

## A SAVOIR : LA DEPRESSION CHEZ LE JEUNE PARENT

Selon un sondage, **deux jeunes parents sur cinq ont déjà connu des épisodes d'anxiété et de dépression**. Face à cela, peu d'entre eux (47 %) s'adresse à des professionnels de santé. Les raisons sont multiples, certains évoquant la peur d'être jugés et considérés comme de mauvais parents, d'autres ignorant l'existence d'aides. Les parents concernés s'appuient alors sur leurs proches (famille et partenaire). Dans le cadre d'une relation privilégiée avec les familles, l'assistant maternel peut repérer les signes, apprendre à aborder le sujet avec le parent et faciliter la parole, et enfin l'orienter vers les professionnels de santé compétents.

Au-delà de la santé du parent, c'est aussi celle de l'enfant qui est en jeu, puisque ces épisodes ont des conséquences sur son développement.

*Source : sondage de l'institut Yougov pour le Royal college of nursing.*



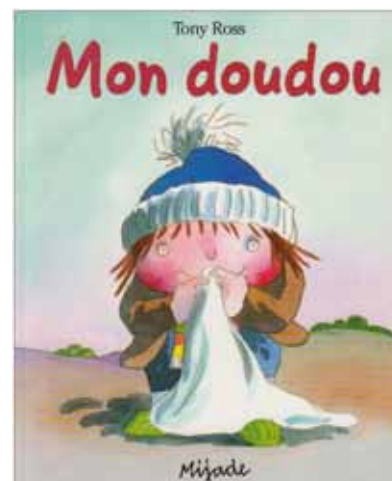
## A PARTAGER : DEUX LIVRES SUR LE DOUDOU

*S'il est un moment de la journée où l'on mesure l'importance du doudou, c'est bien celui du coucher ! Le Relais assistants maternels vous propose deux ouvrages sur le sujet à partager avec les petits. Tous deux sont disponibles dans le catalogue du Réseau intercommunal des bibliothèques ([bibliothèques.cc-vallee-herault.fr](http://bibliothèques.cc-vallee-herault.fr)).*



**de Mario Ramos.**

« Papa a bien du mal à attraper son petit monstre à l'apparence d'alligator, qui multiplie les ruses pour ne pas aller au lit... Le clin d'œil final est à l'image de cette histoire bien ancrée dans le quotidien : humour et tendresse indissociable pour faire du coucher un temps d'affection totale entre parents et enfants. Pour s'endormir en toute quiétude. »



**de Tony Ross.**

« Charles n'a pas vraiment peur du noir car il a un doudou dont il ne se sépare jamais. Ce compagnon extraordinaire l'accompagne dans tous ses jeux, devenant tour à tour un vaisseau spatial, un bateau de pirates ou encore un tapis volant. Marie a peur de tout et s'accroche fermement à son doudou qu'elle voit comme un gros ours blanc chargé de la protéger. Aussi lorsqu'un cri se faisant entendre les deux enfants se retrouvent face à face, que vont faire les doudous ? »

## ● Animations collectives itinérantes (9h30 - 11h30) :

A noter : lorsque deux lieux d'animation sont proposés par groupe, tous les assistants maternels de ce groupe y sont invités.

- **AM d'Aniane et de Puéchabon**, au Centre de loisirs d'Aniane : le vendredi 8 avril

- **AM d'Aumelas et de Gignac**, au centre G. Frayssinhes :

- Groupe 1 : mardi 5 avril

- Groupe 2 : mardi 12 avril

- **AM de Bêlarga, Plaissan, Popian, du Pouget, Pouzols, Puilacher, St-Bauzille-de-la-Sylve, Tressan et Vendémian**, au Ram : le jeudi 7 avril

- **AM de St-André-de-Sangonis**, à la salle polyvalente du Square Aussel à St-André-de-Sangonis :

- Groupe 1 : le lundi 4 avril

- Groupe 2 : le lundi 11 avril

- **AM de Campagnan et St-Pargoire**, à la salle Max Paux de St-Pargoire : le mardi 12 avril

- **AM de Jonquières, Montpeyroux, St-Jean-de-Fos, et St-Saturnin-de-Lucian**, à la salle des fêtes de St-Jean-de-Fos : le vendredi 1<sup>er</sup> avril

## ● Nouvelles têtes !



**Valérie Cavalier**, Educatrice de Jeunes Enfants, directrice du jardin d'enfants « Les lutins » à Montpeyroux, vient compléter l'équipe du Ram pendant le congé maternité d'Emilie Riqué et prendra en charge son secteur d'intervention.



Bienvenue aussi à **Vanessa Oliveiro**, psychologue, qui proposera une fois par mois des interventions sur des thèmes particuliers.

Renseignements et inscriptions auprès des animatrices du Ram.

Nous lui souhaitons la bienvenue !

## CONTACTS

Vous pouvez rencontrer les animatrices du RAM Intercommunal au Domaine

Départemental des Trois Fontaines au Pouget, ou les contacter par mail : [ram.ccvh@cc-vallee-herault.fr](mailto:ram.ccvh@cc-vallee-herault.fr)

Valérie CAVALIER (en remplacement d'Emilie RIQUE) - éducatrice de jeunes enfants, animatrice du RAM Intercommunal - 06 43 34 62 00

Stéphanie COMPAGNET - éducatrice de jeunes enfants, animatrice du RAM intercommunal - 06 46 49 45 28

Hélène LEMARECHAL - éducatrice de jeunes enfants, animatrice du RAM Intercommunal - 06 37 91 88 95

Sylvie GIRAUD - coordinatrice petite enfance - 06 70 54 87 27 - [sylvie.giraud@cc-vallee-herault.fr](mailto:sylvie.giraud@cc-vallee-herault.fr)

Nathalie BULINGE - directrice du service Petite enfance-Jeunesse - 06 46 49 45 27 - [nathalie.bulinge@cc-vallee-herault.fr](mailto:nathalie.bulinge@cc-vallee-herault.fr)



# RAM'MAG

Le journal du Relais Assistants Maternels de la vallée de l'Hérault

## AU SOMMAIRE

P.2

TEMPS FORT

P.3

SIGNER AVEC BEBE

P.5

LA DEPRESSION CHEZ  
LE JEUNE PARENT

P.6

LES ANIMATIONS

## UN AUTRE MEMBRE DE LA FAMILLE : DOUDOU !



Voici entre vos mains le dernier numéro du RAM'Mag. Vous constaterez peut-être que nous avons procédé à quelques petits changements dans la présentation, et ce, avec en tête l'envie de rendre le document plus attractif. Les rubriques restent les mêmes, vous invitant à suivre la vie du Ram, à (re)découvrir l'usage de la langue des signes avec les tout-petits, ou à noter d'ores et déjà les prochains rendez-vous. Nous espérons qu'il répondra à vos attentes et vous apporte un plus dans votre pratique professionnelle !

**Louis Villaret, Président de la  
Communauté de communes  
Vallée de l'Hérault**

Qui est-il ? A quoi sert-il ?

On l'appelle « Doudou » (doux-doux), « Ninin »... Les spécialistes, comme Winnicott, le nomment « objet transitionnel », « première possession du non-moi » pour l'enfant. Il l'investit à son rythme, l'inscrit dans son histoire et s'en saisit pour traverser toute situation émotionnellement difficile et grandir.

Le doudou est donc à respecter : l'enfant doit pouvoir, de façon autonome, choisir sa place, l'utilisation qu'il en fait ou non, selon ses besoins. Bien plus qu'un simple morceau de tissu, peluche difforme, disgracieuse, ou encore malodorante, c'est un véritable ange gardien qui accompagne l'enfant.

L'enfant doit s'approprier son doudou, le triturer, le serrer, le téter, le caresser. Cet objet doit donc être adapté à ses besoins et à ses capacités (poids, taille, matière).

Lapin, ourson, clown... La plupart des doudous sont des représentations, plus ou moins réalistes, de personnages, d'animaux, qui n'intéresseront l'enfant que bien plus tard, à l'âge où le doudou aura certainement perdu sa valeur d'objet transitionnel, mais restera malgré tout empreint d'une valeur sentimentale.

Et vous, quel est votre doudou ?



## TEMPS FORTS : LA VIE DU RAM



Le lundi 25 janvier, Chantal Ledroff, psychologue et psychomotricienne, a animé une réunion de travail à destination des assistants maternels sur le thème : « Règles, limites et acquisition des attitudes sociales ». 16 assistants maternels ont bénéficié de ce temps de travail très riche.



Depuis le mois de janvier, la motricité est au programme des animations proposées au Relais assistants maternels ! Mais pourquoi ce choix ?

Le mouvement est indispensable à la bonne santé du corps, quel que soit l'âge. L'utilisation des structures motrices (toboggan, structures en mousse, trampolines, piscines à balles, etc...) développe de nombreuses capacités chez l'enfant telles que les coordinations dynamiques générales

(se déplacer, marcher, courir, sauter, monter, descendre, etc...), affiner l'équilibre, se repérer dans l'espace (haut, bas, devant, derrière, dessus, dessous, à côté), l'acquisition du schéma corporel (reconnaître et savoir localiser les différentes parties du corps sur soi et sur les autres), les coordinations des membres inférieurs et supérieurs ainsi que les coordinations entre l'hémicorps gauche et l'hémicorps droit, la coordination œil/main. C'est également un lieu d'aventures qui permet à l'enfant d'éprouver de nombreuses émotions (plaisir, agacement, appréhension, frustration, joie, sensation de fierté et de liberté, confiance en soi et en l'adulte); et de socialisation (respecter l'espace de l'autre, attendre son tour, etc...).

Le professionnel est garant de la bonne installation de ces structures et de la sécurité offerte aux enfants qui l'utilisent ; il régule, rassure, encourage et ne contraint jamais, tout en posant un cadre sécuritaire et socialisant. Il doit faire confiance à l'enfant, c'est à dire le laisser tester des jeux qui peuvent paraître risqués ou originaux mais pas dangereux, lui laisser le temps et l'espace pour y arriver seul.

L'enfant se construit par ses expériences et ses avancées; il n'en sortira que plus fier et plus sûr de lui, prêt à faire d'autres acquisitions et participant à la construction de l'estime qu'il aura de lui-même.

# A LIRE : REVUE DE PRESSE

**EJE Journal**  
**n°48 - août - septembre 2014**  
**Interview d'Isabelle Cotteceau Thomas,**  
**formatrice en langue des signes bébé et assistante maternelle.**



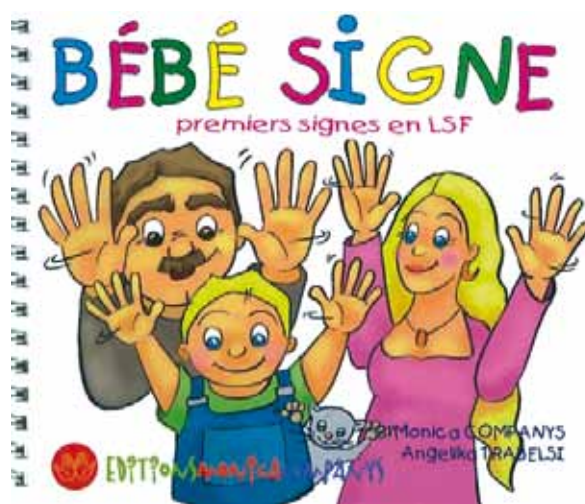
Les assistants maternels de la vallée de l'Hérault ont pu bénéficier de formations sur l'utilisation de la langue des signes avec les bébés. Cette interview d'Isabelle Cotteceau Thomas vient compléter ces rendez-vous.

## « Signer avec bébé, ou quand le geste accompagne la parole »

Arrivé des Etats-Unis, le concept « Baby signs » commence à jouir d'une certaine notoriété auprès des professionnels de la petite enfance français. Proposant à adulte et bébé de signer, il permet la mise en place d'une forme de communication précoce. **Isabelle Cotteceau Thomas, assistante maternelle et formatrice en langue des signes bébé**, explique cet engouement.

- **EJE Journal : Pourquoi une professionnelle de la petite enfance décide de s'impliquer dans une association comme « Bébé fais-moi signe » ?**

**Isabelle Cotteceau Thomas :** J'ai découvert ce concept grâce à mon deuxième enfant, Raphaël, âgé alors de 8 mois, qui pleurait beaucoup parce qu'il ne parvenait pas à se faire comprendre. Ayant vécu aux Etats-Unis, j'avais découvert la pratique des signes avec les bébés là-bas et j'ai donc décidé de proposer à Raphaël quelques signes pour qu'il puisse exprimer ses besoins et émotions, en attendant de pouvoir les verbaliser. Il s'est rapidement approprié cet outil pour communiquer et les pleurs se sont peu à peu estompés, faisant place de vrais échanges et à une complicité renforcée. Ma rencontre avec Monica Compagnys, qui est sourde et très investie dans la diffusion de la langue des signes, m'a donné envie de créer avec elle une association : « Bébé, fais-moi signe ».



Envie d'essayer ? Retrouvez l'ouvrage « bébé signe » dans le Réseau intercommunal des bibliothèques, ainsi que les journaux professionnels dédiés au sujet.

- **EJE Journal : A partir de quel âge les enfants se saisissent-ils de cette méthode ?**

**I. CT. :** Je préfère parler de concept ou d'outil car il n'y a dans cette pratique aucune intention de performance ou de sur-stimulation. Bien au contraire, c'est une proposition qui est faite à l'enfant et il a le choix de s'en saisir ou non ! L'adulte parle au bébé dès sa naissance et peut ajouter quelques signes sur les mots-clés. Cela permet au bébé d'associer le mot au signe et de l'utiliser lui-même, s'il en ressent le besoin. Les premiers signes arrivent vers 8 mois environ. Les signes utilisés sont ceux de la LSF (langue des signes française), mais nous ne tenons pas compte de la grammaire et ne signons que les mots-clés.

- **EJE Journal : Ce signe doit-il nécessairement être joint à la parole ?**

**I. CT. :** Le signe accompagne toujours la parole. Son rôle peut être assimilé à celui d'un surligneur : j'adresse à l'enfant une phrase contenant le mot « eau », mot que je vais également signer. En signant, l'enfant voit qu'il est compris et cela l'encourage à communiquer, donc à accéder plus rapidement au langage oral, ce qui est un des objectifs de cette pratique. On pense parfois que permettre au petit de communiquer autrement qu'à l'aide du langage oral peut avoir pour effet de retarder l'arrivée de ce dernier alors que ce n'est pas du tout le cas, c'est au contraire lui donner le goût de s'exprimer, de communiquer.

**EJE Journal : Utiliser le langage des signes est-il difficile ?**

**I. CT. :** Il faut être à l'aise avec son corps, savoir utiliser ses mains et les expressions du visage, mais les signes en tant que tels ne sont pas difficiles à mémoriser. Très iconiques, ils ressemblent à l'image que représente le mot. Par exemple, signer un arbre se fait en levant l'avant-bras et en écartant les doigts de manière à représenter le tronc et les branches.

**EJE Journal : Tous les enfants se saisissent-ils de ces signes de la même manière ?**

**I. CT. :** L'appropriation des signes par l'enfant lui est tout à fait propre. Certains petits signent rapidement, d'autres pas du tout ou très peu. Pour leur donner le goût de signer, nous le faisons au quotidien en leur parlant, mais aussi à travers des comptines, des histoires ou pendant les jeux. A vrai dire, il est possible d'utiliser des signes dans un très grand nombre d'actions accomplies chaque jour avec les petits. [...]

**EJE Journal : Assistante maternelle, vous utilisez donc cet outil avec les petits que vous accueillez. Quelles sont les réactions des parents?**

**I. CT. :** Au départ, soit ils montrent un véritable intérêt pour cette pratique, soit ils se disent que quoi qu'il en soit ce sera toujours un petit plus pour leur enfant. Puis lorsqu'ils le voient produire un premier signe, ils comprennent que cela peut leur ouvrir un nouveau type de communication avec lui, leur permettre de le comprendre plus vite et plus tôt, répondre mieux à ses besoins et enrichir aussi leur relation et leur complicité. Et pour finir, ils me demandent de leur apprendre plein de signes !

**EJE Journal : Les parents sont donc conquis. Qu'en est-il des professionnels de la petite enfance ?**

**I. CT. :** Conquis aussi. En tant que professionnels, il peut nous arriver de faire des gestes un peu automatiques. Or, signer nous encourage à prendre le temps, mais aussi à revenir à la verbalisation puisque le signe est toujours accompagné de la parole. L'enfant est écouté et compris par l'adulte « malgré » son jeune âge. Le bébé a des idées, des envies, des besoins qu'il peut exprimer mais parfois il lui manque juste l'outil qui lui permettra d'y parvenir.

**EJE Journal : Pensez-vous que signer avec les bébés résistera aux effets de mode ?**

**I. CT. :** Dans les pays anglo-saxons, cette façon de faire perdure depuis plus de 30 ans. Je pense qu'ils ont assez de recul et fait suffisamment de recherches pour nous prouver que cette pratique a une réelle utilité. Les professionnels de crèche attestent d'ailleurs de l'efficacité de cet outil au quotidien, que ce soit dans leur relation avec les enfants accueillis ou avec leurs collègues. Il y a moins de cris, moins de pleurs, donc le volume sonore baisse et l'adulte regarde de nouveau l'enfant comme un être individuel qui a ses propres besoins et peut les exprimer. Le bénéfice est réel donc je ne pense pas que tout s'arrête d'un coup.

**EJE Journal : Vous avez évoqué à plusieurs reprises le fait que signer permettrait aux bébés d'éprouver moins souvent le besoin de pleurer...**

**I. CT. :** Les bébés signeurs sont compris plus vite que les autres, n'ont pas à éprouver la frustration de ne pas l'être donc ils pleurent un peu moins pour se faire comprendre que les autres. Cela ne signifie pas que l'adulte répond immédiatement à tous leurs besoins ou envies, mais il les a compris et peut accompagner la frustration en expliquant pourquoi, par exemple, l'enfant n'aura pas un gâteau maintenant.

**EJE Journal : L'association « Bébé, fais-moi signe » propose-t-elle des formations?**

**I. CT. :** L'association est nationale et compte une centaine d'animateurs d'ateliers parents-enfants qui proposent aux familles d'apprendre les signes en six séances de manière très ludique. Et nous proposons également des formations pour les professionnels de la petite enfance, en crèche, en multi-accueil, en Ram...

*L'intégralité de l'article est à lire au Relais assistants maternels*