

AIDER SON ENFANT À GRANDIR (TROISIÈME RENDEZ-VOUS MENSUEL)

De la naissance à l'entrée à l'école : l'accompagner

La naissance : première séparation physique de la maman et de son enfant. Mettons-nous à la place du bébé. Qu'est-ce qui peut bien se jouer dans sa petite tête ? Il s'agit aussi d'un véritable bouleversement dans la vie de ses parents. Décryptage avec Virginie Tesson, psychothérapeute.

Que recommander pour que le séjour à la maternité se vive le mieux possible ?

À la suite de l'accouchement, la maman est vulnérable : parfois fatiguée, elle est désormais responsable d'un petit être. Elle a besoin d'être rassurée et réconfortée. Une maman fragile est une fragilisation pour l'enfant. Il faut établir aussitôt un lien qui va sécuriser l'enfant. On préconise la proximité parents-enfants dès la naissance, en posant l'enfant sur sa maman, pour que se vive tout de suite leur première rencontre historique. C'est ce que l'on peut espérer de mieux pour lui, avec la présence du papa. On ne s'occupera qu'après de le mesurer, de le peser... L'enfant reconnaît la voix de son père parmi les autres voix du personnel présent tout autour. On recommande un peu d'intimité à la

maternité, du repos, peu de visites. Gardons les mondanités pour après !

Un séjour en couveuse pour un enfant né prématurément aura-t-il des conséquences sur la relation psychologique mère-enfant ?

Séparé de sa maman, l'enfant doit pouvoir ressentir le plus d'amour possible. L'amour de sa maman, de son papa, de sa famille sera perçu par la conscience d'amour du bébé. Aussi, une maman peut lui laisser son écharpe et même enregistrer sa voix sur une cassette. Le papa, une grand-mère seront aussi pressentis comme des personnes aimantes et des substituts à la maman pour rester près de lui et l'encourager à grandir. L'enfant reprendra plus vite du poids. Pour la maman, c'est très difficile de ne pas voir le fruit de son amour. Elle peut s'inquiéter, culpabiliser, en se disant : « Je n'ai pas su le garder jusqu'au bout », ce qui va majorer les souffrances de l'enfant. Il faut donc privilégier les attentions aux enfants et aux mamans. La maman devra, tôt ou tard raconter ce qui a été vécu et dire à l'enfant : « lorsque tu étais dans ta couveuse, séparé de moi, tu t'es peut-être senti abandonné, mais c'était

le mieux pour toi à ce moment-là, avec ta fragilité, pour grandir. Je continuais de t'aimer mais tu ne le sentais pas. » Cela donnera un sens à ce qui n'en avait pas. Tant qu'elle n'en parle pas, cela restera un souvenir diffus pour l'enfant qui pourra craindre ensuite les séparations. L'enfant doit dépasser ce passé et lui donner un sens pour vivre heureux. Quand le séjour en couveuse s'achève, il est alors temps d'être heureux ensemble ; la maman peut renouer par des massages. Le contact physique donne le sentiment d'exister.

Quand vient le moment de le faire garder, comment préparer la séparation ?

L'idéal est que les choses se fassent en douceur. Mieux vaut donc le préparer doucement plutôt que le laisser toute une journée dès la première fois : commencer par une demi-heure, puis une heure et ensuite trois matinées. Si la séparation est bonne et vitale, nous recommandons qu'elle n'exécède pas un jour quand l'enfant a entre deux et trois mois et une semaine quand l'enfant a à partir de douze à dix-huit mois. À chaque fois que cela est possible, il faut l'y préparer et lui dire : « Tu seras peut-être triste, mais je continue de t'aimer et je veux

venir te chercher quand j'aurai fini de travailler. » Une maman doit l'habituer à sa liberté. Et il faut éviter de changer de nounou tous les 3 mois, sauf si on n'a plus confiance en elle.

Les parents peuvent-ils s'accorder du temps à deux sans que l'enfant se sente abandonné ?

Le premier enfant du couple, c'est le couple. Après la naissance, la relation mère-enfant est très fusionnelle ; le père peut le comprendre. Cela est normal. Mais si cela dure, le père peut se sentir délaissé. Partir quelques jours, une semaine à deux est une bonne chose. Cela permet au couple parental de se retrouver. Ici encore on veillera à préparer la séparation. Favoriser la permanence dans la prise en charge : mieux vaut le laisser toute la durée de l'absence chez l'un des grands-parents plutôt que de le trimballer trois jours chez l'un et trois jours chez l'autre. Qui est le plus vulnérable, l'enfant ou le grand-parent ? Évitez de lui dire : « Tu vas voir, ça va être formidable ! » En revanche, dites-lui : « tu as le droit d'être triste mais tu peux être tranquille car je continue de t'aimer. »

Recueilli par Véronique Durand

FOI DE MAMAN

Crise anti-cantine !

« Je ne veux pas aller à la cantine. » Ce matin, depuis son réveil - qu'elle a mauvais depuis le changement d'heure -, ma benjamine me tanne pour ne pas aller à la cantine. Pas de quoi dramatiser, les crises anti-cantine, ça me connaît, et ça finit toujours par passer. Mais en bonne mère, je lui demande évidemment ce qui ne va pas - plus - à la cantine. « On doit faire la queue pour faire pipi même si je ne dois pas faire pipi... » sanglote-t-elle. Je lui suggère d'en profiter pour raconter des choses rigolotes - elle aime bien ce mot - à ses copines... « Non, je ne veux pas aller à la cantine. » Me revient alors en mémoire son premier spectacle de fin d'année où, déguisée en serpent et m'apercevant au loin, elle avait crié : « Y'a pas



FANNY MAGDELAINE, chroniqueuse

cantine, hein maman ? » et, soulagée par ma réponse, était repartie gaiement, en rampant magnifiquement ! Mais là, voyant l'heure tourner, je m'impatiente car pendant qu'elle verse ses larmes de crocodile, elle refuse de s'habiller et de prendre son petit-déjeuner. Alors, en mère nettement moins bonne qui s'énerve, je lui réponds que moi aussi, parfois, je dois faire des choses que je n'ai pas envie de faire ! Suzanne pleurniche de plus belle, m'expliquant qu'à la cantine, « des enfants crient et que ça l'empêche de manger. » Me voilà rassurée : je sentais bien que le problème ne venait pas des menus, car Suzanne a plutôt l'habitude de rentrer le soir en claironnant « Moi, j'ai tout mangé ce midi à la cantine. » Et à mon avis, c'est ce qu'elle fera ce soir...



VIRGINIE TESSON, est médecin et psychothérapeute à Roubaix. Une aide aux parents pour mieux vivre l'angoisse de séparation

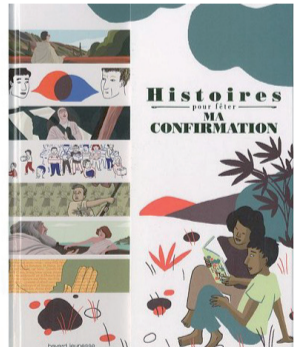
Virginie Tesson a fait partie de l'association MCAAdS (Mieux connaître l'angoisse de séparation). L'association donne une formation permanente aux membres psychothérapeutes de son groupe qui travaillent sur la base d'une anthropologie chrétienne et prennent en compte les conséquences des séparations mal vécues dans la petite enfance. Elle promeut en outre des formations pour les

parents, d'un an, dans plusieurs villes de France. Cet entretien mensuel avec Virginie Tesson est un résumé des enseignements destinés aux groupes de parents et reprennent l'essentiel de ce que Bemadette Lemoine, psychologue et psychothérapeute, a écrit dans son livre Maman, ne me quitte pas (Saint Paul, Editions religieuses) diffusé par Téqui. Rens : www.mcad.org

PRATIQUE

Le coup de cœur d'Anne Catherine

En choisissant de recevoir le sacrement de confirmation, les jeunes chrétiens reçoivent l'Esprit Saint. Ils prennent ainsi la décision de devenir un témoin de Jésus et de marcher à la suite des disciples et des témoins qui ont jalonné l'histoire de l'Église. La lecture de *Histoires pour ma confirmation* leur offrira onze portraits d'hommes et de femmes qui ont voué leur vie au Christ : de saint Pierre aux martyrs de Tibhirine en passant par Saint François et Mgr Rhodain, les jeunes lecteurs seront amenés à comprendre pourquoi et comment le Christ vient embellir nos vies. Un album cadeau aux illustrations colorées et dynamiques à offrir dans le cadre des fêtes de la foi tout autant que les autres ouvrages* de cette collection à découvrir et à méditer !



> *Histoires pour fêter ma confirmation*, V. Aladjidi, S. Bordet, C. Pellissier, Bayard, 17,90 € * A lire aussi : *Histoires pour fêter ma première communion*, Idem et *Histoires pour fêter ma profession de foi*, Idem.

Vivre à 2, est-ce possible ?

Vous êtes célibataire ou en couple... Vous avez entre 20 et 30 ans... Et la question de la vie de couple vous intéresse ? Participez au week-end d'échanges et réflexion qu'organise avec enthousiasme, créativité et humour des étudiants et jeunes pros. Il sera animé par des jeunes et des formateurs de Fondacio (célibataires ou en couple) Fondacio rassemble à travers le monde des chrétiens qui désirent se mettre au service de la société et animent des sessions de formation et de réflexion.

> Les 17-18 avril (du samedi 10 h au dimanche 17 h) au centre spirituel du Hautmont à Mouvaux. Inscription entre 40 et 90 €. Rens : 06 83 27 23 720, vivreadeux.lille@fondacio.fr.

Vacances artistiques à Saint-Omer

Finies les longues après-midi où tout le monde tourne en rond ! La ville ne manque pas d'idées pour éveiller la fibre artistique des enfants : ateliers d'arts plastiques et de technique du manga aux Beaux-Arts (6 /12 ans), découverte de l'exposition Jacques Cerrutti par la photo, le plastique durcissant ou la calligraphie au musée de l'Hôtel Sandelin (6/14 ans) ; enfin, les mercredis du patrimoine font découvrir aux jeunes leur ville et les initient à la sculpture avec Frédéric Cassarano, tailleur de pierre.

> Résa : Beaux-Arts (03 21 98 30 31) Musée de l'Hôtel Sandelin (03 21 38 00 94), mairie (03 21 88 89 23).

Stages de pratique artistique à Lille

Pendant les vacances de Pâques, le centre d'arts visuels et graphiques de Lille propose divers ateliers répartis sur 4 jours, afin de s'initier aux arts plastiques, au logiciel photoshop, à la réalisation multimédia, à la peinture et à la reliure.

> Tarif : de 50 à 175 € / 35 à 120 € pour les habitants de Lille, Hellemmes, Lomme. Dès 8 ans. Du 6 au 19 avril. 4 rue des Sarrasins, Lille.

Découvrez l'histoire du canal de Roubaix

... et de la Marque Urbaine ! À partir du mardi 6 avril, l'Espace naturel Lille Métropole rouvre les portes du Relais Nature du Canal de la Deûle à l'Escaut à Tourcoing. L'occasion d'une découverte interactive du cours d'eau et de son histoire au moyen de documents audiovisuels, d'objets... et d'une maquette de près de 25 m². Les participants découvriront le passé du canal, son présent et... son avenir possible, vers 2040, dans une cité nouvelle, très verte, numérique et solaire.

> Accueil de groupes uniquement, à partir de 8 ans (18 personnes maxi) . Résa : 03 20 63 11 23.

Rallye nature au lac du Héron

Le 7 avril de 14 h30 à 17 h 30 partez (re) découvrir les grands espaces du lac du Héron, de sa faune et de sa flore et testez vos connaissances... Rendez-vous au Pavillon de Chasse, chemin du Grand Marais à Villeneuve d'Ascq.

SORTIR ENSEMBLE



À PARTIR DE 10 ANS Cirque tous publics

Avec Soliloques, la Compagnie Singulière réunit un équilibriste, des numéros aériens, un fildefériste, de la danse et de la contorsion sur les notes rares d'un piano impromptu. Cette allégorie subtile et touchante parle de la place de l'individu dans le groupe, et de la vie en société. Les Circassiens prennent les spectateurs à partie, et les sollicitent pour rendre la représentation active.

> Prix des places : 3 €, 6 €, et 9 €. Vendredi 9 avril, 20 h, salle des fêtes de Flines-les-Râches. Résa : 03 27 91 62 76. Samedi 15 mai, 20 h 30, salle de sports de Marchiennes. Résa : 03 27 90 58 54.

SPECTACLE MARIONNETTES, DÈS 3-4 ANS

« Un loup dans un livre » à Wasquehal

Les livres renferment de multiples histoires... Mais un loup, c'est plutôt rare ! C'est pourtant cet animal sauvage, sous le nom de Robin, qui sort d'un livre géant pour partir à l'aventure et rencontrer de multiples personnages : des rats, un matou, un mendiant ou encore un agent de police... Un voyage initiatique fait de marionnettes par le théâtre Louis Richard.

> Entrée : 6 euros. Du 12 au 16 avril à 14 h 30, le 18 avril à 16 h, le 19 avril à 10 h et 14 h 15. Salle des cérémonies de l'Hôtel de ville, Wasquehal. Résa : 03 20 73 10 10.

SORTIES NATURE

Fréquence grenouille

C'est une initiative du Conservatoire des sites naturels du Nord et du Pas-de-Calais, qui organise ce mois-ci des sorties, diurnes ou nocturnes (à la lampe de poche), ouvertes au public familial. Petits et grands partent à la découverte des crapaux, grenouilles rousses, tritons palmés ou tritons crêtés, lorsque la nuit tombe. Samedi 3 avril, 14 h 30 à Blendecques (4 €, 03 21 93 92 67), à 18 h 30 à Villers-au-Bois (06 68 10 84 89) ; le 6 avril à 10 h à Locquignol (03 27 60 84 84) et à 14 h 30 à Hamel (gratuit, Rdv devant la mairie de Tortequesne) ; le 7 avril de 10 h à 16 h à Hellemmes (prévoir pique-nique, 03 28 55 03 30) et 8 avril à 9 h 30 à Hamel.

