectifs qui affectent le développement cérébral et ceux qui le favorisent en renforçant les ressources de l'enfant.

Dans le cadre des interventions, des contacts bilatéraux, des échanges formels et informels avec les (futurs) parents, il convient donc d'accorder de l'attention, un intérêt bienveillant et neutre (non jugeant et sans idées préconçues) aux aspects suivants :

- le bien-être et les besoins de la mère durant toute la grossesse (formation du fœtus) ;
- le bien-être des (futurs) parents et la qualité des liens d'attachement qui se tissent déjà durant la phase prénatale ;
- les conditions qui entourent la grossesse, l'accouchement – la naissance, les soins prodigués à la mère et à l'enfant, au deuxième parent, aux enfants déjà présents ;
- la façon dont les pères sont associés et impliqués émotionnellement, psychiquement, physiquement dans leur rôle paternel mais également en tant qu'hommes (masculinité) ;
- les diverses façons de « faire famille », d'être ou de devenir parent (monoparentalité, homoparentalité, familles recomposées, adoptives) ;
- la façon dont les parents conçoivent la parentalité, la famille, le bien-être, l'éducation, l'enfant dans ce qu'il est pour chacun d'eux et comment ils se situent eux-mêmes par rapport à leur propre enfance…

Renforcer les ressources personnelles et l'intelligence collective autour de l'enfant

- ☞ Mettre en lumière **les petits actes anodins** qui produisent de grands effets.
- ☞ Transmettre et **partager des valeurs positives** qui encouragent l'exploration, l'expérimentation, l'essai, la persévérance.
- ☞ Partager les expériences, les découvertes, le plaisir d'être et de **progresser ensemble.**
- ☞ S'informer, se former, transmettre et **partager les connaissances** à prendre en compte pour accompagner au mieux la santé mentale de l'enfant en 0-4 ans.
- ☞ **Connaître l'éventail de prestations** petite enfance - soutien à la parentalité visant à développer les liens, réseaux sociaux de proximité dans les lieux de vie.

Bon à savoir

La venue au monde d'un enfant est un événement majeur qui transforme la vie de ses parents, leur façon de se percevoir par rapport à leurs propres parents, à leur enfance, à l'éducation qu'ils ont reçue, leurs racines, leurs attentes, espoirs, à leur conjoint, leur travail, statut social, ressources et façons de se projeter dans l'avenir. Toutes ces questions sur le sens, l'identité, la filiation, la parentalité, les besoins personnels sont à prendre en compte dans une **approche co-éducative inclusive, positive et cohérente autour de l'enfant.** Dans cette optique, les professionnel·le·s de la petite enfance contribuent au bien-être de l'enfant en portant une attention à ses figures d'attachement, à ce qui compte à leurs yeux, ce qui les ressource et ce qu'elles souhaitent partager, transmettre au bébé.

Quels sont les réflexes à intégrer dans l'activité professionnelle et la vie quotidienne ?

F. Ancrer la santé mentale comme point de repère pour adopter les bonnes pratiques

a. Accompagner le développement de la santé mentale dans la petite enfance c'est…

En somme, accompagner l'enfant dans le développement de sa santé mentale, c'est mettre en pratique les compétences et les connaissances professionnelles au service de l'enfant :

- **Sensibiliser** aux facteurs nutritionnels, affectifs, organisationnels et structurels qui interfèrent sur le développement de la santé mentale entre 0-4 ans.
- **Connaître** les principes qui favorisent le bon développement (cérébral, affectif, relationnel) durant la phase gestationnelle et la toute prime enfance : concept des 1000 premiers jours.
- **Transmettre et partager** entre collègues professionnels de la petite enfance et avec les parents, des informations fiables comme base de réflexion – discussion sur les questions, sujets à prendre en considération dans la vie quotidienne avec des 0-4 ans.
- **Identifier et valoriser** les ressources/compétences de l'enfant et des personnes qui l'entourent en soulignant les bénéfices de part et d'autre (plaisir d'être ensemble).
- **Ancrer** dans la pratique des professionnel·le·s de la petite enfance la réflexion et la concertation autour des déterminants de la santé mentale comme moyen d'action dans une perspective de développement (information – formation – transformation) professionnel et personnel.
- **Prendre conscience** des postures, des attitudes et des activités qui favorisent le développement des CPS dans la petite enfance.
- **Encourager** le développement des synergies entre les adultes, parents et professionnel·le·s de la petite enfance qui gravitent dans l'entourage de l'enfant pour consolider les liens qui le soutiennent dans sa confiance.
- **Anticiper et intégrer** les transitions comme un espace de préparation avec des repères pour l'enfant afin qu'il puisse intégrer l'information et le changement comme événement dont il est lui-même sujet actif.
- **Cultiver** le plaisir d'apprendre en nourrissant ce besoin naturel de comprendre ce qui se passe au travers d'expériences positives, intéressantes, créatrices de valeurs favorisant l'ouverture au monde, le questionnement, l'agilité face aux changements, la confiance et la résilience pour surmonter les épreuves.
- **Adapter** l'organisation aux besoins de l'enfant en respectant son rythme biologique (sommeil/éveil) et ses processus de développement (apprentissage), son individualité, ses préférences (intérêts, goûts, affinités).
- **Aménager** un environnement sain, rassurant, stimulant et adapté pour l'enfant dans lequel il se sent en sécurité et peut être libre de ses mouvements. L'adulte garde constamment en ligne de mire la sécurité physique et les besoins de l'enfant.

b. Pratiquer les principes de base d'une bonne santé mentale : petit aide-mémoire

- Être et rester en toutes circonstances un **repère** stable, fiable, ancré et visible, de près comme de loin.
- Être et rester dans la **conscience** de ce qui est en train de se dérouler pour comprendre l'enfant à partir de son point de vue, de sa situation particulière.
- Être et rester dans la conscience des **intérêts en jeu** dans les interactions avec les autres parties prenantes du même environnement.
- Chaque personne perçoit et comprend **la situation** à partir de son propre point de vue, de son rôle, de sa fonction, de son vécu.
- Chaque point de vue est un **éclairage** subjectif et partiel sur la situation… pour pouvoir mieux la comprendre dans son ensemble.
- Agir dans le **concret** produit des résultats concrets et des effets immédiats.
- Les **résultats** concrets produisent des petits et grands effets visibles sur le bien-être.
- Le bien-être est une **aspiration** qui fait pousser des ailes et repousser les limites.
- Prendre de la **hauteur** et un bol d'air pour retrouver son souffle.
- Se réjouir de pouvoir poursuivre l'**aventure** et reprendre son courage à bras le corps.
- Veiller à ce que chaque enfant puisse évoluer et s'épanouir en toute **sécurité**.
- **Prendre soin** de soi et de sa propre santé mentale.
- **Encourager** la curiosité et le désir de comprendre, d'expérimenter, de jouer, de créer, de questionner, d'essayer, de persévérer.
- Accorder la priorité aux **activités** qui font du bien à la tête, au corps et au cœur.
- …

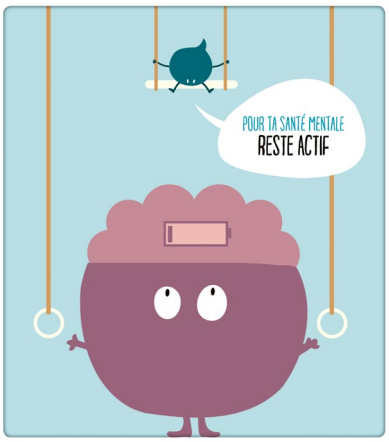
Prenez soin de vous au quotidien.

Prenez soin de vous au quotidien.

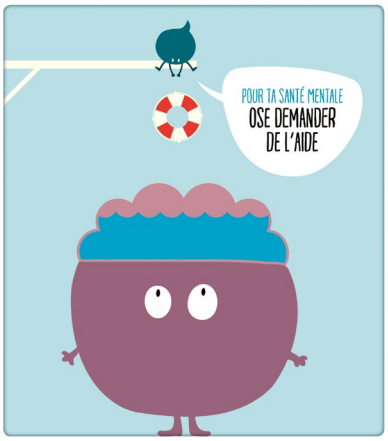
N'hésitez pas à vous confier à un médecin ou à un autre professionnel.

Reconnaissez vos forces tout en respectant vos limites.

Cultivez votre créativité et faites des activités qui vous plaisent.

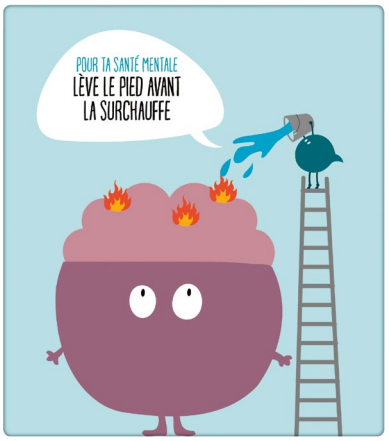


Bougez au quotidien pour vous sentir bien.



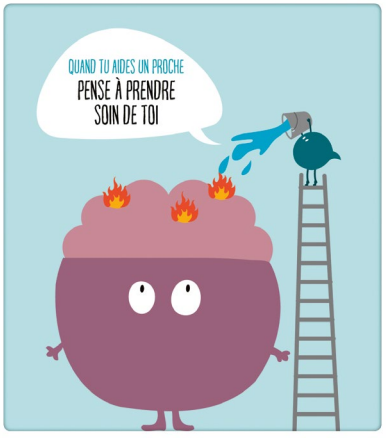
Parlez à votre entourage ou à un professionnel quand vous vous sentez débordé.

Tissez des liens autour de vous.



Prenez une pause pour recharger les batteries dans la journée.

Partagez vos émotions pour vous alléger l'esprit.



c. Pour aller plus loin sur les sujets qui vous interpellent dans vos pratiques…

La campagne Santépsy.ch www.santepsy.ch : des outils, des ressources, des liens à l'attention des professionnel·le·s de la petite enfance

La santé psychique des jeunes enfants est un enjeu majeur pour leur bien-être et leur bon développement. Elle reste pourtant un sujet encore peu thématisé et pas toujours évident à appréhender. Afin de remédier en partie à ce constat, santépsy.ch – campagne de promotion de la santé mentale des cantons latins – vous propose une série de **newsletters** contenant chacune une **capsule vidéo d'expert·e·s de la petite enfance** sur un sujet en lien avec la promotion de la santé mentale des 0-4 ans ainsi que des ressources et pistes concrètes pour aller plus loin.

Newsletters – capsules vidéo (mai 2021) – documentation thématique

#1

Santé psy du petit enfant (Hildenbrand Doerig Caroline)

SantéPsy.ch Définition de la santé psychique (cf. www.santepsy.ch)

Promotion Santé Suisse La promotion de la santé psychique dans la petite enfance. Recommandations pour les professionnel·le·s de la santé et de l'action sociale (2019) (cf. www.promotionsante.ch)

MINDS – Dossier « Dès le départ », mars 2021

#2

Santé mentale chez le petit enfant – comment soutenir le rôle des professionnels (Germann Sabine)

Les 8 âges de l'homme selon Erick Erikson

Les étapes du développement selon Piaget : que sont-ils et comment sont-ils utilisés ?

NAÎTRE ET GRANDIR, L'évolution du jeu de 1 à 3 ans

NAÎTRE ET GRANDIR, L'évolution du jeu de 3 à 5 ans

#3

L'apport des neurosciences dans la compréhension du développement du jeune enfant 0-4 ans (Fahim Cherine)

Ben-Ari Y. (2019), Les 1000 premiers jours. Comment se construit le cerveau, l'importance du lien mère-enfant, l'hormone d'attachement…, humenSciences, 213 p.

Cyrulnik B., (2022), Le laboureur et les mangeurs de vent. Liberté intérieure et confortable servitude, Odile Jacob, Paris ,259 p

Gueguen, C. (2014), Pour une enfance heureuse : Repenser l'éducation à la lumière des dernières découvertes sur le cerveau, Paris : Robert Laffont

Gueguen Catherine, Et si on changeait de regard sur l'enfant ? TED, 2015

Siegel J. et Payne Bryson T. (2015), Le cerveau de votre enfant, Arènes, coll. Marabout, 309p.

#4

Evolution des modèles familiaux et de la parentalité (Forel Marion)

De Montigny F. (2012), La naissance de la famille - Accompagner les parents et les enfants en période périnatale, De Chanelière Education

Roskam I. (2015), Psychologie de la parentalité, De Boeck

Roskam I. (2015), Stress et défis de la parentalité, De Boeck

#5

Les écrans et le développement des 0-4 ans (Wüthrich Angélique)

La plateforme www.jeunesetmedias.ch (promeut les compétences médiatiques et propose des informations intéressantes pour les professionnel.le.s, les parents, les jeunes)

Le triangle des 3e, pour bien évoluer dans un monde numérique https://les-3e.ch/

Ecrans ABC pour les 0-8 ans flyers de recommandations en 11 langues pour une saine utilisation des écrans dans la petite enfance

#6

Les situations de vulnérabilité dans un contexte d'accueil d'enfants en âge préscolaire (Paola Biancardi)

Pierrehumbert B. (2018), Le premier lien - Théorie de l'attachement, Odile Jacob

Pierrehumbert B. (2020), L'attachement en questions, Odile Jacob

#7

Le travail en réseau dans la prise en charge des 0-4 ans (Paris Hugues)

Cultiaux J. (2018), Travail social et réseau. Pourquoi ? Comment ?, Chronique sociale, Lyon

Dumoulin P., Dumont R., Bross N. Masclet G. (2015), Travailler en réseau. Méthodes et pratiques en intervention sociale, Dunod

Le Boterf G. (2008), Travailler efficacement en réseau, Editions d'Organisation

8

La santé psychique des professionnel·le·s (Beausire Karine et Descoeudres Véronique)

Ben Soussan B. (2010), Livre noir de l'accueil de la petite enfance, 1001 bb n°111, Erès

Mignon P. et Nain C. (2009), Professionnels de la petite enfance, au risque des émotions, Erès

Leduc S. et Valléry G. (2015), Le travail avec les tout-petits : quelles sources de pénibilité physique et psychique ?, dans « La qualité du travail en équipe », pages 47 à 74

Bodergat J-Y. et Buznic-Bourgeacq P. (dir) (2015), Des professionnels sous tension, De Boeck

Dejours C. (2015), Travail et usure mentale, Bayard

Amado G. et Fustier P. (2019), Faire équipe, Erès

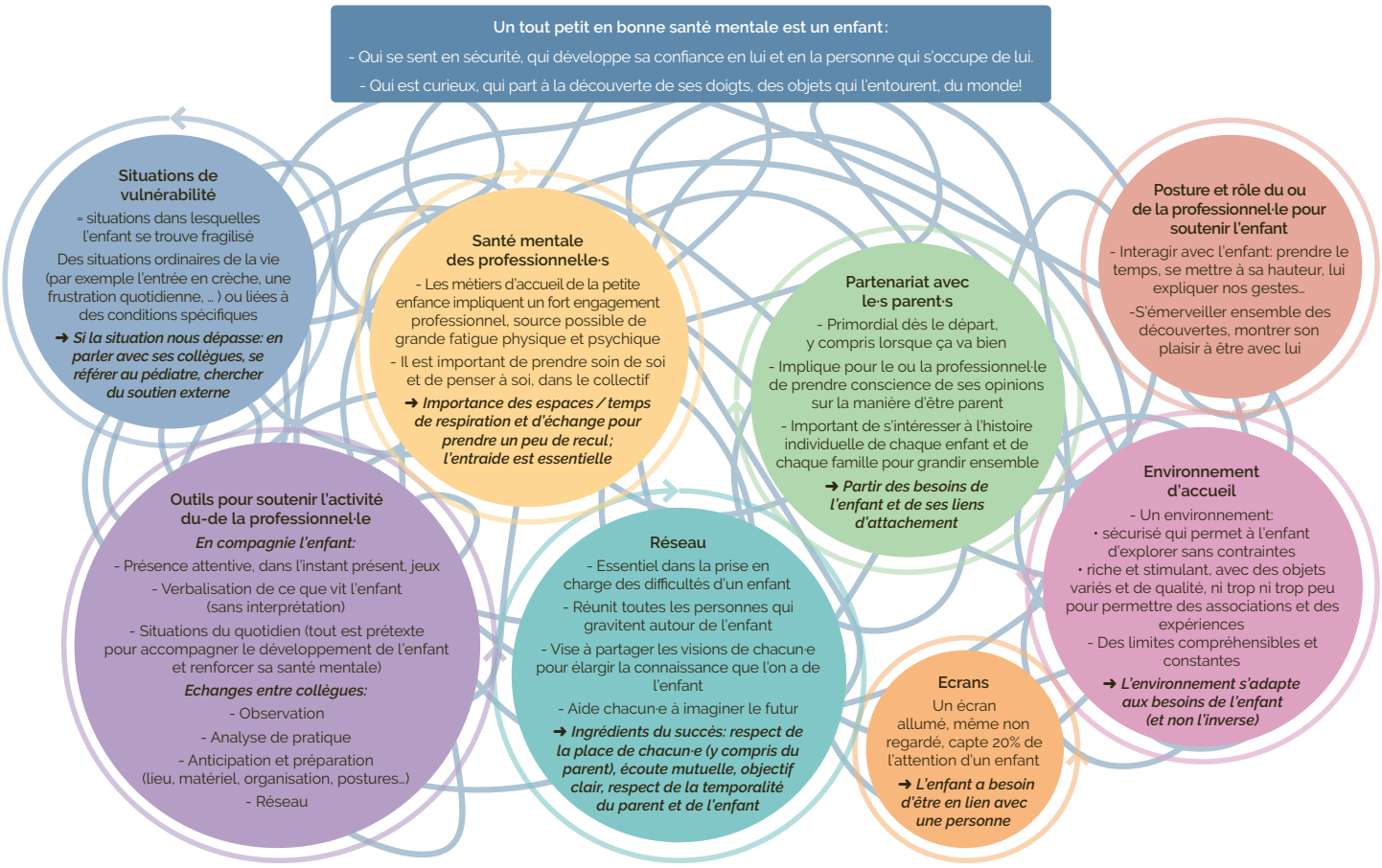
Faussurier E. (2020), Souffrances en crèche, sur le chemin du plaisir…, Philippe Duval

#9

Comment soutenir la santé mentale du jeune enfant : Synthèse (infographique) (SantéPsy.ch)

Psychische Gesundheit von Kindern von 0 bis 4 Jahren (Rebekka Sieber), en allemand

8 PISTES POUR ACCOMPAGNER AU MIEUX LE TOUT PETIT ENFANT DANS LE DÉVELOPPEMENT DE SA SANTÉ MENTALE



Source: www.santepsy.ch

Où peut-on trouver des références, des ressources et outils en lien avec le sujet ?

G. Références bibliographiques – ressources documentaires – liens pour aller plus loin…

a. Ressources et liens pour s'informer et se former…

Santépsy.ch

- Campagne de promotion de la santé psychique de la population dans les cantons latins
- www.santepsy.ch / colloques / Newsletters mai 2021 et capsules vidéo
- Formations à la promotion de la santé mentale des 0-4 ans destinées aux professionnel·le·s de la petite enfance non spécialistes de la santé psychique : info@santepsy.ch

Promotion Santé Suisse

- Présentation « auto-efficacité chez les enfants comment la renforcer » (capsule)
- Dossiers petite enfance : recommandations aux professionnel·le·s et aux parents (matériel)
- Brochure « Soutenir la santé psychique des futurs parents – recommandation aux professionnel·le·s », 2021
- MMI & Promotion Santé Suisse (2019) Fiche d'information aux professionnel·le·s de l'action sociale « La promotion de la santé psychique de la petite enfance » 2019

Office fédéral de la santé publique (OFSP)

Plateforme d'information et de conseils concernant la prévention des maladies non transmissibles (stratégie MNT) et de promotion de la santé physique et psychique : www.prevention.ch

Cadre d'orientation pour la formation, l'accueil et de l'éducation de la petite enfance en Suisse

- Wustmann Corina, Simoni Heidi, (2016), Cadre d'orientation pour la formation, l'accueil et l'éducation de la petite enfance en Suisse, 3e édition revue et augmentée, Réseau suisse d'accueil extrafamilial et Commission suisse pour l'UNESCO [Éds.]
- Réseau suisse d'accueil extrafamilial et Commission suisse pour l'UNESCO [Éds.], (2014) : Brochure thématique Éducation à l'environnement : Aspects et éléments constitutifs d'une éducation à l'environnement de bonne qualité dans le domaine de la petite enfance.
- Réseau suisse d'accueil extrafamilial et Commission suisse pour l'UNESCO [Éds.], (2014) Brochure thématique Intégration : Aspects et éléments constitutifs d'un travail d'intégration de bonne qualité dans le domaine de la petite enfance.
- Réseau suisse d'accueil extrafamilial et Commission suisse pour l'UNESCO [Éds.], (2015) Brochure thématique Santé : Aspects et éléments constitutifs d'un travail de prévention et de promotion de santé de bonne qualité dans le domaine de la petite enfance.
- Réseau suisse d'accueil extrafamilial et Programme national de prévention et de lutte contre la pauvreté [Éds.](2016) Brochure thématique Prévention de la pauvreté : Aspects et éléments constitutifs d'une collaboration réussie avec les parents.

- Plateforme romande pour l'accueil de l'enfance et Réseau suisse d'accueil extrafamilial [Éds.] (2017), Brochure thématique Cadre d'orientation Éloge de la diversité, coordonnée par Annelyse Spack et Gil Meyer sur mandat de proenfance.
- Réseau suisse d'accueil extrafamilial & Haute école des arts de Berne & Pro Enfance [Éds.] (2019) : Publication thématique éveil esthétique et Participation culturelle dès le plus jeune âge. Aspect et éléments constitutifs de l'encouragement de la créativité dès la petite enfance : pour un dialogue interdisciplinaire.

Toutes les brochures thématiques peuvent être commandées ou téléchargées au format PDF en utilisant les liens suivants : www.cadredorientation.ch et commande@cadredorientation.ch

- **Revue [petite] enfance.** « Revue professionnelle pour penser sa pratique et pratiquer sa pensée » http://www.revuepetiteenfance.ch
- **La Revue internationale d'éducation familiale.** Les parents et les professionnels de la petite enfance. 2012/2 (N°32), éd. L'Harmattan, 158 p. CAIRN.INFO
- **Encyclopédie sur le développement des jeunes enfants :** L'Encyclopédie est une plateforme d'accès à des ressources documentaires de référence (articles, dossiers, références) sur tous les aspects relatifs au développement des jeunes enfants. Elle a pour objectif de promouvoir l'accès aux connaissances et aux informations fiables (mission éducative soutenue par les Universités de Montréal, de Laval et du Centre d'excellence pour le développement des jeunes enfants) https://www.enfant-encyclopedie.com/
- **Alliance Enfance :** Fil d'information petite enfance et Newsletter.L'association réunit les représentant·e·s de la société civile autour d'un même engagement « Le droit de tous les enfants à grandir dans des conditions qui leur permettent de se développer pleinement ». L'association propose des rencontres et la diffusion des informations actuelles concernant les débats, prises de position, objets parlementaires, projets, initiatives en matière d'accueil, d'éducation, de santé, d'intégration de la petite enfance en Suisse. www.alliance-enfance.ch/fr
- **Association Emmi Pikler :** formations continues, séminaires, échanges, newsletter, ressources destinées aux professionnel.le.s de la petite enfance sur des thématiques liées aux soins, à l'accueil et aux relations avec les parents https://www.pikler.ch/fr/suisse-romande-lassociation.html
- **Association jetuil** – ressources documentaires : Dossier « Développer les CPS chez les enfants et les jeunes » (2015) https://www.jetuil.asso.fr/index.php/ressources-documentaires/
- **Mencare** – programme national pour la promotion de l'engagement des pères et de la participation des hommes au domaine des soins en général. www.maenner.ch
- **Plateforme CREDE – PEP :** formations continues, documentation, conférences pour les professionnel·le·s de l'enfance www.pep-vd.ch
- **ProEnfance :** Plateforme romande des professionnel·le·s de l'enfance (accueil de jour) www.proenfance.ch
- **Réseau Lapurla** – « les enfant explorent » : éveil esthétique et participation culturelle dans la petite enfance https://www.lapurla.ch/fr/home.html
- **Youp'là bouge :** projet de promotion du mouvement et de la santé mentale dans les structures d'accueil de la petite enfance https://www.youplabouge.ch/

b. Sources d'inspiration et supports didactiques audiovisuels (capsules vidéo - outils)

- **Promotion de la santé mentale Genève :** www.minds-ge.ch / rubrique et dossier « la santé dès départ ça compte ! »
- **Promotion Santé Valais :** www.promotionsantevalais.ch / #santé psy on en parle (infos, capsules, liens, conseils)
- **Unicef – dossier petite enfance** Concept des « 1000 premiers jours » / capsule « ça intéresse beaucoup bébé »
- **L'apprentissage chez les enfants de moins de 4 ans :** 65 films dans 4 langues nationales et 9 autres langues qui soutiennent les parents dans leurs compétences éducatives. À l'appui de situations concrètes du quotidien, ils sont encouragés à promouvoir et à renforcer les compétences de vie et l'auto-efficacité de leurs tout-petits par l'acquisition du langage.
  https://enfants-4.ch/fr/filmfinder (DIP - ZH en lien avec le Cadre d'Orientation)
- **Mencare** www.maenner.ch /rubrique « Professionnel·le·s » films « La naissance du père »
- **Promotion santé Bretagne** capsules vidéo sur les 10 compétences psychosociales
  https://promotionsantebretagne.fr/cp/#page-content

c. Ressources et prestations destinées aux parents d'enfants en bas âge (soutien parental)

Matériel d'information destiné aux (futurs) parents d'enfants entre 0 et 4 ans

- www.santepsy.ch / rubrique « Santé mentale & parentalité » : infos, conseils et de ressources pour vous accompagner dans les divers défis de la parentalité
- Flyer « Voici comment mon enfant devient fort mentalement » (MMI & Promotion Santé Suisse)
- www.minds-ge.ch diverses rubriques d'informations, conseils, groupes de parole
- www.planetesante.ch / dossier « les 1000 premiers jours de lenfant : une période cruciale pour la vie »
- Les 1000 premiers jours, là où tout commence https://www.1000-premiers-jours.fr/fr
- www.unicef.fr/dossier/petite-enfance

Prestations petite enfance - soutien parental - action communautaire (promotion de la santé)

FR

Office familial Fribourg, puériculture et conseils aux parents
https://www.officefamilial.ch/fr/services/puericulture/notre-offre

Education Familiale Fribourg www.educationfamiliale.ch

Puériculture et conseil aux parents – Office familial (Sarine)
https://www.officefamilial.ch/fr/services/puericulture/notre-offre

Puériculture et consultations parents-enfants – Croix-Rouge (Sarine campagne, Broye, Gruyère)
https://croix-rouge-fr.ch/fr/prestations/services-aux-familles/puericulture-conseils-aux-parents/

Puériculture, réseau santé sociale de la Veveyse https://rssv.ch/puericulture

Réseau santé Glâne Puériculture, Romont - Service de puériculture et aide aux parents (RSG)
https://www.romont.ch/organisations/8131

Mütter-und Väterberatung des Seebezirks, Gesundheitsnetz See - Angebot - Mütter- und Väterberatung (rsl-gns.ch)
https://www.rsl-gns.ch/Angebot/Muetter-und-Vaeterberatung/PygZr/

SPITEX Sense, Mütter- und Väterberatung
https://www.spitexsense.ch/Dienstleistungen/Muetter-und-Vaeterberatung/PHozR/

GE

Croix-Rouge genevoise https://www.croix-rouge-ge.ch/

022 Familles, une Fondation sociale et solidaire au service des familles https://www.022familles.ch/

Source bleue, DIP Office médico-pédagogique
(accueil gratuit sur inscription pour toutes les familles et notamment migrantes allophones)

Ecole des Pâquis centre, 50 rue de Berne 1201 Genève 022 388 98 48

Ecole des Libellules, 16 route de l'usine-à-Gaz, 1219 Aïre - 022 388 38 80

Ecole des parents https://ecoledesparents.ch/

Fondation Officielle de la Jeunesse https://www.foj.ch/

Le cerf-volant, accueil parent enfant
https://www.geneve.ch/fr/accueil-parents-enfants-cerf-volant-plainpalais

La Voltige, espace enfants-parents https://www.geneve.ch/fr/espace-enfants-parents-voltige

Fleur de Sel, espace enfants-parents
https://www.geneve.ch/fr/espace-enfants-parents-fleur-secteur-marie-goegg-pouchoulin

Saint-Gervais, espace enfants-parents https://www.geneve.ch/fr/espace-enfants-parents-saint-gervais

La Marelle https://www.meyrin.ch/fr/votre-mairie-administration-petite-enfance/un-lieu-pour-jouer

Secteur Petite Enfance de la Servette http://www.spes-ge.com/renseignements-la-recreation/

Accueil Adultes-Enfants Vernier
https://www.vernier.ch/fr/petiteenfance/institutionspe/?action=showschule&schule_id=760

Espace d'accueil adultes-enfants, ville de Carouge https://www.carouge.ch/espace-daccueil-adultes-enfants

Ludothèques de Thônex https://ludothonex.ch/

La Parent'aise - Espace d'accueil adultes-enfants, Plan-les-Ouates
https://www.plan-les-ouates.ch/pages/la-commune/action-communautaire-et-aide-individuelle/programme-dintegration-communal-picom/la-parentaise-espace-daccueil-adultes-enfants

La Petite Découverte, Onex
https://www.onex.ch/fr/onex-au-quotidien/grandir-a-onex/la-petite-decouverte-10-30

Le Jardin de la Ferme, Garderie Grand-Saconnex https://www.petiteenfance.ch/le-jardin-de-la-ferme

Maison en Couleurs, Grand-Lancy https://mqplateau.com/activites/maison-en-couleur/

Espace participatif rencontre famille bébé 0-18 mois https://www.hesge.ch/heds/rencontre-familles-bebe

Espace de logopédie pour les enfants de 1 à 4 ans
https://www.hug.ch/enfants-ados/pedopsychiatrie/espaces-logopedie-pour-enfants-1-4-ans

JU

Centre de puériculture jurassien https://puericulture-jura.ch

Fondation 02 https://fondation02.ch/

NE

- Brochure « Promouvoir la santé dès le plus jeune âge. Ressources destinées aux parents de jeunes enfants » (disponible en 10 langues) et liens vers les prestations de prévention et promotion de la santé sur www.ne.ch/PromotionSante/Petite enfance

VD

- Programme cantonal de prévention – promotion de la santé parents-enfants 0-4 ans : Carnets « Petite enfance » : https://www.vd.ch/themes/population/enfance-jeunesse-et-famille/carnets-dadresses/
- « Dispositif Avasad d'aides et de soins à domicile - prestations et santé dans la petite enfance » https://www.cms-vaud.ch/sante-dans-la-petite-enfance/
- ProFamilia Vaud https://www.profamiliavaud.ch/
- Rendez-vous des parents https://www.rdv-des-parents.ch/

VS

- CMS-SMZ Consultations parents-enfants 0-4 ans https://www.cms-smz.ch/aide-soin-domicile/consultations-parents-enfants.html

CH

- Association JeunesParents Suisse romande pour les parents jeunes adultes et adolescents www.jeunesparents.ch
- a : primo-petits : pas « Apprendre en jouant » https://www.a-primo.ch/fr
- Fédération suisse des sages-femmes – gynécologie https://www.votresagefemme.ch/pour-le-public/
- Familles arc-en-ciel https://www.regenbogenfamilien.ch
- FemmesTisch: www.femmestische.ch
- Mencare – programme national pour la promotion de l'engagement des pères et de la participation des hommes au domaine des soins en général. www.maenner.ch
- Pro Juventute : www.projuventute.ch (tél. 147)

d. Lectures proposées aux parents pour les accompagner dans la vie au quotidien

- Barbas S., (2020), Dico des petits problèmes et grandes questions – nouvelle édition entièrement mise à jour. Les réponses d'un pédopsy, Nathan
- Brazelton T.B. (1994), Points forts – Tome 1. De la naissance à 3 ans, Stock
- Couturier S., Benoît C., Richard G., (2021) Aidez votre enfant à grandir à son rythme dans un environnement serein, Hachette Livre, coll. Marabout – Le cabinet de la parentalité
- Dolto F, (1994), Les étapes majeures de l'enfance, folio essais
- Favez N., (2020), L'art d'être coparents. Se soutenir pour élever ses enfants, Odile Jacob
- Filliozat I. (1999), Au cœur des émotions de l'enfant. Comment réagir aux larmes et aux paniques, éd. JC Lattès, coll. Poche-Marabout
- Ferland F. (2018), Le développement de l'enfant au quotidien. De 0 – 6 ans. 2è éd., CHU Sainte-Justine
- Polk Lilliard P. et Lilliard Jessen L., (2017), Montessori de 0 à 3 ans. Programme complet pour élever des enfants confiants et autonomes dès la naissance, Hachette, coll. Poche Marabout
- Siegel J. et Payne Bryson T. (2015), Le cerveau de votre enfant, Arènes, coll. Marabout

Remerciements

Nous adressons nos plus vifs remerciements à toutes les personnes qui ont contribué de près ou de loin à la réalisation de ce document. Tout spécialement :

Les membres du comité rédactionnel pour leurs expertises, leurs conseils avisés, points de vue éclairants, relectures et réflexions qui ont accompagné l'auteure dans la conception et la réalisation de la trame et de ce cahier de référence

- Marie-Catherine Béguin, consultante infirmière petite enfance, responsable du Centre de référence infirmières Petite Enfance (CRIPE/AVASAD)
- Laetitia Ammon-Chansel, sage-femme, fondatrice de Bloom&Co, présidente de la section genevoise des sage-femmes
- Isabelle Kovacs, co-directrice de la petite enfance de Meyrin, responsable du Pôle de quartier, familles et réseau
- Prof. Tania Ogay, professeure ordinaire en anthropologie de l'éducation et de la formation à l'Université de Fribourg
- Dr Hugues Paris, psychiatre, responsable de la filière « Guidance » au Centre neuchâtelois de psychiatrie (CNP)
- Prof. Dr Dieter Schürch, spécialiste de la psychologie et du développement du jeune enfant, ancien membre de la Commission suisse pour l'UNESCO et assistant de Jean Piaget

Les expert·e·s qui partagent dans les capsules vidéo (mai 2021) et les formations proposées par Santépsy.ch à l'intention des professionnel·le·s de la petite enfance non spécialistes de la santé mentale, des observations, des expériences, des connaissances, des éclairages, des réponses encourageantes et des outils concrets afin de les soutenir dans l'accomplissement de leur travail auprès de 0-4 ans :

- Caroline Hildenbrand Doerig, psychologue et psychothérapeute pour enfants (cf. capsule #1 : « La santé mentale chez le petit enfant »)
- Sabine Germann, conseillère pédagogique, éducatrice sociale (cf. capsule #2 : « La santé mentale chez le petit enfant : comment soutenir le rôle des professionnel·le·s de la petite enfance »)
- Cherine Fahim, docteure en neurosciences (cf. capsule #3 : « L'apport des neurosciences dans la compréhension du développement du jeune enfant 0-4 ans »)
- Marion Forel, formatrice d'adultes et intervenante sur les questions de parentalité (cf. capsule #4 : « Évolution des modèles familiaux et de la parentalité »)
- Angélique Wüthrich, responsable du programme d'action cantonal pour la santé des enfants et des adolescent·e·s (cf. capsule #5 : « Les écrans et le développement des 0-4 ans »)

- Paola Biancardi, ancienne directrice de crèche (cf. capsule #6 : « Les situations de vulnérabilité dans un contexte daccueil denfants en âge préscolaire »)
- Hugues Paris, médecin-chef de l'Unité de guidance infantile de Neuchâtel (cf. capsule #7 : « Le travail en réseau dans la prise en charge des 0-4 ans »)
- Karine Beausire et Véronique Descœudres, intervenantes à la cellule socio-éducative du Service de la petite enfance de Lausanne (cf. capsule #8 : « La santé psychique des professionnel·le·s de la petite enfance »)
- Rebekka Sieber, directrice de l'association Éducation familiale – Familienbegleitung (cf. capsule en allemand : « Die psychische Gesundheit bei Kindern im Alter von 0 bis 4 Jahren »)

Les membres du groupe de travail intercantonal porteur du projet pour l'accompagnement du processus :

- Laure Chiquet, collaboratrice scientifique, Service de la santé publique, JU
- Myriam Jeanmonod, collaboratrice scientifique, Service de la santé publique, NE
- Tania Larequi, médecin responsable dossiers promotion et prévention, Direction générale de la santé, VD
- Stéphanie Mertenat, directrice de la Fondation 02
- Catherine Moulin Roh, responsable du domaine promotion de la santé, Promotion Santé Valais
- Myriam Nnadi, conseillère scientifique, Direction générale de la santé, GE
- Joanne Schweizer Rodrigues, chargée du programme de santé mentale, Service de la santé publique, NE
- Jean-Blaise Seppey, collaborateur scientifique, Service de la santé publique, VS
- Christel Zufferey, collaboratrice scientifique, Service de la santé publique, FR

Pour leurs encouragements, les échanges informels et leur participation bénévole :

- Gilberte Voide Crettenand, auteure de « Promouvoir la santé psychique des adolescent·e·s à l'école et dans l'espace social. Cahier de référence pour les professionnel·le·s » (2020)
- Gilles Crettenand, coordinateur romand de l'association faîtière des organisations suisses d'hommes et de pères männer.ch et du programme MenCare
- Raphaëlle Deshayes, responsable de l'association a:primo et du programme petits:pas pour la Suisse romande
- Viviane Fenter, responsable romande de l'association Femmes-Tische/Hommes-Tische
- Michèle Theytaz Grandjean, secrétaire générale de Pro Familia Vaud et membre de la Commission fédérale de coordination pour les questions familiales (COFF)
- Manuela Panos, secrétaire générale de l'association Rendez-vous des parents

Pour ses interventions inspirantes sur les défis de la transversalité autour de l'enfant

Prof. Frédéric Darbellay, responsable de la Cellule Inter- et Transdisciplinarité, Directeur-adjoint du Centre interfacultaire en droits de l'enfant (CIDE), Université de Genève

Pour leur engagement indéfectible, toutes les femmes et tous les hommes de ce pays, qui dans leurs activités quotidiennes, professionnelles et bénévoles, œuvrent dans les associations, les prestations et les institutions d'utilité publique, chacune et chacun à son niveau, afin que chaque enfant puisse bénéficier dans son environnement, des meilleures chances d'accès à des prestations de soins, d'accueil et d'éducation de qualité.

Vous, chère lectrice, cher lecteur, qui avez choisi de prendre soin du bien-être d'un enfant, en l'accompagnant au mieux dans sa santé et ses apprentissages, au travers des expériences qu'il vit.

IMPRESSUM

Editeurs: santépsy.ch

Auteure: Viviane Dubath

Coordination du projet:
Alexia Fournier Fall, coordinatrice de la Commission de prévention et de promotion de la santé du GRSP

Stéphanie Romanens-Pythoud, directrice de la CORAASP, coordination romande des Associations d'Actions pour la Santé Psychique

Conception graphique : Céline Gogniat, nacara design graphique

Illustrations : Amélie Dupré

Copyright 2022

Partenaire principal

SANTÉPSY.CH TOUS CONCERNÉS

Avec le soutien de

CLASS Conférence Latine des Affaires Sanitaires et Sociales

Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

SANTÉPSY.CH
TOUS CONCERNÉS