

Organiser les repas en collectivité n'est pas chose facile !

Dominique Boutillier est éducatrice de jeunes enfants et tente de nous sensibiliser sur l'organisation des repas en collectivité et l'importance de ce "temps" pour les jeunes enfants.

**Dominique
Boutillier**

Éducatrice
de jeunes enfants

Bien s'organiser

En collectivité, pour que professionnels et enfants aient un réel plaisir à partager ce moment, il faut avant tout savoir s'organiser :

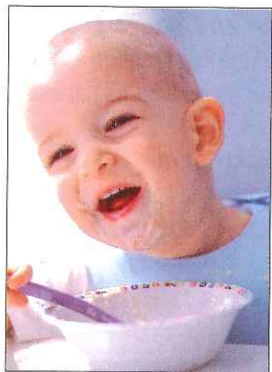
- S'organiser dans le temps, pour pouvoir planifier les repas individuels chez les tout-petits ;
- S'organiser dans l'espace, pour aménager le coin repas avec du mobilier et un matériel adaptés ;
- S'organiser entre adultes, pour conduire une réflexion sur l'attitude à adopter en tant que professionnel, pour aussi accompagner chaque enfant durant son repas en tenant compte le plus possible de ses habitudes familiales.

Pour que les repas soient des moments de relation de bonne qualité, il est préférable que ce soit toujours un ou deux adultes connus de l'enfant qui lui donnent le repas. Grâce aux échanges réguliers avec les parents, le personnel connaîtra ainsi les habitudes de l'enfant à la maison : préfère-t-il manger tiède ou chaud, lentement ou plus rapidement ...?

Cette permanence permet à l'enfant de s'habituer et de d'appréhender les réactions des adultes présents, leur manière de faire, de les tenir (odeur, voix...), et d'être ainsi plus en confiance.

Besoin et plaisir

Le repas est un moment important qui répond avant tout à une tension physiologique créée par la faim, mais qui procure aussi du plaisir, autant par la satisfaction d'un besoin, que par le goût des aliments donnés et le contact proche et chaleureux, avec un adulte connu et attentif.



Ponctualité et régularité

Il est aussi important d'établir une régularité ordonnée pour faire déjeuner les enfants. Ainsi, l'ordre sera établi en fonction de l'heure du petit-déjeuner et non pas en fonction des rythmes et besoins de chacun que l'on repère rapidement. Cet ordre sera bien entendu ajusté au sein du groupe d'enfants dont on a la charge. Cette régularité donne un point de repère à chaque enfant et l'aide à attendre son tour. L'enfant repère facilement après quel petit camarade il va déjeuner, il peut alors jouer en sachant avec certitude que son tour arrive. Cela permet aussi à l'adulte d'être plus disponible pour celui dont il s'occupe, tout en sachant par des paroles apaisantes, rassurer le "petit affamé" !

Cette façon de travailler n'est pas un conditionnement, dans le sens où elle favorise l'adaptation de l'enfant à son environnement et lui donne des repères dans le temps.

Avec les tout-petits

Pour que le bébé reste actif pendant ce temps du repas, il faut l'installer confortablement, qu'il n'ait pas à se soucier de son équilibre corporel. Le soutien de la tête et de la colonne vertébrale sont avant tout à prendre en compte. Les mouvements restent libres pour respecter toute envie d'aller vers le biberon ou l'assiette et la cuillère. Quand une nouvelle alimentation ou un nouvel aliment sont proposés, l'adulte doit être attentif aux diverses réactions des tout-petits. Il est en outre important de laisser aux parents l'initiative, pour l'introduction de toute nouveauté, et de leur suggérer les moments propices...

C'est en observant les réactions au cours des repas, que l'on pourra ou non modifier un régime alimentaire, en augmentant les quantités données par exemple.

- Éviter le mélange des aliments permet à l'enfant de former ses papilles gustatives et de faire des choix.





-
- Reconnaître les compétences de l'enfant, c'est aussi lui permettre de les utiliser plus librement et de se servir de son intelligence ou de ses capacités d'expression pour favoriser au mieux, sa participation active dans chacun des moments qu'il vit. Par exemple, pour que l'alimentation à la cuillère se passe bien, il faut que l'enfant connaisse l'instrument assez tôt...
 - Il est important de savoir déceler le désir de l'enfant de connaître les aliments (en les touchant notamment), pour se nourrir seul, tout en lui précisant que les aliments ne sont pas des supports de jeux !
 - Il est d'ailleurs nécessaire pour ces enfants qui commencent à manger seuls, de leur proposer un matériel qui ne mette pas en échec leurs diverses tentatives. L'aide de l'adulte est présente et réelle, mais ne dépossède pas l'enfant de sa propre initiative.

Dans les structures d'accueil de la petite enfance, les aliments sont souvent servis dans des bols ou assiettes légèrement creusées, ainsi le remplissage de la cuillère est facilité.

Chez les moyens

C'est la découverte plus prononcée des "morceaux" que l'on propose en fonction des envies, de la progression de chaque enfant.

- L'enfant se sent capable de quitter les genoux et les bras de l'adulte pour aller manger sur la chaise et autour de la table. On peut d'ailleurs commencer peu à peu par la prise du goûter à table.

- Dans les premiers temps, ces repas garderont leur "côté individuel" pour ne pas perdre l'aide et la présence attentive d'un adulte.
- Tables et chaises doivent impérativement être bien adaptées aux enfants : les tables ne doivent pas être trop hautes, la hauteur des chaises doit permettre que les pieds des enfants touchent bien le sol.
- L'aménagement d'un coin repas bien délimité permet de rendre ce temps de la journée bien distinct et particulier.

Chez les grands

Les enfants ont pris l'habitude de manger à plusieurs autour d'une table, ils ont appris à manger seuls, à partager avec les autres, à se servir chacun leur tour...

- L'adulte est présent, coordonne le déroulement du repas et anime les discussions et les échanges.
- Beaucoup d'apprentissages se mettent alors en place, comme celui de savoir évaluer quelle quantité d'aliments il faut mettre dans l'assiette, pour en laisser aux copains et pour ne pas surévaluer son appétit.
- A tour de rôle, le couvert pourra être dressé avec un ou deux adultes, la table débarrassée, etc. C'est une responsabilité à travers laquelle on fait confiance à l'enfant et c'est aussi une façon de prendre la place et le rôle d'un adulte.
- On parle de l'âge d'opposition et d'affirmation, chez les plus grands. Le refus de manger peut concrétiser ce trait de caractère provisoire. Forcer un enfant à manger n'est pas une bonne chose dans la mesure où l'on instaure un rapport de force. Il est important de se pencher sur la cause de ce refus : qu'est-ce qui a pu se passer pour que l'appétit de tel ou tel enfant soit perturbé ? Cette situation peut être passagère (fatigue, inquiétude, plat que l'enfant n'aime pas ou qu'il ne connaît pas bien, etc.). Elle peut aussi se prolonger et traduire une inquiétude plus profonde, c'est alors qu'une coopération étroite et habile doit être mise en place avec les parents.

Cet exposé aura, je l'espère permis de concrétiser et d'imager, ce moment fort et significatif qu'est le temps du repas dans la vie de l'enfant et ce, dans les lieux spécifiques que sont les structures d'accueil de la petite enfance. Tous les temps sont forts, d'autant plus que l'on entre dans la vie et que l'on est un enfant. ▀