

Attachement selon les cultures



«L'enfant est heureuse de voir ses parents s'intéresser à ses activités. Elle se sent en sécurité et a la certitude que ses parents l'aiment et qu'elle peut compter sur eux.»

—participante de Hamilton en Ontario

Remerciements

J'aimerais d'abord et avant tout remercier sincèrement les parents de jeunes enfants et les familles qui sont à l'origine de ce projet ou qui y ont contribué en participant aux entrevues et séances de photos, en servant de traducteurs et interprètes, en passant en revue la documentation pertinente et en nous fournissant les précieux renseignements de cette trousse. J'espère que nous avons su rendre justice à leurs réalisations remarquables et aux défis qu'ils surmontent.

Toute ma gratitude à Alejandra Priego et Maureen McDonald, qui ont accordé suffisamment d'importance à la question de l'attachement pour rédiger la proposition initiale et s'investir véritablement dans ce projet. J'aimerais aussi remercier Amanda Dale et les autres employés du Centre de santé des femmes d'avoir créé un environnement de travail stimulant et d'avoir fait profiter tout le personnel de leurs compétences.

C'est aussi grâce à l'aide et au financement de la Direction de la promotion et des programmes de santé de Santé Canada que nous avons pu lancer notre projet. Mes sincères remerciements aux membres du comité consultatif national, qui se sont engagés dès le début et ont consacré énormément de temps et d'énergie à l'orientation du projet, à la coordination des entrevues et à la diffusion dans leur région respective.

Je réserve en outre une mention spéciale aux autres fournisseurs canadiens de services sociaux et de santé qui nous ont aidés à coordonner les entrevues et la diffusion, ainsi qu'aux employés des organismes de services sociaux qui ont recueilli et consigné les ressources de la boîte à outils.

Un gros merci également à Judith K. Bernhard pour ses encouragements et sa participation à la création du guide d'entrevue et à Interrogang Graphic Design, Web Networks et Traductions À la page pour leur patience, leur créativité et leur professionnalisme. Et que dire du soutien et de l'enthousiasme des membres du comité consultatif communautaire du Centre de santé des femmes et des conseillers régionaux en programmation de Santé Canada!

Permettez-moi enfin de remercier du fond du cœur le personnel de soutien qui a permis à notre projet de prendre corps : Dina Kaldas et Gwen Cada pour leur soutien administratif; Alexandrina Stoilova pour avoir organisé les données démographiques des entrevues sous forme de tableaux; Neora Snitz, qui a été engagée dans le cadre d'un placement étudiant et est restée jusqu'à l'achèvement du projet.

Je suis particulièrement reconnaissante à Sherry Thompson pour sa révision méticuleuse et exhaustive de la version finale de ce document.

Sur une note plus personnelle, j'aimerais souligner à quel point j'ai apprécié le soutien inconditionnel et l'affection de ma famille et de mes amis, autant dans les bons que dans les mauvais moments. Merci à ma nièce Rehana Jade Mawani de m'avoir incitée à me lancer dans cette fascinante aventure, et à Zohrab et Annabel d'avoir mis au monde un être aussi exceptionnel.

Farah N. Mawani
Coordonnatrice du projet



Philosophie du projet

En notre qualité de membres du comité consultatif national, nous adhérons aux points de vue et aux principes ci-après.

- Nous reconnaissons que les enfants du monde entier ne se développent pas en vase clos et ont besoin de relations suivies et d'attention pour se sentir en sécurité et bien dans leur peau, et pour renforcer leur sentiment d'identité. Nous savons qu'une telle stabilité découle principalement de la relation initiale d'attachement de l'enfant à sa mère et à ses autres principaux fournisseurs de soins. Nous savons également que cette relation a des répercussions toute la vie durant.
- Nous partons du principe que le Canada a été colonisé par les Européens et que tous les Canadiens et Canadiennes d'origine non autochtone descendent de populations immigrantes. Même si la colonisation a eu un impact indéniable sur les pratiques d'attachement des Premières nations, ce projet n'a pas un mandat suffisamment englobant pour s'attaquer à ces questions. Dans le contexte de l'immigration, nous avons le devoir de favoriser une compréhension et un échange réciproques entre les immigrants récents et les descendants d'immigrants.
- Nous reconnaissons et validons les pratiques d'attachement parents-enfants des femmes et des familles canadiennes qui proviennent de différents milieux. Nous portons une attention spéciale aux pratiques qui se sont révélées essentielles au développement et à l'attachement des enfants au cours des cinq premières années de leur existence et qui favorisent leur plein épanouissement.
- Nous reconnaissons le stress énorme qui accompagne le fait d'émigrer dans un pays, par choix ou pour assurer sa survie. Qui plus est, un grand nombre de femmes et de familles doivent, dès leur arrivée, peiner pour comprendre leurs nouvelles conditions de vie et s'y adapter. Les habitants du pays d'adoption doivent eux aussi s'adapter aux immigrants. Dans les cas où cette adaptation se fait difficilement, tout un éventail d'attitudes discriminatoires et racistes peuvent s'ajouter au stress et aux problèmes des parents. Cette situation se répercute inmanquablement sur leurs relations avec leurs proches, en particulier les nouveau-nés et les jeunes enfants. Les enfants dont les parents sont épuisés, stressés ou complètement dépassés par la nécessité de subvenir aux besoins quotidiens de leur famille finissent parfois par se sentir inférieurs et rejetés. Ils risquent aussi de jeter un regard négatif et désabusé sur le monde et sur eux-mêmes. Pour les aider à surmonter ces sentiments, il est important de leur offrir du soutien et de l'empathie.
- Nous reconnaissons que les conflits familiaux, la violence et les autres traumatismes vécus au cours des cinq premières années peuvent accentuer le sentiment d'insécurité, d'anxiété et d'infériorité d'un enfant. Bien que ce genre de difficultés ne se limite pas aux femmes et aux familles immigrantes ou réfugiées, les fournisseurs de services de soutien aux populations immigrantes doivent y porter une attention spéciale. Ces mères et ces familles ont le droit de recevoir de l'information exacte et du soutien en temps opportun.



-
- Nous reconnaissons que les questions entourant l'éducation des enfants sont encore perçues comme la responsabilité quasi exclusive des femmes, et ce, partout dans le monde. Sur tous les continents, ce travail, souvent accompli en sus d'autres formes de travail rémunéré ou non, est sous-évalué et ignoré sur le plan social. C'est pourquoi nous apprécions et validons les pratiques qui encouragent le changement des mentalités, le partage équitable des responsabilités parentales et la promotion de la condition féminine.
 - Nous croyons qu'en tant que fournisseurs de services, nous avons un rôle primordial à jouer en vue de valider et de soutenir la capacité des communautés à élever des enfants en santé qui deviendront des citoyens productifs. Nous n'y arriverons qu'en créant un climat d'apprentissage et de respect mutuels entre les personnes qui dispensent les services et celles qui en bénéficient.

Comment utiliser cette boîte à outils

Cette boîte à outils est conçue à l'intention de toute personne intéressée à explorer et à valider les croyances, valeurs et pratiques interculturelles liées à l'attachement, ainsi que les répercussions la migration et de l'établissement dans un nouveau pays sur ces croyances, valeurs et pratiques. Elle s'adresse particulièrement aux fournisseurs canadiens de services de santé et de services sociaux partout au Canada. Outre la trousse, le projet comporte un site Web www.attachmentcrosscultures.org, ainsi qu'un examen de la documentation et un rapport final disponibles en ligne sur le site Web. Tous ces éléments sont également offerts en français.

Cette trousse contient des renseignements pratiques et des ressources qui aideront les organismes communautaires, de santé et de services sociaux de l'ensemble du pays à comprendre, promouvoir et maintenir des pratiques d'attachement interculturelles efficaces¹ parmi les participants au programme, autant sur le plan individuel que collectif. Elle permet aussi de mieux comprendre les répercussions de la migration et de l'établissement dans un nouveau pays sur le développement de jeunes enfants. Enfin, et c'est peut-être là le point le plus important, cette trousse propose des thèmes précis de discussion pour inciter les participants des quatre coins du monde à partager leurs expériences.

La présente trousse se divise en cinq sections : une introduction au projet et à la trousse; trois sections qui reprennent les objectifs du projet; une section finale qui comprend une liste de ressources additionnelles.

- I. L'attachement dans les différentes cultures
- II. Croyances, valeurs et pratiques
- III. Impact de la migration
- IV. Maintien de pratiques efficaces
- V. Ressources adaptées à la culture



Les **pages couvertures** de cette boîte à outils peuvent être utilisées de différentes façons. Voici quelques idées pour les mettre en valeur et les adapter en fonction de vos besoins :

1. Montez un présentoir sur l'attachement dans différentes cultures.

Pour donner de la vie à votre présentoir, vous pouvez inclure d'autres parties de la trousse ou la documentation produite par votre organisme. Ajoutez, par exemple, la liste des programmes et services que vous offrez, des photographies de vos clients en train de jouer avec leurs enfants, des citations de vos clients et une liste des ressources que vous offrez.

~

¹ Les termes « pratiques d'attachement interculturelles efficaces » et « pratiques d'attachement efficaces » désignent les comportements qui, selon les parents interrogés, encouragent le développement d'une relation positive et durable avec leurs enfants. Ces pratiques, qui tirent leur origine de toutes les régions du monde, sont influencées par la migration, l'établissement dans un nouveau pays et le processus d'acculturation.



2. Organisez des séances de discussion avec les parents, en tête-à-tête ou en groupe. Demandez aux parents de commenter les photographies ou les citations des pages couvertures. Posez-leur par exemple les questions suivantes :

Croyances, valeurs et pratiques

Comment voyez-vous votre rôle dans l'alimentation de votre enfant/vos enfants?

Comment montrez-vous votre affection à votre enfant/vos enfants?

Comment réconfortez-vous votre enfant/vos enfants?

Impact de la migration

Se sentir chez soi, qu'est-ce que cela signifie pour vous?

Comment votre immigration au Canada influence-t-elle la manière dont vous témoignez votre affection et réagissez à votre enfant/vos enfants?

Maintien de pratiques efficaces d'attachement

Avez-vous l'impression que votre façon d'élever votre enfant/vos enfants est respectée au Canada?

Quels obstacles devez-vous surmonter?

De quel type de soutien avez-vous besoin?

Comment pourrions-nous vous fournir davantage de soutien?

3. Épinglez les pages couvertures sur un tableau d'affichage en les accompagnant de questions dans différentes langues. Demandez aux parents d'afficher des photographies représentant leurs réponses ou donnez-leur du papier et des marqueurs pour inscrire leurs réponses, que vous afficherez ensuite au tableau. La présente trousse comprend déjà quelques questions et leur traduction dans plusieurs langues.

Les premières pages des **sections II à IV** décrivent les **conclusions** qui sont ressorties des entrevues avec les parents et avec les fournisseurs de services pour chaque objectif du projet. Des citations tirées des entrevues sont d'ailleurs intégrées au texte afin d'illustrer ces conclusions. Le reste des sections inclut des fiches de renseignements détaillées sur les points que les parents et les fournisseurs de services considèrent important d'aborder. La **Section IV** traite des applications concrètes des conclusions du projet, notamment des suggestions d'activités.

Signalons également que la **Section I** comprend un document intitulé « Qu'est-ce que l'attachement » **à distribuer aux parents**. Il s'agit d'un texte de deux pages, rédigé en langage simple, que vous pouvez photocopier et remettre à vos clients. Le document est offert en plusieurs langues sur le site Web du projet. Nous vous encourageons à le faire traduire dans d'autres langues au besoin. Les fiches de renseignements de cette trousse peuvent aussi être vulgarisées et traduites dans d'autres langues.

Dans la **Section V**, intitulée **Ressources adaptées à la culture**, vous trouverez une bibliographie des ressources imprimées, audiovisuelles ou en ligne, ainsi que les noms d'organismes offrant différents types de soutien en fonction des thèmes abordés dans cette trousse.



Aperçu

On reconnaît de plus en plus la nécessité d'informer les organismes communautaires canadiens sur l'importance d'appuyer et d'encourager les pratiques d'attachement interculturelles dans le cadre de leurs programmes et services courants et de se montrer réceptifs à l'égard des familles ayant de jeunes enfants. Conçu pour répondre à ce besoin, le projet « Partage interculturel des pratiques d'attachement parents-enfants : Apprendre des récents immigrants et réfugiés » reconnaît également que les familles et les enfants ayant émigré au Canada ont besoin de soutien additionnel pour préserver, modifier et partager leurs pratiques efficaces en matière d'attachement.

Comment définit-on l'attachement?²



L'attachement désigne le profond lien affectif qui se forme entre un enfant et un ou plusieurs adultes, en général la mère, le père ou toute autre personne qui en prend soin. Grâce au lien d'attachement, l'enfant développe un sentiment de sécurité qui lui permet d'explorer son environnement en sachant qu'il peut se réfugier auprès de ses parents s'il se sent en détresse. Pour stimuler la formation de l'attachement, les parents doivent fournir de l'affection et des soins à leur enfant, lui démontrer du respect, favoriser sa confiance et sa sécurité, en plus de se montrer réceptifs à ses besoins. Il a été prouvé que le lien d'attachement formé en bas âge avait des répercussions sur toute la vie d'un enfant.



Ce projet consistait en une étude exploratoire et qualitative menée auprès des parents d'enfants âgés de 0 à 5 ans dans l'ensemble du Canada. Il visait entre autres à aider les organismes du pays à promouvoir et à préserver les pratiques d'attachement exemplaires chez les participants d'origines diverses en créant des ressources concrètes à leur intention.



² Définition choisie par le comité consultatif national dans le cadre de ce projet. Elle combine les éléments des diverses définitions retenues par le comité.



Pourquoi ce projet est-il important?

L'attachement est le fondement neurologique du développement affectif et intellectuel. Il détermine également l'état de santé et le bien-être d'une personne à toute les étapes de son développement. Bien que le lien d'attachement soit une notion universelle, les mères³, les familles⁴ et les enfants du monde entier l'expriment différemment selon leur origine ethnique et culturelle. Un nombre sans cesse croissant d'immigrants provenant de pays de plus en plus diversifiés ont des pratiques d'attachement différentes de celles que connaît le milieu de la santé et des services sociaux du Canada. La familiarité avec les pratiques similaires et la réceptivité aux différences culturelles permet à la culture dominante d'enrichir ses connaissances en matière d'attachement afin d'améliorer la prestation globale des programmes et services. En acquérant une meilleure compréhension des croyances et valeurs qui sous-tendent ces différences culturelles, les organismes pourront aider les familles d'immigrants et de réfugiés à maintenir et à partager leurs pratiques exemplaires d'attachement. Ce soutien peut également atténuer les répercussions négatives de la migration et de l'établissement dans un nouveau pays, en particulier chez les familles ayant de jeunes enfants.

Le projet avait pour but de :

- Reconnaître et valider les croyances, valeurs et pratiques interculturelles d'attachement parents-enfants des femmes provenant de différents milieux et pays étrangers.
- Déterminer dans quelle mesure la migration et l'établissement dans un nouveau pays influencent le maintien des pratiques d'attachement efficaces des mères et des familles.
- Améliorer les connaissances et la compréhension qu'ont les employés et bénévoles des organismes communautaires des croyances, valeurs et pratiques interculturelles en matière d'attachement, et des répercussions de la migration et de l'établissement dans un nouveau pays.



Le projet visait les objectifs suivants :

1. Déterminer, appuyer et valider les similitudes et les différences entre les croyances, valeurs et pratiques des immigrants et réfugiés dans le but de favoriser l'attachement des enfants de moins de 5 ans.
2. Déterminer les répercussions de la migration et de l'établissement dans un nouveau pays sur les croyances, valeurs et pratiques d'attachement des familles d'immigrants et de réfugiés d'origine diverse.
3. Déterminer des stratégies précises pour préserver les pratiques qui favorisent des liens d'attachement positifs chez les enfants de diverses communautés ethno-culturelles.

↻

³ Le terme « mère » est privilégié au terme « parent » dans le présent document pour illustrer la composition de notre échantillon (95 % de mères) même si les entrevues s'adressaient autant aux pères qu'aux mères de famille. En outre, les programmes chapeautés par le PACE et le PCNP ciblent tout particulièrement les mères, car la responsabilité principale de l'éducation des enfants repose souvent sur leurs épaules. Nous aimerions également souligner que les femmes continuent d'assumer la responsabilité principale des soins aux enfants, aux parents âgés et à d'autres personnes à charge.

⁴ L'utilisation du terme « famille » dans le présent document reconnaît l'importance famille immédiate et étendue dans la formation du lien d'attachement, telle que décrite par les parents interviewés pour ce projet.



Qui chapeautait le projet?

Le projet national « Partage interculturel des pratiques d'attachement parents-enfants : Apprendre des récents immigrants et réfugiés » a été subventionné par le **Fonds pour les projets nationaux (FPN) de Santé Canada**. Il a été mené par le Centre de **santé des femmes St. Joseph's** à Toronto et par les responsables du **projet de prévention primaire auprès des parents de Parkdale**, qui relève du Centre de santé des femmes et fait partie des quelque 800 initiatives du **PACE** et du **PCNP** au Canada. Ce projet se déroulait sous la direction d'un **comité consultatif national** formé de représentants des principales régions du Canada.

Comment le projet s'est-il déroulé?

- L'équipe du Centre de santé des femmes a commandé une analyse documentaire sur les pratiques d'attachement au sein de différentes cultures, qui a été effectuée par le conseil de planification sociale et de recherche de la Colombie-Britannique (acronyme anglais SPARC).
- On a mené une série d'entrevues approfondies et de discussions de groupe avec des parents et des fournisseurs de services dans les villes de Vancouver, Calgary, Edmonton, Hamilton, Toronto, Montréal, Halifax, Fredericton et dans la région de Waterloo.

Sources des renseignements recueillis dans le cadre du projet :

1. Entrevues approfondies et discussions de groupe avec 133 parents immigrants et réfugiés (126 mères et 7 pères) provenant de 50 pays du monde entier.
2. Entrevues approfondies et discussions de groupe avec 20 fournisseurs de services.
3. 50 réponses à une demande de ressources envoyée à des fournisseurs de services canadiens.



- Les entrevues ont été enregistrées et transcrites. Le logiciel QSR NUD.IST a été utilisé pour analyser les transcriptions.
- L'élaboration des ressources pratiques du projet s'est inspirée des principaux thèmes qui sont ressortis de l'analyse et des réponses à la demande de ressources. Ces ressources sont destinées aux organismes communautaires, de santé et de services sociaux de tout le pays.

Quelles sont les conclusions du projet?

Voici un aperçu des conclusions sur lesquelles s'appuient le rapport, la boîte à outils et le site Web du projet. Les conclusions s'articulent autour des trois objectifs du projet.



- On note des similitudes et des différences sur le plan des croyances, valeurs et pratiques d'attachement des mères provenant de différents pays. Les similitudes renforcent la notion du caractère universel de la relation d'attachement entre le nourrisson et son principal fournisseur de soins et du désir des mères d'élever des enfants ayant des liens d'attachement sécurisant. Il ne faut pas négliger cependant l'importance des croyances et valeurs divergentes, car elles influent sur les pratiques d'attachement des mères et leurs perceptions du développement infantile.
- Les familles qui émigrent au Canada doivent composer avec la perte d'un foyer et de soutien familial et communautaire, divers traumatismes ou chocs culturels et le phénomène d'acculturation. Ces changements à leur mode de vie ont une influence énorme sur les interactions parents-enfants et peuvent ébranler les liens d'attachement. Parallèlement, les mères et les familles tentent d'assurer un avenir meilleur à leurs enfants et, ce faisant, perpétuent leurs pratiques efficaces d'attachement.
- Pour inciter les mères et les familles d'immigrants et de réfugiés à bâtir un avenir meilleur pour leurs enfants, les organismes peuvent les aider à créer des liens d'attachement dans un contexte extrêmement différent des conditions qui existaient durant leur enfance. Ils peuvent également améliorer la prestation globale de leurs services en enrichissant leurs connaissances, en exploitant les points forts de groupes ayant des valeurs bien ancrées, en maintenant les pratiques positives de ces groupes et en encourageant les nouvelles façons de créer des liens d'attachement avec les enfants.

Conclusions

Bien que les mères immigrantes et réfugiées affrontent les mêmes défis que les autres mères canadiennes, elles doivent également s'adapter à un environnement et à des conditions très différentes de celles de leur enfance. Un grand nombre d'entre elles font preuve de capacités d'adaptation remarquables et parviennent à former des liens d'attachement sécurisant avec leurs enfants.

Les organismes communautaires et les familles qu'ils desservent peuvent tirer profit de cette énorme capacité d'adaptation et des pratiques interculturelles efficaces qu'emploient les familles et communautés d'immigrants et de réfugiés pour favoriser la formation de liens d'attachement sécurisant chez leurs enfants.

Quelles sont les ressources mises au point à partir des conclusions du projet?

- On a conçu une série d'affiches afin de valider les pratiques des parents et de les informer sur le rôle important de l'attachement dans le développement et l'épanouissement de leurs enfants.
- On a mis au point cette boîte à outils et un site Web (www.attachmentcrosscultures.org) qui contiennent des ressources concrètes à l'intention des fournisseurs de services des organismes communautaires, de santé et de services sociaux. Ces ressources encourageront les parents à préserver leurs pratiques efficaces d'attachement.

Nous espérons que cette documentation encouragera les fournisseurs de services et les parents, familles et collectivités à aborder les questions soulevées. Nous devons continuer à mettre en commun nos pratiques d'attachement et nos points de vue sur les facteurs déterminants afin de favoriser notre apprentissage réciproque. Les leçons que nous en tirerons seront ensuite intégrées aux programmes et services à l'intention des parents.



PACE, PCNP et FPN

Subventionnés par Santé Canada, le Programme d'action communautaire pour les enfants (PACE) et le Programme canadien de nutrition prénatale (PCNP) soutiennent un éventail de services et de projets communautaires à l'intention des femmes enceintes et des enfants qui vivent dans des conditions risquées.

Qu'est-ce que le Programme d'action communautaire pour les enfants (PACE)?



Le Programme d'action communautaire pour les enfants (PACE) offre des subventions à long terme aux groupes communautaires qui souhaitent créer et offrir des services axés sur les besoins développementaux des enfants de six ans et moins qui vivent dans des conditions risquées.

Voici les principaux groupes cibles :

- les enfants qui vivent dans des familles à faible revenu;
- les enfants qui vivent dans des familles de parents adolescents;
- les enfants qui présentent des retards de développement, ainsi que des problèmes sociaux, émotifs et comportementaux;
- les enfants agressés et négligés;
- les familles à risque qui ont ou projettent d'avoir des enfants.

Les projets que chapeaute le PACE fournissent aux parents le soutien, l'information et les compétences dont ils ont besoin pour élever leurs enfants. Dans l'ensemble du Canada, le PACE englobe 474 projets qui assurent la prestation de 1 890 programmes. Chaque semaine, plus de 69 000 parents et enfants prennent part aux programmes du PACE.



Qu'est-ce que le Programme canadien de nutrition prénatale (PCNP)?

Le Programme canadien de nutrition prénatale (PCNP) assiste les collectivités qui souhaitent élaborer ou améliorer des programmes à l'intention des femmes enceintes à risque afin de les aider à donner naissance à un bébé en santé.

Voici les groupes cibles :

- les adolescentes enceintes;
- les adolescentes qui risquent de tomber enceinte;
- les femmes enceintes qui consomment de l'alcool ou d'autres drogues;
- les femmes enceintes qui vivent des situations de violence;
- les femmes autochtones et inuites vivant hors des réserves;
- les réfugiées;
- les femmes enceintes qui sont isolées ou n'ont pas accès aux services.



Le PCNP fournit les ressources permettant aux groupes communautaires d'offrir une gamme complète de programmes prénataux, notamment des suppléments alimentaires, des conseils sur la nutrition, du soutien, de l'éducation, de l'orientation et du counseling axés sur des problèmes comme l'alcoolisme, le stress et la violence familiale. Au Canada, plus de 680 collectivités mettent en œuvre 277 projets du PCNP et rejoignent plus de 26 000 femmes.



Qu'est-ce que le Fonds pour les projets nationaux (FPN)?

Le Fonds pour les projets nationaux (FPN) du PACE et du PCNP a été créé pour financer des initiatives qui appuient les objectifs des projets du PACE et du PCNP partout au Canada. Voici les objectifs du FPN :

- appuyer et renforcer les projets du PACE et du PCNP au moyen de la formation sur des sujets précis, de l'élaboration de ressources, ainsi que du partage et de la diffusion de l'information;
- encourager la création d'un réseau national de programmes communautaires pour les enfants;
- partager les connaissances acquises avec les responsables des projets du PACE et du PCNP et avec les collectivités (y compris les autres services à l'enfance, les chercheurs, les éducateurs et les décideurs).

Qu'est-ce que le Centre de santé des femmes?

Le Centre de santé des femmes St. Joseph's est l'un des quatre établissements de santé pour les femmes que finance le ministère de la Santé de l'Ontario depuis 1989. S'intéressant aux principaux déterminants de la santé, le Centre fournit des soins de santé adaptés aux besoins changeants et diversifiés de la collectivité. Il offre un éventail de services non médicaux : counseling, rencontres de groupe, assistance pratique, sensibilisation du public et défense des droits, information-santé, présentations et services de garde gratuits. Ils sont dispensés dans plusieurs langues dont le français, le tamoul, le panjabi, l'hindi, le portugais, l'espagnol, le polonais, le russe et l'anglais par un groupe hétéroclite de femmes ayant des connaissances et des compétences dans les domaines des soins de santé, du soutien affectif, de la promotion de la santé, du counseling et de la santé des femmes.

Le modèle du Centre s'inspire des recherches qui établissent un lien étroit entre les facteurs socio-économiques et l'état de santé. Parce qu'elles sont les principales soignantes de notre société et les principales utilisatrices du réseau de santé et qu'elles occupent une position susceptible d'influer sur la santé de leur entourage, les femmes sont le pivot de cette approche axée sur l'amélioration de la santé. Le modèle du Centre encourage les clientes à interpréter leurs « symptômes » dans une optique anti-oppression de façon à prendre définitivement leur vie en main.



Plus de 7 000 femmes et enfants ont eu recours aux services du Centre pendant l'année 1999-2000. Environ 50 % de la clientèle se compose d'immigrantes, de réfugiées et de femmes de couleur qui empruntent des voies différentes pour accéder aux services. Des femmes se présentent au Centre pour régler un problème d'établissement dans leur pays d'adoption, assister à un atelier ou obtenir de l'information-santé, des services d'aide aux parents ou du soutien pratique pendant une crise financière. D'autres ont besoin de soins cliniques et de soutien pour panser une vie marquée au fer rouge par la violence, dont les agressions sexuelles, la violence verbale et la négligence durant l'enfance, la violence conjugale à l'âge adulte, la persécution politique, la torture et le viol. Certaines femmes suivent une brève thérapie pour composer avec le stress d'une naissance et la dépression post-partum. Un grand nombre de clientes reçoivent des services de soutien et d'aide à l'immigration et au rétablissement. D'autres sont aussi orientées vers le Centre par le personnel du Projet de prévention primaire pour les parents de Parkdale (voir la description détaillée ci-après). Toutes ces femmes vivent de multiples situations de stress et la plupart ont des enfants. Tous les programmes du Centre comptent des participantes des milieux défavorisés. Certaines consacrent jusqu'à 80 % de leur revenu à leur loyer, et courent ainsi un risque élevé d'itinérance permanente ou cyclique.

Renseignements :

Centre de santé des femmes
 Centre de santé St. Joseph's
 30 The Queensway
 Toronto, ON M6R 1B5
 Tél. : (416) 530-6850
 Téléc. : (416) 530-6629



Qu'est-ce que le Projet de prévention primaire auprès des parents de Parkdale?

Le Projet de prévention primaire auprès des parents de Parkdale (PPPPP) a vu le jour en 1991. Il s'agissait alors d'un projet pilote du quartier Parkdale de Toronto visant à combler les besoins particuliers des familles avec de jeunes enfants et des femmes enceintes qui vivent de multiples situations de stress. Ensemble, le Centre de santé des femmes St. Joseph's, le service de santé publique de Toronto, le centre de documentation parents-enfants Creating Together, la banque d'alimentation Daily Bread et le programme de soutien aux mères de Parkdale ont mis au point des services complets de santé et de soutien social qui reconnaissent les besoins particuliers et individuels des clients et tiennent compte de leurs particularités culturelles, linguistiques et raciales.

Le programme a pour but d'accroître l'accès des participants aux ressources disponibles, y compris les groupes d'entraide et l'équipe de soutien multidisciplinaire. Articulé autour des principaux facteurs déterminants de la santé chez les enfants et les familles, ce programme offre les services suivants : nutrition et soutien avant l'accouchement, haltes-accueil pour mères et bébés, services de



relève pour les parents, ateliers pour les parents, programme de stimulation et de préparation à l'école pour les enfants, activités de développement communautaire et services de garde à court terme pour permettre aux parents d'obtenir des séances de counseling, des soins de santé et des services sociaux. Development Activities and Short-term Child Care so that parents can access individual counselling, health care and social support services.

Le programme embrasse une perspective écologique afin de créer un environnement où les femmes enceintes et les nouveaux parents peuvent obtenir du soutien social et affectif, ainsi que des renseignements et des trucs pratiques leur permettant d'adopter des habitudes de vie plus saines. En compagnie des participants, le personnel du programme aborde les facteurs qui déterminent une bonne dynamique familiale. La souplesse devient un atout essentiel, puisque la majorité des participants font face à énormément de stress dans leur vie quotidienne. Le personnel s'adapte au rythme des participants : il examine les préoccupations des parents et l'interdépendance des problèmes que ces derniers doivent affronter.

La disponibilité de l'équipe multidisciplinaire de professionnels et de bénévoles assure une continuité aux femmes qui n'avaient habituellement pas accès aux services traditionnels. Comme elles sont rapidement dirigées vers les services médicaux et sociaux dont elles ont besoin, ces participantes ne passent plus « entre les mailles du filet ». Grâce aux encouragements et au soutien qu'elles reçoivent dans le cadre du projet, ces femmes ont réussi à consolider leurs propres réseaux et à créer une communauté axée sur l'entraide.

Par ses évaluations régulières et ses activités régulières de communication, le projet continue de renforcer ce réseau communautaire. Le comité consultatif, composé de participants, d'employés du programme et de représentants des organismes partenaires, tient à préserver la solide base communautaire du projet. Cette approche s'attache donc à valoriser les opinions des membres de la communauté et à y donner suite. Ce processus prend du temps et requiert un engagement de taille de la part de toutes les personnes concernées.

Renseignements :

Projet de prévention primaire auprès des parents de Parkdale
Centre de santé des femmes St. Joseph's
30 The Queensway
Toronto (Ontario) M6R 1B5

Tél. : (416) 530-6318
Télec. : (416) 530-6629
Email: pppppwhc@web.net



Membres du comité consultatif national

Vous trouverez ci-après la liste des membres qui composent le comité consultatif national du projet, ainsi qu'une brève description personnelle, dans leurs propres mots, et des détails sur les organismes qui les emploient. Leur contribution s'est avérée cruciale à la réalisation des objectifs du projet. Tout au long des phases de recherche et d'élaboration des ressources, ils ont démontré leur profonde connaissance du sujet, leur vaste expérience professionnelle et personnelle, leur dévouement et leur enthousiasme. Leur détermination à faire reconnaître l'importance des pratiques d'attachement inter-culturelles se reflète dans les réalisations du projet.

 Soodie Ansari
Families Branching Out Coalition,
maison de quartier Frog Hollow, Vancouver, C.-B.

Soodie est originaire de l'Iran et a émigré au Canada après avoir passé plusieurs années à San Francisco. Son expérience lui a permis d'acquérir une excellente compréhension des défis et des avantages de la condition d'immigrant. Titulaire d'une maîtrise en développement infantile axée sur les modes d'attachement des enfants de 5 et 6 ans, elle s'intéressait au plus haut point à ce projet.

Soodie Ansari a été la coordonnatrice du PACE à la Families Branching Out Coalition du nord-est de Vancouver, qui comprend quatre centres (les maisons de quartier Frog Hollow - l'organisme hôte -, Collingwood et Kiwassa, et le centre communautaire Thunderbird). Tous offrent des programmes et des services aux familles avec enfants de 6 ans et moins qui vivent dans des conditions risquées. Soodie a aussi coordonné et supervisé les programmes familiaux de la maison de quartier Frog Hollow, un organisme de services communautaires qui donne aux membres de la collectivité les moyens d'améliorer leur qualité de vie par le biais de programmes et de services sociaux. Les programmes et services de Frog Hollow, qui encouragent le bénévolat et sont assurés en grande partie par des bénévoles, respectent et valorisent les différences culturelles et autres de la communauté. 

 Pamela Kasir
Families Branching Out Coalition,
maison de quartier Frog Hollow, Vancouver, C.-B.)

Pamela Kasir a remplacé Soodie Ansari au sein du comité consultatif national vers la fin du projet. L'énergie et l'enthousiasme débordants qu'elle a consacrés à l'étape de la diffusion ont contribué à la réussite du projet. 



 Amanda Dale
Centre de santé des femmes

Directrice du Centre de santé des femmes St. Joseph's, Amanda Dale possède près de 20 ans d'expérience dans la prestation de services destinés aux femmes. Dans le cadre de ses fonctions, elle assure la gestion financière et la supervision globale du projet. Amanda faisait partie de l'équipe consultative du projet et du comité consultatif national. Vivement intéressée par les questions interculturelles, elle a fait profiter les membres de ses connaissances en méthodologie de recherche qualitative. 

 Elaine Eskow
Société d'aide aux immigrants de Calgary, Calgary, Alb.

Travailleuse sociale, Elaine Eskow s'intéresse à la diversité culturelle depuis de nombreuses années. Résidente de Calgary, elle a participé à une initiative locale de réorganisation des services multiculturels mise de l'avant par Centraide. Elaine fait actuellement partie d'une équipe chargée de concevoir un site Web pour préparer les nouveaux arrivants à entreprendre une carrière en services à la personne et d'un comité directeur qui conseille les responsables des services aux immigrants et de l'évaluation de systèmes à Calgary.

Elaine Eskow siège au conseil d'administration de la Société d'aide aux immigrants de Calgary (CIAS). Le Centre Mosaic, qui fait partie de la CIAS, offre des services de prévention et d'intervention aux nouvelles familles canadiennes qui ont besoin d'aide pour accéder aux ressources locales dans les domaines de la santé, des services sociaux, de la santé mentale et de l'éducation préscolaire. Une vaste gamme de programmes a été mise au point pour favoriser l'épanouissement physique, social, affectif, psychologique et intellectuel des jeunes enfants immigrants et réfugiés. Le centre offre d'autres services holistiques aux parents et aux fournisseurs de soins : halte-garderie, maternelle, programme d'alphabétisation familiale, visites à domicile, soutien des familles, ateliers sur le rôle parental, organisation de fêtes et événements spéciaux. 

 Jo-Anne Henderson-White
Metropolitan Immigrant Settlement Association, Halifax, N.-É.

Jo-Anne Henderson-White termine en ce moment une maîtrise en service social communautaire. Nouvellement arrivée au Canada, elle est originaire des Antilles. Jo-Anne aime les formes d'art qui amènent une prise de conscience comme le théâtre, la poésie et la nouvelle.

Jo-Anne Henderson-White travaille en tant qu'animatrice communautaire au Metropolitan Immigrant Settlement Association (MISA). Elle coordonne un projet de mise en valeur du potentiel dans le cadre duquel elle prépare les chefs de file des communautés ethniques à siéger aux conseils d'administration, commissions et comités des administrations municipales et provinciales. En plus de mener des recherches sur les politiques d'immigration et la condition des réfugiés dans le monde, elle tente également de sensibiliser la communauté aux problèmes liés à l'immigration et à sa responsabilité par rapport à l'établissement et à l'intégration des immigrants. La MISA a été fondée en 1980. Il s'agit d'un organisme communautaire qui accueille les nouveaux arrivants au Canada et fait valoir leur rôle de premier plan dans l'évolution de notre pays. La MISA aide les nouveaux arrivants à participer activement à la vie canadienne. 



 Hiteshini Jugessur
*Centre communautaire des femmes du Sud asiatique
(South Asian Women's Community Centre), Montréal, Qué.*

Hiteshini Jugessur est née à l'île Maurice d'un père mauricien et d'une mère indienne. Déménagée en Éthiopie en 1983, elle a ensuite vécu en Angleterre et habite maintenant Montréal. Dans ses temps libres, elle fait partie de la troupe de théâtre montréalaise « Teesri Dunya » (tiers-monde), qui se sert de la scène pour sensibiliser le public aux différences entre les conditions sociopolitiques de l'Asie du Sud et celles du Canada.

Hiteshini Jugessur occupe le poste d'agente d'information du public au Centre communautaire des femmes du Sud asiatique. Fondé en juillet 1981, le Centre s'appelait alors le Centre communautaire sud-asiatique. Cet organisme a vu le jour sur l'initiative d'un groupe de neuf femmes d'origine indienne et pakistanaise qui avaient remarqué les sérieuses difficultés des femmes des minorités visibles et culturelles à s'adapter au mode de vie canadien. Le bagage socioculturel des femmes sud-asiatiques constituait d'ailleurs un facteur aggravant, car les traditions les isolaient encore davantage que les femmes d'autres groupes d'immigrants. L'objectif fondamental de l'organisme est d'aider les femmes sud-asiatiques à développer leur plein potentiel, à se familiariser avec la vie sociale et communautaire et à adopter les habitudes de vie du pays. 

 Joanne King
Centre de ressources communautaires de Killaloe, Ont.)

Les grands-parents maternels de Joanne King ont quitté le Liban pour venir s'installer au Canada. Enceinte durant les années 1970, Joanne a fait des choix très avant-gardistes en matière d'éducation des enfants : partage du lit familial; sevrage au rythme du nourrisson; transport de sa fille et de son fils, dans un porte-bébé ventral et dorsal. Forte de ses expériences combinées, Joanne s'est engagée à promouvoir les pratiques d'attachement positives et l'égalité des sexes, puis à mettre ses compétences au service du projet national.

Joanne King est directrice générale du Centre de ressources communautaires du village de Killaloe dans le comté de Renfrew, en Ontario. Organisme communautaire à but non lucratif, le Centre et ses nombreux partenaires offrent une variété de services dans le cadre du PACE et du PCNP : centre mobile de documentation et de prêt de jouets pour les enfants (appelé « Toy Bus »), programme de ressources familiales Kids Corp (dans la ville de Renfrew), haltes-garderies, programmes d'aide aux jeunes parents et de promotion d'habitudes saines chez les enfants, programmes prénatals (certains spécialement conçus pour les adolescents), programmes d'éducation parentale, friperie, banque alimentaire, conseils en matière d'emploi, services de santé mentale pour enfants, projet de jardin communautaire, service d'information et d'orientation, accès aux ordinateurs et à l'Internet.

Joanne a aussi travaillé comme agente de liaison pour ce projet auprès de la Coalition des projets du PACE et du PCNP de l'Ontario, qui encourage l'action collective, la formation et le partage des ressources entre les différents projets ontariens. Entre autres activités, la Coalition organise une conférence annuelle et publie un bulletin semestriel. 



 Elise Lavigne
Santé Canada

Élevée dans une famille québécoise, Élise Lavigne est mariée et n'a pas d'enfant, mais fait du bénévolat auprès d'enfants. Elle croit fermement à l'importance du respect et à la valeur inestimable de la diversité culturelle. Élise est persuadée que le fait de considérer la différence culturelle pour ce qu'elle est (« ni mieux, ni pire, mais simplement différente ») permettrait d'éliminer un grand nombre d'actes discriminatoires.

Agente de programme pour le compte de **Santé Canada**, Élise Lavigne s'est chargée de la gestion du Fonds des projets nationaux (FPN) du PACE et du PCNP. À ce titre, elle devait entre autres évaluer les besoins de chacun des projets afin d'établir leur priorité de financement dans le cadre du Fonds, s'assurer de leur bonne mise en œuvre et de leur achèvement. La consultation des divers groupes du PACE et du PCNP a fait ressortir la nécessité de soutenir une diversité culturelle accrue dans le cadre des programmes. Élise devait donc veiller à ce que chaque proposition de projet réponde aux critères en matière de promotion de l'attachement et de la diversité culturelle. 

 Gaby Vieira
Santé Canada

Vers la fin du projet, Gaby Vieira a remplacé Élise Lavigne au poste qu'elle occupait à Santé Canada et au comité consultatif national. Elle a fait preuve d'énormément d'enthousiasme et de dévouement à l'égard du projet. 

 Farah N. Mawani
Centre de santé des femmes

Issue d'arrière-grands-parents originaires de l'Inde, Farah N. Mawani a vu le jour à Nairobi au Kenya. Elle a émigré au Canada à l'âge de quatre ans, mais a eu l'occasion de retourner au Kenya plusieurs fois pendant son enfance, comblant ainsi son intense besoin de retrouver une partie de ce qu'elle avait perdu en émigrant au Canada. La place de l'immigration au sein de sa famille, couplée à son expérience personnelle, ont alimenté la passion de Farah et enrichi sa contribution au projet.

Farah N. Mawani a coordonné le projet « Partage interculturel des pratiques d'attachement parents-enfants : Apprendre des récents immigrants et réfugiés ». Principale responsable de cette initiative, elle cumulait les fonctions suivantes : organiser et présider toutes les réunions du comité consultatif national; planifier les déplacements et les entrevues dans toutes les régions; mener les entrevues avec les parents et les fournisseurs de services; analyser les données d'entrevue; réunir des ressources; prendre des photos; rédiger toute la documentation du projet et en superviser la conception; présenter le projet lors de plusieurs conférences; coordonner et animer les ateliers élaborés à partir de la documentation. 



 Maureen McDonald
Projet de prévention primaire auprès des parents de Parkdale

Maureen McDonald est la coordonnatrice du Projet de prévention primaire auprès des parents de Parkdale (voir la description dans cette section de la boîte à outils). Maureen a participé à la rédaction de la proposition pour le projet et supervisé le travail de la coordonnatrice du projet. 

 Alejandra Priego
Centre de santé des femmes

Alejandra Priego s'occupe de promouvoir le Centre de santé des femmes auprès de la population hispanique. Elle tire son inspiration, sa perspective unique, ses connaissances et sa pensée critique de son expérience d'immigrante et de mère de deux enfants. Alejandra a pris part à l'ensemble du projet, de la rédaction de la proposition initiale à la conception des ressources pratiques qui en résultent. 

L'attachement

Ce survol de l'attachement est fondé en grande partie sur la documentation des ateliers mis au point par Crisci, Kussin et Mayer Consultation, Counselling and Training⁵. Les références à d'autres sources ont été indiquées.

Comment définit-on l'attachement?



L'attachement désigne le profond lien affectif qui se forme entre un enfant et un ou plusieurs adultes, en général la mère, le père ou toute autre personne qui en prend soin. Grâce au lien d'attachement, l'enfant développe un sentiment de sécurité qui lui permet d'explorer son environnement en sachant qu'il peut se réfugier auprès de ses parents s'il se sent en détresse. Pour stimuler la formation de l'attachement, les parents doivent fournir de l'affection et des soins à leur enfant, lui démontrer du respect, favoriser sa confiance et sa sécurité, en plus de se montrer réceptifs à ses besoins. Il a été prouvé que le lien d'attachement formé en bas âge avait des répercussions sur toute la vie d'un enfant.



⁵ Pour de plus amples renseignements sur Crisci, Kussin and Mayer Consultation, Counselling and Training, veuillez consulter la Section V de cette trousse intitulée « Ressources adaptées à la culture ».



- L'attachement est un lien profond et durable qui se forme entre un fournisseur de soins (mère, membre de la famille ou de la communauté) et un jeune enfant, particulièrement entre zéro et cinq ans.
- L'attachement est une relation mutuelle entre un enfant et un fournisseur de soins. Les enfants recherchent instinctivement la sécurité et la protection d'un adulte, tandis que les parents et autres fournisseurs de soins sont instinctivement portés à protéger et à réconforter les enfants.
- La réciprocité de la relation d'attachement, que l'on observe lorsque le fournisseur de soins répond aux besoins de l'enfant et que l'enfant répond aux soins de cet adulte, crée une base de sécurité déterminante pour le développement de l'enfant.
- L'attachement influence le développement précoce du cerveau, lequel se répercute sur les capacités qu'aura l'enfant de maîtriser ses pensées, émotions et comportements durant toute sa vie.

Comment définit-on les comportements d'attachement?

Les comportements d'attachement sont les moyens employés par les enfants pour obtenir des réactions de leurs fournisseurs de soins et maintenir la proximité avec eux. Pour y arriver, un enfant pourra pleurer, s'agripper, tendre les bras, ramper, marcher, sourire et émettre des sons. Ces comportements assurent la sécurité physique et la survie des enfants.⁶

Comment définit-on les pratiques d'attachement?

Les pratiques d'attachement sont les techniques utilisées par les fournisseurs de soins pour répondre aux comportements d'attachement des enfants et ainsi former un lien profond et durable avec eux.

Qu'est-ce qu'un attachement sécurisant?

Les enfants forment un attachement sécurisant avec les fournisseurs de soins qui :

- sont disponibles;
- comprennent leurs besoins;
- sont affectueux;
- prennent plaisir à interagir avec eux;
- sont capables de consoler un enfant stressé.

Comment se comporte le nourrisson ou l'enfant qui a formé un attachement sécurisant?

- Il recherche la proximité avec le fournisseur de soins.
- Il recherche les contacts physiques avec le fournisseur de soins.
- Il poursuit ses interactions avec son fournisseur de soins.

6

⁶ HARWOOD, R.L., J.G. Miller et N.L. Irizarry. Culture and Attachment: Perceptions of the Child in Context, New York (New York), The Guilford Press, 1995..



- Il peut tenter d'interagir à distance avec le fournisseur de soins s'il ne recherche pas la proximité et les contacts physiques.
- Il se calme rapidement en présence du fournisseur de soins et reprend l'exploration de son environnement.

Qu'est-ce qu'un attachement insécure?

Un attachement insécure se forme lorsque les fournisseurs de soins ne sont pas disponibles, ne comprennent pas les besoins des enfants, ne sont pas affectueux, sont incapables de prendre plaisir à leurs interactions avec les petits ou de consoler les enfants stressés. L'attachement insécure prend diverses formes selon le degré de négligence démontré par les principaux fournisseurs de soins.

L'attachement anxieux ou ambivalent survient lorsque les principaux fournisseurs de soins ont des réactions incohérentes et imprévisibles. Par moments, ils se montrent réceptifs aux besoins de l'enfant et les ignorent à d'autres. Les enfants dans cette situation recherchent désespérément la proximité, mais ne croient pas à la disponibilité du fournisseur de soins. C'est pourquoi ils deviennent extrêmement perturbés s'ils sont séparés de leur figure d'attachement, mais sont difficiles à calmer au retour de celle-ci. Comme ils ont peur de quitter leur figure d'attachement pour explorer leur environnement, ces petits ne parviennent pas à l'autonomie.

L'attachement évitant apparaît lorsque les fournisseurs de soins ne sont pas disponibles et adoptent des comportements de rejet par rapport à l'enfant. Ils ignorent les besoins de l'enfant ou y répondent avec indifférence ou hostilité. Les enfants ainsi traités ont tendance à nier leurs propres besoins et à éviter les interactions avec les fournisseurs de soins. Comme ils ne peuvent se fier à leurs fournisseurs de soins, ces petits se sentent forcés de parvenir rapidement à l'autonomie.

Les enfants victimes de négligence grave ou de violence peuvent former un **attachement désorganisé ou désorienté**. Ils adoptent alors des comportements à la fois évitants et ambivalents : ils rejettent leur figure d'attachement ou s'efforcent de lui faire plaisir, et alternent parfois les deux types de comportement. À certains moments, ils se montrent hypervigilants par rapport à la violence; à d'autres, ils semblent incapables de réagir et déboussolés.

Quelles sont les étapes de l'attachement?

L'attachement se développe généralement en trois étapes :

1. Comportements non différenciés (0 à 3 mois)

Les réactions neurologiques d'un nouveau-né ne sont pas encore structurées. La fonction cérébrale se limite alors à organiser et à réguler les états physiologiques et comportements du nourrisson. Ce dernier communique ses besoins aux personnes de l'extérieur en adoptant des comportements comme la succion, l'agrippement, les pleurs et d'autres réactions involontaires. En répondant à ces messages biologiques et en réconfortant efficacement le tout-petit, le fournisseur de soins aide le cerveau à réguler ses fonctions organiques. En fait, il en va de la survie de l'enfant que les parents



soient réceptifs à ses signaux et répondent à ses besoins d'ordre biologique. Cette interaction mutuelle qui se crée dès la naissance du bébé sert de fondement à l'attachement.

2. Le bébé commence à privilégier certains fournisseurs de soins, habituellement la mère. L'interaction entre la mère et l'enfant se solidifie au fur et à mesure qu'ils apprennent à se connaître. La mère comprend mieux les besoins et les réactions de son bébé, tandis que ce dernier acquiert une certaine maîtrise de ses besoins biologiques et des signaux qu'il envoie à ses fournisseurs de soins. Le lien d'attachement s'approfondit au fur et à mesure que le nourrisson voit ses besoins comblés par le fournisseur de soins.

3. Établissement d'une base de sécurité (6 à 24 mois)

Un nouveau-né a à la fois besoin de proximité avec des adultes de son entourage et d'autonomie. Il apprend à signaler ses besoins à son fournisseur de soins privilégié qui, en retour, répond à ces besoins de manière adéquate et cohérente. Dès que l'enfant commencera à se déplacer en rampant, il se mettra à explorer son environnement tout en utilisant la présence de sa mère comme base de sécurité. Le bébé doit pouvoir compter sur la protection du fournisseur de soins pour oser s'en éloigner. Soulignons également que les nourrissons expriment des préférences très marquées et protestent férocement lorsqu'ils sont séparés de leur fournisseur de soins. Les séparations prolongées ont des effets néfastes durant la très tendre enfance.

Les bambins ont un besoin plus prononcé d'explorer leur environnement et de devenir plus autonomes. Comme les petits à ce stade ont aussi des capacités limitées de se maîtriser, les fournisseurs de soins doivent les encadrer et établir des limites bien précises. L'interaction entre les comportements d'exploration du petit et les comportements d'encadrement du parent sert de fondement au développement de la maîtrise de soi, à l'apprentissage social et à la moralité de l'enfant.

Comment l'attachement influence-t-il le développement et le comportement futurs de l'enfant?

Au fil de ses interactions avec son fournisseur de soins privilégié, l'enfant intériorise la relation et se forge un « modèle interne opérant », qui englobe ses perceptions de lui-même et les attentes de sa figure d'attachement. Ce modèle influence la façon dont l'enfant interprète les événements, mémorise l'information et perçoit les situations sociales. Les modèles internes opérants servent de schémas mentaux pour les relations futures.

Voici les modèles internes opérants qui correspondent aux différents types d'attachement :

Attachement sécurisant

- Mon fournisseur de soins est fiable et digne de confiance.
- Je mérite d'être aimé et apprécié.
- Mon environnement est sécuritaire et agréable.
- Je mérite de voir mes besoins comblés.



Attachement ambivalent

- Mon fournisseur de soins est imprévisible. Il est tour à tour affectueux et protecteur, hostile et froid.
- Je ne sais jamais à quoi m'attendre et je suis constamment anxieux et colérique.
- Je ne peux pas m'éloigner et devenir autonome, car je risque de rater un moment d'affection.
- Si je découvre comment inciter ma mère ou mon père à s'occuper de moi, je recevrai de l'affection et me sentirai en sécurité

Attachement évitant

- Mon fournisseur de soins adopte des comportements punitifs et de rejet.
- Je dois faire preuve de vigilance et me protéger constamment.
- Si j'oublie mes besoins d'affection, je ne serai pas blessé ni rejeté.
- Si je satisfais les besoins et les exigences de mon fournisseur de soins, je ne serai pas puni ni rejeté.
- Si j'oublie mes besoins et que je prends soin de mon fournisseur de soins, je me sentirai aimé.

Attachement désorganisé

- Mon fournisseur de soins me néglige gravement et m'agresse physiquement ou sexuellement.
- Je ne sais pas comment faire pour qu'on réponde à mes besoins et je suis désespéré. Je dois me protéger mais ne sais pas comment m'y prendre.
- Pour me protéger, je dois trouver des stratégies intelligentes ou me créer un monde à moi.

Comment les modèles internes opérants se répercutent-ils sur les relations de l'enfant et de l'adulte qu'il deviendra?

Les modèles internes opérants déterminent les croyances d'un enfant par rapport au monde qui l'entoure. Il s'agit d'un système de croyances rigide, fixe et inconscient dont l'enfant se sert pour interpréter toutes ses relations, que ce soit avec ses enseignants, intervenants, thérapeutes, parents nourriciers, frères et sœurs ou camarades. Comme les modèles internes opérants n'agissent pas dans le domaine du conscient, ils sont très difficiles à modifier.



Pratiques interculturelles d'attachement

Comment définit-on la culture?

- La culture est une notion tellement vaste qu'elle est difficile à délimiter avec précision. Aux fins de ce projet, nous utiliserons la définition suivante :

La culture désigne un ensemble de croyances et de valeurs propres à un groupe donné, qui influence la perception et l'interprétation des expériences vécues par les membres de ce groupe, ainsi que leurs objectifs et leurs gestes concrets. Ces croyances et valeurs sont constamment appelées à changer.



- Comme les membres d'un groupe culturel ne sont pas toujours conscients des croyances et des valeurs qui guident leurs gestes, la culture a donc une incidence considérable sur le comportement.
- Le contexte culturel peut influencer de multiples façons la perception et l'interprétation des expériences personnelles. C'est pourquoi les membres d'un groupe culturel donné ne se comportent pas nécessairement de la même manière dans des circonstances identiques.
- La compréhension du contexte culturel qui motive une personne nous permet d'éviter de juger ses comportements en fonction de notre propre contexte culturel.
- Il y a toujours des éléments qui viennent ébranler les pratiques dominantes au sein de chaque groupe culturel. Ces menaces et les changements qui surviennent au sein d'une société font évoluer la culture.

Pourquoi étudier les pratiques interculturelles d'attachement?

- Les croyances, valeurs et pratiques d'attachement des parents diffèrent d'un pays et d'une culture à l'autre.

Bien que la relation d'attachement soit une notion universelle, un nombre sans cesse croissant d'immigrants provenant de plus en plus de pays ont des pratiques d'attachement différentes de celles que connaît traditionnellement le milieu de la santé et des services sociaux du Canada. Les services qui s'adressent aux familles d'immigrants et de réfugiés doivent donc déterminer si ces divergences sont fondées sur un système différent de croyances et de valeurs par rapport à l'éducation des enfants et sur des objectifs différents à chaque étape du développement infantile.



N'oublions pas que la compréhension et l'interprétation personnelles des croyances et valeurs au sein d'un groupe culturel - ainsi que leur mise en application - varient. Pour comprendre le comportement des parents et promouvoir efficacement les meilleures pratiques d'attachement, il faut donc s'informer de leurs croyances, valeurs et expériences personnelles.

- La compréhension des pratiques interculturelles d'attachement peut influencer notre évaluation de l'interaction parents-enfants et du développement infantile.

Nous devons procéder à des évaluations objectives pour comprendre la dynamique d'une famille et son influence sur le développement des enfants. Nous pourrions ainsi déterminer à quel moment offrir du soutien ou intervenir et quelle forme de soutien est la plus efficace.

- Nous pouvons faciliter l'adaptation des familles en atténuant les répercussions de leur migration et de leur établissement au Canada, en renforçant leurs pratiques efficaces et en les aidant à en acquérir de nouvelles.

Dans le domaine de l'éducation des enfants, les familles d'immigrants et de réfugiés qui s'installent au Canada possèdent une expérience, des connaissances et des compétences inestimables qui, dans bien des cas, sont transmises de génération en génération et donnent lieu à des pratiques positives d'attachement moins courantes dans la culture occidentale. Il importe non seulement de reconnaître et de valider ces pratiques, mais aussi d'en tirer des leçons, puis de les intégrer aux programmes et services à l'intention des familles. La promotion d'un éventail des meilleures pratiques interculturelles ne peut que bénéficier aux enfants et aux familles.

- Nous pouvons tirer des leçons en observant différentes pratiques positives en vue de les intégrer à nos programmes et services.

Il ressort des études interculturelles sur l'attachement menées jusqu'à présent que les enfants de toute origine ont des relations avec plusieurs (et non une seule) figures d'attachement, tant dans les cultures occidentales que non occidentales. C'est sans doute là la plus importante constatation tirée de ces recherches. Nos évaluations de la relation d'attachement doivent donc tenir compte du rôle important des réseaux sociaux dans la croissance et le développement infantiles.

Quelle est l'influence de la culture sur la relation d'attachement?

- La culture influence l'importance que les mères, les familles et les communautés accordent aux enfants et au rôle des fournisseurs de soins.

Beaucoup de groupes culturels tiennent les enfants et les fournisseurs de soins en haute estime. Il existe, par conséquent, de nombreuses similitudes entre les pratiques d'attachement de diverses cultures.

- Les croyances, les valeurs et le rôle des parents par rapport au développement infantile influent sur la façon dont ils décident d'élever leurs enfants dans les paramètres imposés par leur culture.

Les différences culturelles influencent parfois les objectifs à long terme des mères, familles et communautés concernant le développement des enfants et, de ce fait, leurs attentes à chaque étape du développement infantile. Ces différences ont aussi une incidence sur les attitudes et comportements des fournisseurs de soins et façonnent leur manière d'élever les enfants et d'interagir avec eux.



- Les enfants adoptent différents types de comportements d'attachement en fonction des normes culturelles de leur communauté.

Même si les relations d'attachement font beaucoup appel à l'intuition, les enfants apprennent à agir de manière à combler leurs besoins. Ils signalent leur détresse en adoptant les comportements qui, selon leur expérience, leur permettent d'obtenir les réactions désirées. Les nouveau-nés feront aussi montre de différents comportements d'attachement sécurisant selon les attentes de leur entourage et la perception de la notion d'attachement sécurisant par un groupe culturel donné.

- Les parents peuvent employer des pratiques d'attachement différentes pour consolider leur relation avec leurs enfants et répondre à leurs besoins.

Malgré la dimension universelle et intuitive de la relation d'attachement, les mères et les familles ont des façons différentes d'interagir avec leurs enfants et de répondre à leurs besoins selon les croyances, les valeurs et les attentes de leur groupe culturel. Un grand nombre de ces pratiques leur sont transmises de génération en génération parce qu'elles favorisent la formation de liens d'attachement sécurisant et qu'elles permettent de répondre efficacement aux besoins des enfants.

Pourquoi étudier la relation d'attachement chez les familles d'immigrants et de réfugiés?

- Pour améliorer notre soutien aux familles d'immigrants, de réfugiés ainsi qu'à toutes les familles.

Une bonne compréhension des similitudes et des différences de perception du lien d'attachement, des comportements d'attachement adoptés par les nourrissons et des pratiques d'attachement des mères et des familles permet d'offrir de meilleurs services de soutien aux familles d'immigrants et de réfugiés et d'atténuer les répercussions négatives de la migration et de l'établissement dans un nouveau pays. Les leçons tirées de l'expérience de ces familles permettent également d'améliorer les services de soutien à l'ensemble des familles.

- Pour sensibiliser les fournisseurs de services sociaux et de santé, qui pourront adapter leurs stratégies d'intervention dans les cas présumés de négligence ou de violence.

Parce qu'elles diffèrent des méthodes généralement acceptées dans la culture occidentale, certaines pratiques positives d'attachement (p. ex. transporter un nouveau-né dans un porte-bébé en écharpe) sont perçues comme des signes de négligence ou même de violence. Même s'ils ne doivent jamais laisser un enfant dans une situation comportant des risques, les fournisseurs de services sociaux et de santé doivent tenir compte du contexte au moment d'examiner un comportement donné. Dans certains cas, les conséquences du racisme, l'impression d'avoir à faire ses preuves constamment et le stress associé à la migration et au rétablissement incitent les nouveaux arrivants à se montrer plus stricts envers leurs enfants. Les évaluations des cas présumés de négligence ou de violence contre un enfant doivent donc prendre en considération les facteurs culturels en cause pour que l'intervention soit optimale.

- Pour reconnaître et valider les pratiques d'attachement utilisées par les immigrants et les réfugiés.



Il est important de demander aux mères et aux familles d'immigrants et de réfugiés comment elles perçoivent les interactions et relations optimales entre les parents et les enfants, ainsi que le développement infantile subséquent. On doit aussi s'informer de leurs points forts, des défis qu'elles doivent relever et de leur besoin de soutien. Envisager le point de vue des familles d'immigrants et de réfugiés constitue le meilleur moyen d'améliorer le soutien et les services offerts, tout en tirant profit de leur expérience.

Plus souvent qu'autrement, on informe les familles d'immigrants et de réfugiés des comportements inadéquats ou à modifier, au lieu de souligner leurs comportements appropriés et de les encourager à les maintenir. D'où la nécessité de partager, de valider et de promouvoir leurs pratiques positives d'attachement afin d'en tirer des leçons et d'améliorer l'ensemble des programmes et services dispensés par les organismes communautaires.

- Il faut examiner les répercussions de la migration et du rétablissement sur les besoins en matière d'attachement pour être en mesure de fournir des services de soutien adéquats aux familles d'immigrants et de réfugiés.

Les familles d'immigrants et de réfugiés qui s'installent dans un nouveau pays exigent souvent des services de soutien additionnels. Préoccupés par les personnes et les biens qu'ils ont laissés derrière eux et obligés de survivre dans un nouvel environnement, les parents ne réagissent pas nécessairement avec constance aux besoins de leurs enfants. De leur côté, les enfants qui ont du mal à composer avec ce changement important de leurs conditions de vie et se tournent vers leurs parents en période de crise n'obtiendront pas le soutien nécessaire de leur famille. Ce genre de situation donne lieu à la formation d'un lien d'attachement insécure qui risque de perturber le développement d'un enfant.

- Nous pouvons enrichir nos connaissances en étudiant les capacités d'adaptation des familles d'immigrants et de réfugiés.

Les parents et les enfants immigrants et réfugiés font souvent preuve de remarquables capacités d'adaptation lorsque leur relation d'attachement est menacée. Or, nous avons beaucoup à apprendre des stratégies qu'ils utilisent pour perpétuer leurs pratiques et comportements positifs d'attachement, que ce soit dans des circonstances similaires ou dans la vie quotidienne.



Aux Philippines, les enfants « bénissent » leurs parents en signe de respect lorsqu'ils rentrent à la maison.



Section II

Similitudes et différences sur le plan des croyances, valeurs et pratiques d'attachement

Les résultats de nos recherches confirment les observations anecdotiques recueillies dans le cadre du programme : il existe à la fois des similitudes et des différences sur le plan des croyances, valeurs et pratiques d'attachement des parents originaires de pays variés. Comme la documentation sur l'attachement reconnaît déjà le caractère universel du lien d'attachement entre les enfants et les personnes qui en prennent soin, la présence de similitudes n'a donc rien d'étonnant. Les variations observées entre les cultures concernent davantage les comportements spécifiques adoptés par les enfants pour susciter les réactions désirées de leurs fournisseurs de soins et les pratiques employées par les parents pour favoriser l'attachement sécurisant de leur enfant.

Pour comprendre l'étendue de ces similitudes et différences, il faut considérer les éléments suivants : a. facteurs qui influencent les croyances, les valeurs et les pratiques d'attachement; b. croyances et valeurs relatives à l'attachement; c. pratiques exemplaires en matière d'attachement.

A Facteurs qui influencent les croyances, les valeurs et les pratiques d'attachement

Chaque pays comprend une variété de groupes culturels qui appliquent chacun une variété de pratiques différentes. Même dans les pays dominés par certains groupes culturels, l'éducation des enfants et les pratiques d'attachement ne sont pas nécessairement cohérentes ni uniformes. Les différents facteurs qui influencent les croyances, les valeurs et les pratiques d'attachement expliquent cette diversité au sein des groupes culturels.

Les parents qui ont pris part à cette étude ont mentionné un certain nombre de facteurs déterminants, qui sont décrits ci-après. Ces descriptions s'accompagnent d'observations préliminaires sur leurs conséquences pour l'élaboration de programmes.



Intuition des parents

Selon un grand nombre de parents d'origines diverses, l'instinct fait partie intégrante de l'éducation des enfants et figure dans la définition de l'attachement fournie dans la documentation théorique. Cette composante instinctive exclut évidemment le recours à des personnes de l'extérieur (p. ex. membres de la famille ou professionnels).



"Être une mère, pour moi, est comme un instinct. Il vient de mon coeur, de l'intérieur, dedans moi profondément..."
(participante de Toronto, ON)

L'attachement désigne la relation réciproque entre les nouveau-nés et les personnes qui en prennent soin. Ainsi, le nourrisson recherchera **instinctivement** la sécurité et la protection de son fournisseur de soins (mère, père ou autre) qui, à son tour, tentera **instinctivement** de protéger et de réconforter l'enfant. Cette réceptivité mutuelle crée une base solide qui concourt au développement sain de l'enfant..¹



Par contre, les pratiques parentales fondées exclusivement sur l'instinct ne sont pas toujours fiables ni facilement modifiables. Outre leur instinct, les parents ont dit utiliser des pratiques d'éducation apprises d'autrui..

①

¹ Documentation utilisée lors des ateliers de Crisci, Kussin and Mayer Consultation, Counselling, and Training, 1999.



Pratiques parentales apprises

Les pratiques parentales s'acquièrent de manière **structurée ou spontanée**. Les parents interrogés ont déclaré que l'**apprentissage spontané** (qui découle de leur propre expérience ou de celle des membres de leur famille, des amis et de la communauté) était leur principal moyen de se familiariser avec l'éducation des enfants dans leur pays d'origine. Les membres de la famille, en particulier les parents, figuraient parmi les sources majeures d'apprentissage. Beaucoup de parents ont commencé leur apprentissage pendant leur enfance ou leur adolescence, alors qu'ils prenaient soin de frères et sœurs, cousins, nièces et neveux plus jeunes, puis ont demandé conseil à leur famille lorsqu'ils ont eu des enfants à leur tour.

Privées de l'accès à leurs mères, aux membres de leur famille et à d'autres ressources de la communauté, les femmes ayant accouché de leur premier enfant après leur arrivée au Canada ont affirmé ne pas trop savoir comment combler leurs propres besoins et ceux de leur bébé. Elles ne se sentaient donc pas à la hauteur de leur nouveau rôle de mère. En revanche, les femmes qui ont émigré au Canada avec leurs enfants ont davantage confiance en leurs capacités, car elles ont eu la chance de profiter de l'expérience de leur mère, de leur famille et de leur communauté avant d'arriver au Canada. Que leurs enfants aient vu le jour au Canada ou dans leur pays d'origine, un grand nombre d'immigrantes imitent consciemment ou inconsciemment ce qu'elles apprennent de leur mère, famille et communauté durant leur enfance.

J'ai appris beaucoup de choses de mes parents. Je transmets donc à ma fille ce que j'ai retiré de mes parents. Ma mère m'a montré comment la transporter dans une écharpe et la calmer en lui chantant des chansons. » (participante de Vancouver, C.-B.)

Beaucoup de mères ont dit préférer cette forme d'apprentissage, qui privilégie l'expérience à l'éducation formelle, et la tradition verbale à la transmission d'information par écrit.

En l'absence de structures familiales et traditionnelles de soutien, les mères font leur apprentissage en partageant leurs expériences respectives. D'après les fournisseurs de services consultés, le soutien par les pairs (y compris l'aménagement de lieux de rencontre informels à l'intention des mères) favorise grandement l'apprentissage. Parallèlement, certaines mères reconnaissent les limites inhérentes à l'apprentissage spontané. Même si elles ont déjà des enfants, elles admettent ne pas avoir nécessairement les solutions aux problèmes qui surgissent en cours de route.

L'**apprentissage structuré** se fait dans les écoles, les cours et les bureaux des professionnels, ou au moyen de lectures. Les parents interviewés ont déclaré qu'il constituait leur principale forme d'apprentissage au Canada. Nombre d'entre eux ont d'ailleurs recours à l'apprentissage structuré en raison de l'insuffisance des mécanismes de soutien informels au Canada. Pour quelques parents, ce mode d'apprentissage ne convient pas à leur niveau ou type d'expérience, ou ne correspond pas à leur façon de faire. Ils ont plutôt coutume de demander spontanément l'aide de leur famille et de leurs amis, qui se fient à leur expérience personnelle.



« Au Canada, le programme-type d'acquisition de compétences parentales se donne en anglais ou en français, a une approche condescendante envers les parents et cible les membres de la population dominante de classe moyenne. Il ne convient pas, par exemple, à une Soudanaise mère de six enfants qui a déjà beaucoup d'expérience. » (fournisseur de services de Halifax, Nouvelle-Écosse)

Mais la plupart des mères immigrantes ou réfugiées ont besoin d'un certain soutien pour remplacer celui qu'elles ont perdu en émigrant au Canada et pour les aider à assumer leur rôle de parent au Canada. Quelques mères ont dit avoir appris à prendre soin de leurs enfants et à développer une relation positive avec eux grâce aux programmes offerts par les centres communautaires. Selon elles, ces organismes communautaires sont essentiels parce qu'ils remplacent le soutien normalement obtenu de la famille.

« Nous n'avons pas de parenté ni de cousins ici. Le centre nous donne beaucoup d'aide et la confiance nécessaire pour prendre soin de nos bébés. Ces services nous sont très utiles et assurent à nos enfants un avenir meilleur. En grandissant, ils continueront d'apprendre et se sentiront assez bien au Canada pour avoir envie d'y rester. Les mères auront aussi envie de rester. » (participante de Toronto, Ontario)



Les mères de famille se servent également de la lecture pour se familiariser avec l'éducation des enfants, que ce soit dans leur pays d'origine ou au Canada. Elles préfèrent la documentation écrite sous forme de dépliants, de brochures ou de feuillets qu'elles peuvent consulter au besoin. Les parents ont dit apprécier au plus haut point les renseignements disponibles dans leur langue maternelle.

Antécédents des parents en matière d'attachement

La quasi-totalité des femmes qui ont recours à des services souhaitent apporter des changements à leur vie, en particulier dans le domaine de l'éducation des enfants. Certaines participantes à l'étude ont reçu beaucoup d'affection et d'amour de leurs parents, et se sont efforcées d'en faire autant avec leurs enfants. D'autres, par contre, ont parlé des difficultés de lutter contre des générations de mauvaises pratiques parentales.



« Mon père était un homme très affectueux et aimant. Je me disais qu'il venait sûrement d'une culture et d'un pays extraordinaires pour donner autant d'amour et d'affection, et être si compréhensif. Il m'a montré à avoir confiance en moi. C'est pour cela que je l'aimais tellement. Il prenait soin de moi, me donnait toute son attention et son amour. » (participante de Halifax, Nouvelle-Écosse)

Quelques-unes des mères interviewées ont été abandonnées par leurs parents et élevées par leurs grands-parents ou d'autres membres de leur famille. D'autres ont été victimes de négligence ou de violence parentale. Certaines participantes ont expliqué que leurs parents étaient extrêmement sévères ou ne passaient jamais de temps avec elles. D'autres encore ont indiqué qu'ils ne leur donnaient pas d'affection, les surprotégeaient ou ne s'intéressaient pas à leurs activités scolaires.

« L'éducation que m'ont donnée mes parents n'était pas exemplaire. Ils n'agissaient pas nécessairement pour mon bien... ils m'insultaient, me battaient, me rabaissaient. » (participante d'Edmonton, Alberta)

Nombre de ces mères voulaient éviter de reproduire les comportements nuisibles de leurs parents, malgré les défis que cela soulevait.

« Je me bats constamment contre ce genre de négativisme. J'essaie d'avoir une attitude positive avec mes enfants, mais c'est difficile de se débarrasser des idées négatives qui sont en moi. Il faut que je rejette ce que mes parents m'ont appris. » (participante de Montréal, Québec)

Certaines mères reconnaissent les comportements négatifs profondément enracinés qui affectent la formation d'un lien d'attachement sécurisant avec leurs enfants, mais également le succès de leurs propres efforts pour combattre ces comportements. Elles ont d'ailleurs souligné l'importance d'être disponibles pour leurs enfants et de leur montrer de l'affection, attentions dont elles ont malheureusement été privées.

« Lorsque j'étais petite, je savais que mes parents nous aimaient, même s'ils ne le disaient jamais, ne nous donnaient pas d'affection et ne nous serraient pas dans leur bras. Il faut dire à nos enfants qu'on les aime, leur porter attention, les écouter, les prendre, leur donner de l'affection. » (participante d'Edmonton, Alberta)



Normes d'éducation culturelles et sociétales

Les conditions considérées acceptables dans l'environnement des parents et des enfants influencent également les pratiques d'attachement. Il existe dans toute société une culture dominante - fondée sur les valeurs et croyances des personnes à la tête des sphères politique et culturelle - que l'on remet rarement en question. Les gens ressentent généralement l'obligation explicite ou implicite de se conformer aux normes de la culture dominante.

Par exemple, dans beaucoup d'autres pays, il est tout à fait normal d'allaiter en public ou de transporter un bébé dans une écharpe. Les femmes de ces pays se sentent donc très à l'aise de le faire. Mais comme ces pratiques ne sont pas aussi courantes au Canada, quelques mères se sont déclarées mal à l'aise de les employer ici.

« Si la petite est agitée, je la transporte sur mon dos. Je peux le faire à la maison, mais ici, une agente de police m'a déjà donné un avertissement. Je lui ai expliqué que, dans mon pays, on portait les bébés sur le dos et que c'était parfaitement normal. Elle n'a rien voulu comprendre. » (participante de Hamilton, Ontario)

Plusieurs mères sont tellement persuadées des bienfaits de leurs pratiques culturelles d'attachement qu'elles continuent à les employer même si la culture environnante les voit d'un mauvais œil.

« On m'a conseillé de sevrer mon bébé d'à peine cinq mois parce qu'il n'était pas convenable d'allaiter dans l'autobus ou le métro. Moi, ça ne me dérangeait pas. Dans mon pays, j'ai allaité mes enfants jusqu'à l'âge de deux ans. Peut-être que cela embarrasse les gens d'ici, mais pas moi. » (participante de Toronto, Ontario)

Religion

La majorité des cultures intègrent des pratiques spirituelles. Même si la dimension sacrée n'est pas interprétée de la même manière par tous et qu'un certain nombre de personnes n'ont pas la foi, beaucoup des parents ayant participé à l'étude ont mentionné le rôle important de la spiritualité et de la religion dans l'éducation de leurs enfants. Les mères de famille souhaitaient transmettre leur culture à leurs enfants en leur enseignant ses traditions religieuses.

« Je tiens à ce que ma fille conserve sa culture et s'intègre à la société canadienne. Grâce à elle, mes valeurs et croyances pourront rester vivantes. La religion aussi est très importante pour moi. » (participante d'Edmonton, Alberta)



Quelques mères considéraient stressant de faire partie d'une minorité religieuse, en particulier dans un pays en proie à des conflits religieux. Par là, elles faisaient référence à leur expérience dans leur pays d'origine, dans les endroits où elles ont séjourné pendant leur migration ou au Canada. Leur stress découlait principalement du rejet de leur croyances, valeurs et pratiques par la culture dominante, ou du peu de soutien qu'elles reçoivent. Par exemple, les parents de l'ancienne Yougoslavie ont mentionné la difficulté de vivre dans un pays déchiré par des conflits ethniques principalement basés sur des différences d'ordre religieux alors qu'ils proviennent de familles et de communautés composées de multiples ethnies et religions.

Des parents musulmans originaires d'Afrique et d'Asie ont indiqué que leur religion leur interdisait de manger du porc, de consommer de la drogue ou de l'alcool, de jurer ou de se battre et les obligeait parfois à porter des vêtements particuliers. Ils disent avoir du mal à transmettre ces valeurs à leurs enfants, qui fréquentent des camarades d'autres cultures. Ce genre de situation pousse parfois les mères de famille à intensifier la discipline afin de sauvegarder leurs traditions culturelles. D'autres assouplissent leurs règles vestimentaires pour éviter à leurs enfants de se faire rejeter ou harceler.

Des Mennonites mexicains parlant le bas-allemand ont affirmé vivre des conflits intenses. Leur situation particulière illustre bien le dilemme auquel font face de nombreux parents desservis par nos organismes. Ces gens vivent à l'écart de la culture dominante, que ce soit au Mexique ou au Canada. S'ils transgressent les diktats de leur religion, ils risquent l'excommunication. La plupart d'entre eux visent avant tout à faire de leurs enfants de bonnes personnes, qui ont une conscience morale et ne désobéissent pas aux règles de leur famille, communauté ou église. Mais leurs enfants veulent s'habiller comme leurs camarades de classe et faire les mêmes activités qu'eux. Certaines mères de famille aimeraient bien donner cette liberté à leurs enfants pour les aider à se sentir à l'aise et acceptés au sein de la collectivité. Voici comment elles décrivent ce choc entre deux cultures et leurs efforts pour protéger leurs traditions tout en faisant preuve de souplesse.

« Je laisse mes enfants porter des vêtements très différents. Il y a des gens [dans notre communauté] qui refusent de laisser leurs enfants s'habiller différemment. Je ne porte pas attention à la façon de s'habiller des gens parce que les vêtements ne changent rien à leur âme. Si l'une de mes robes m'ouvrait les portes du paradis, je l'aurais toujours sur le dos. Mes enfants vont à l'école publique et veulent s'habiller comme les autres élèves. Quand j'étais petite j'étais obligée d'aller à l'école pieds nus et de marcher sur la glace. C'est pourquoi je laisse mes filles porter des pantalons pour ne pas avoir froid aux jambes. Je tiens à ce qu'elles soient au chaud. »
(participante de Waterloo, Ontario)

Un père algérien musulman a souligné son rôle important dans l'éveil religieux de ses enfants et leur acquisition de valeurs morales. Il a précisé que les enseignements du prophète Mahomet au sujet des relations parents-enfants se divisaient en périodes de sept ans.



« De la naissance à l'âge de sept ans, les parents ne font que jouer avec leurs enfants. Entre 7 et 14 ans, ils doivent leur apprendre les choses de la vie. Lorsque leurs enfants ont entre 14 et 21 ans, les parents doivent développer avec eux des liens d'amitié, puis les laisser voler de leurs propres ailes après 21 ans. » (participant de Hamilton, Ontario)

Une mère musulmane originaire de Somalie a affirmé que l'islam mettait l'accent sur la relation parents-enfants.

« Ma religion, l'islam, accorde beaucoup d'importance au lien entre les parents et les enfants. » (participante de Vancouver, Colombie-Britannique)

Des parents de nombreux pays de l'Amérique latine, de l'Asie, de l'Afrique et de l'Europe ont signalé l'énorme soutien offert par l'église dans leur pays d'origine et au Canada. Dans de nombreux cas, l'église favorise le sentiment d'appartenance, renforce les liens familiaux et offre des occasions d'apprentissage pratique aux enfants.

Si les mères de divers pays considéraient la spiritualité comme la pierre angulaire du sentiment d'appartenance à la communauté, un moyen de transmettre sa culture et une source d'enseignements pratiques et moraux facilitant l'éducation des enfants, elles ont indiqué que leur nouveau mode de vie au Canada ne leur permettait pas toujours de pratiquer leur religion. Un grand nombre d'entre elles n'avaient plus le temps d'assister à des services religieux ou pas accès aux lieux de culte de leur religion particulière.

Le fait de comprendre les changements fondamentaux de priorités qui sont imposés aux nouveaux arrivants nous aidera à concevoir des programmes plus humains. Les femmes de cultures diverses auront ainsi la chance de partager les rites religieux qu'elles pratiquaient avant d'émigrer au Canada.

Évolution des mœurs

Les cultures ne sont pas seulement marquées par la diversité des groupes qui les composent; elles sont aussi dynamiques. Les croyances, valeurs et pratiques de leurs membres ne sont jamais unifiées ou stagnantes, mais plutôt influencées par un flot constant de nouvelles idées. Sans compter que l'évolution des mœurs familiales et sociales de l'ensemble de la planète entraîne aussi des changements sur le plan culturel. Chez les nouveaux arrivants qui sont exposés à un grand nombre de nouvelles idées, cette évolution peut s'accélérer et modifier, en retour, la culture dominante.

« J'ai même remarqué des changements dans mon pays natal... Avant, nous [les enfants] nous tenions tranquilles lorsque nos parents recevaient de la visite et nous ne nous mêlions pas aux con-



versations. Maintenant, on encourage les enfants à participer aux conversations de groupe. Nous passons plus de temps avec nos enfants et les encourageons à avoir confiance en eux et à apprendre. » (participante d'Edmonton, Alberta)

Les mères ont mentionné la nécessité de remettre en question les traditions au lieu de les accepter tout bonnement. Nombre d'entre elles ont dit conserver quelques us et coutumes traditionnels, mais aussi adopter les pratiques positives observées au Canada. Pendant le processus de migration et d'établissement dans leur nouveau pays, les parents laissent derrière eux des pratiques familières et s'adaptent à leur nouvel environnement. Ils sont alors obligés d'examiner et d'évaluer non seulement leurs propres croyances, valeurs et pratiques, mais également celles de leur pays d'adoption. Cela leur permet de choisir les éléments à conserver, à abandonner et à adopter.

Certains parents ont fait précisément mention du maintien ou de l'adoption de pratiques dans l'intention principale de les léguer à leur descendance.

« J'adopte les valeurs et pratiques - religieuses ou traditionnelles - que je juge bonnes pour mes enfants et j'apprends constamment de nouvelles choses. » (participante de Hamilton, Ontario)

Même si elles disent acquérir de nouvelles techniques d'éducation des enfants, plusieurs femmes se plaignent qu'elles n'ont pas autant de temps que leurs propres mères pour témoigner de l'affection à leurs enfants.

Comme l'apprentissage interculturel a lieu au sein de nos organismes, nous devons éviter de tomber dans un piège courant : celui d'appliquer des stéréotypes culturels aux différences observées. Tous les groupes culturels sont sujets à des changements sociaux, mouvements politiques et bouleversements de toutes sortes, en plus d'avoir leurs propres distinctions sur le plan de la classe sociale, de la race et du sexe. Chaque membre a donc une expérience et une vision uniques de sa culture.

B Croyances et valeurs liées à l'attachement

Même s'ils provenaient d'une grande variété de pays et de groupes culturels, les parents ont ressorti plusieurs thèmes communs rattachés à l'éducation des enfants, notamment le respect, la dichotomie autonomie-interdépendance et la liberté.



Respect

Un grand nombre des parents interrogés ont abordé la question du respect. Certains avaient l'impression que le respect était plus valorisé dans leur pays d'origine et qu'il jouait un plus grand rôle dans les relations des enfants avec leurs parents, leur famille étendue et l'ensemble de la communauté. Cette situation illustre bien le rôle effacé de la famille étendue et de la communauté dans l'Europe centrale et l'Amérique du Nord d'après-guerre.

« Dans mon pays, tout le village nous enseigne des choses, pas seulement nos parents. Tout le monde participe à l'éducation des enfants. » (participante de Montréal, Québec)

On s'attend aussi des enfants qu'ils respectent et écoutent les autres membres de leur famille et de la communauté. Selon certaines mères, les enfants canadiens n'ont que faire des conseils d'un adulte qui ne fait pas partie de leur famille, même si celui-ci agit dans leur intérêt. « Je n'ai pas de conseils à recevoir de toi, répondra l'enfant. Tu n'es pas ma mère. » La majorité des parents interviewés ont déclaré que ce genre d'attitude traduisait un manque de respect et ignorait les bienfaits de l'éducation communautaire.

Par contre, selon des immigrants qui sont également fournisseurs de services et parents, le fait d'encourager les enfants à exprimer leurs propres opinions - comportement parfois associé à tort à un manque de respect - constitue l'un des avantages de la vie au Canada.

« L'une des choses que j'apprécie au Canada c'est que l'on encourage les enfants à devenir autonomes et à répondre à leurs parents. Ils ont le droit d'avoir une opinion, ils ont la liberté de choix. Lorsqu'un enfant répond à ses parents, on prend souvent cette réaction pour de la désobéissance. Mais les enfants qui comprennent pourquoi ils doivent se comporter de telle ou telle manière seront plus portés à obéir que si on leur force la main. Pour eux, il est très important de pouvoir faire des choix et communiquer. Un enfant qui répond à ses parents n'est pas nécessairement impoli; il donne son opinion. » (fournisseur de services d'Edmonton, Alberta)

Les préoccupations des participantes par rapport au manque de respect de leurs enfants s'expliquent peut-être par les nouveaux rapports de force qui émergent au sein de la famille si les enfants sont les seuls membres bilingues et, par conséquent, les « points d'accès » à l'information.

« Les rôles sont inversés, car les enfants parlent anglais, mais pas leurs parents. Comme ils ont accès à l'information, les enfants prennent le contrôle de la dynamique familiale. » (fournisseur de services de Vancouver, Colombie-Britannique)



Le respect était perçu comme un aspect réciproque de la relation parents-enfants.

« L'amour est très important dans une famille. Les membres de la famille doivent travailler et régler ensemble les problèmes. Je pense que les enfants et les parents sont égaux. Pas parce qu'ils exercent le même contrôle l'un sur l'autre, mais parce qu'ils se traitent en amis. L'amitié est aussi importante. » (participante d'Edmonton, Alberta)

Certaines femmes ont utilisé le concept de respect envers tous les être humains comme tremplin pour aborder avec leurs enfants les notions d'égalité et de protection des droits de la personne.

« J'enseigne à mes enfants de respecter tous les êtres humains...petits, gros, riches ou pauvres. La dignité humaine c'est pour tout le monde. » (participante de Hamilton, Ontario)

« Les droits de la personne sont respectés au Canada. Mes enfants pourront s'instruire dans des établissements reconnus et avoir des droits démocratiques. Nous avons tous des droits, autant les enfants, les hommes, les femmes, les Blancs, les Noirs, les ethnies. Le Canada est un pays de rêve et nous espérons que nos enfants pourront en profiter. » (participante de Halifax, Nouvelle-Écosse)

D'autres mères ont dit regretter que le peuple canadien n'accorde pas toujours aux nouveaux arrivants les mêmes droits et le même respect qu'elles tentent d'inculquer à leurs enfants.

« Je trouve que le monde occidental ne respecte pas toujours notre façon d'élever les enfants. Nous ne sommes pas stupides quand même. Personne ne devrait lever le nez sur la culture des autres. Les services sociaux aussi devraient respecter notre mode de vie quand ils interviennent. Je crois qu'il faut accepter les pratiques des parents qui aiment leurs enfants et agissent dans leur intérêt, même si elles ne correspondent pas à la norme canadienne. » (participante d'Edmonton, Alberta)

Autonomie et interdépendance

La valeur accordée à l'éducation communautaire ailleurs qu'en Amérique du Nord traduit une attitude fondamentalement différente par rapport à l'autonomie. Certains des parents interrogés avaient l'impression que la mentalité canadienne donnait trop d'importance à l'indépendance, en particulier chez les jeunes enfants. Ici, la majorité des enfants dorment seuls dès la naissance, fréquentent la



garderie à quelques mois seulement et sont encouragés très tôt à se nourrir et à s'habiller sans aide. Dans beaucoup d'autres pays, toutefois, les familles incitent leurs enfants à rester dépendants afin de leur inculquer la valeur de l'interdépendance familiale et communautaire.

« Les parents latino-américains souhaitent que leurs enfants restent dépendants d'eux afin de mieux les protéger, tandis que les parents canadiens encouragent leurs enfants à devenir autonomes. Cette façon de vivre complètement différente fait du tort à mes enfants. Au Canada, les gens sont plus solitaires. Je veux que mon fils sache qu'il n'est pas seul, que je suis là pour lui. » (participante de Vancouver, Colombie-Britannique)

Cette attitude divergente par rapport à l'indépendance des enfants est une source d'anxiété et de confusion. Les participants nous ont rappelé que chaque petit devait suivre sa propre voie et avancer à son rythme, au lieu de se conformer simplement aux attentes de ses parents et de la société.

« Mon plus vieux a deux ans et demi et n'est pas prêt à franchir toutes les étapes qu'on lui impose ici. Je trouve que les parents s'en mettent trop sur les épaules. Leurs enfants doivent être propres à l'âge de trois ans, s'endormir seuls et ainsi de suite. Cela peut parfois fonctionner, mais je ne veux pas imposer ces contraintes aux miens. Je veux qu'ils puissent faire ce qu'ils veulent en-dedans de certaines limites. » (participante de Fredericton, Nouveau-Brunswick)

Des mères s'inquiétaient des répercussions futures de la primauté de l'autonomie au Canada. Elles craignaient entre autres que leurs enfants quittent la maison avant leur temps, c'est-à-dire avant d'être mariés, comme c'est la coutume dans de nombreux pays étrangers. Dans d'autres cultures, en effet, les relations familiales s'articulent autour de l'interdépendance, considérée comme un facteur déterminant de la santé.

« Dans mon pays, les liens familiaux sont très solides parce que nous vivons tous ensemble...ou pas très loin les uns des autres. Pour nous, un jeune de 17 ans ne devrait pas vivre seul. Chez nous, on n'est jamais seul car il y a toujours les parents, les frères et sœurs, les grands-parents, les cousins... » (participante de Toronto, Ontario)

Beaucoup de parents n'avaient pas l'impression que le Canada valorisait autant les liens des enfants avec leur famille et communauté que leur pays d'origine. Dans leur pays, la famille immédiate, la famille étendue et la communauté jouent un rôle crucial dans le développement infantile. Chaque membre de la collectivité est perçu comme un être unique qui a quelque chose à enseigner aux enfants. De plus, le lien qui unit un enfant aux membres de sa famille et de sa communauté est jugé essentiel à son développement.



Dans les communautés où l'acquisition des valeurs et pratiques culturelles fait partie intégrante du développement infantile, la famille étendue joue un rôle particulièrement important. En plus d'inculquer aux enfants les valeurs familiales et communautaires, elle les familiarise avec leurs origines et les caractéristiques de leur communauté.

Liberté

Beaucoup de parents ont souligné combien le degré de liberté accordé aux parents et aux enfants était différent au Canada par rapport à leur pays natal. Les parents immigrants et réfugiés avaient des perspectives diverses à cet égard.

Quelques parents trouvaient que les enfants canadiens avaient trop de liberté et quittaient la maison très jeunes, parce qu'on les encourage à voler de leurs propres ailes le plus tôt possible. Dans nombre de pays étrangers, les enfants restent à la maison jusqu'à leur mariage et ont peu de pouvoir décisionnel.

« Au Canada, les adolescents sont libres. Si on leur impose des limites, ils peuvent s'en aller en appartement. Dans ma culture, un enfant, même s'il a 25 ou 30 ans, habite avec ses parents jusqu'à son mariage. Mais ici, un jeune de 16 ans peut partir de chez lui s'il se sent maltraité ou menacé. Je n'aime pas cette mentalité. Je veux le contrôle total sur mes enfants. » (participant de Halifax, Nouvelle-Écosse)

Le degré de liberté qu'une mère donne à ses enfants est souvent associé à son propre sentiment de liberté.

« Des fois, j'ai l'impression de les surprotéger. D'autres fois, j'ai besoin d'être seule et d'avoir un peu de liberté pour m'occuper de moi-même et relaxer. » (participante de Toronto, Ontario)

Par contre, d'autres parents pensaient que les enfants et les parents étaient moins libres au Canada que dans leur pays d'origine. Selon eux, les enfants d'ici ne peuvent pas jouer dehors sans surveillance et les parents ne sont pas libres de prendre congé pendant qu'un membre de la famille ou un voisin s'occupe de leurs enfants.

« On est plus libre dans mon pays à cause de la température et de la famille. Il fait beau et les enfants peuvent jouer dehors. J'aurais plus de temps à moi là-bas parce que ma famille me donnerait un coup de main. » (participante de Toronto, Ontario)



Certaines mères disaient avoir plus de liberté au Canada parce que les parents peuvent élever leurs enfants comme bon leur semble et les enfants ont la chance d'apprendre et de s'épanouir au lieu de se contenter d'obéir à leurs parents.

« J'aime la mentalité au Canada...on peut laisser les enfants grandir en toute liberté. Dans mon pays, les mères obligent les enfants à les écouter, à faire ce qu'elles demandent sans poser de questions. Ils n'ont pas le choix. » (participante de Toronto, Ontario)

D'autres ont souligné tout particulièrement la plus grande liberté des femmes et des enfants au Canada comparativement à leur pays natal.

« Le Canada me convient beaucoup mieux. Mes enfants ont plus de liberté et d'avenir ici. Les femmes aussi sont plus libres. » (participante de Vancouver, Colombie-Britannique)

La liberté d'expression jouait également pour une grande part dans le sentiment d'appartenance au Canada.

« La joie de vivre, les racines, la chaleur des gens, le confort, la sécurité et, surtout, la liberté d'expression m'aident à me sentir chez moi. » (participante de Fredericton, Nouveau-Brunswick)

Pratiques exemplaires en matière d'attachement²

Parce qu'il implique la formation d'un lien profond et durable entre un très jeune enfant et sa mère, un membre de sa famille ou de la communauté, l'attachement influence profondément chaque étape du développement de l'enfant.

Les pratiques d'attachement désignent les méthodes qu'emploient les parents pour établir ce lien profond et durable avec leur nourrisson et pour répondre aux comportements d'attachement de celui-ci.

Le qualificatif « exemplaire » est attribué aux pratiques qui favorisent le développement affectif, cognitif, psychomoteur, linguistique et social des enfants de zéro à cinq ans. Les ressources et l'énergie d'un petit qui a formé un lien d'attachement sécurisant servent alors à lui assurer un développement sain.

La plupart des parents élèvent leurs enfants en fonction des objectifs de développement à long terme qu'ils ont fixés, en tentant de trouver le juste équilibre entre les comportements que leur culture d'o-

²

Les pratiques exemplaires sont celles qui encouragent la formation d'un lien d'attachement sécurisant.



origine et leur culture d'adoption jugent appropriés. Cela peut être très éprouvant quand les préceptes de leur culture d'origine entrent en conflit avec ceux de la culture d'adoption. Voilà pourquoi il est si important d'intégrer les meilleures pratiques interculturelles aux programmes à l'intention des parents et des familles. On peut alors encourager les parents à conserver les pratiques efficaces et à en adopter de nouvelles afin de favoriser le développement optimal de leur bébé.

Le choix des pratiques employées pour bâtir une relation avec un enfant et répondre à ses besoins repose sur les croyances et valeurs des parents, de même que sur les facteurs qui influent sur ces croyances et valeurs. Tel que nous l'avons mentionné dans la section précédente, l'intuition parentale, les pratiques d'éducation apprises, les antécédents des parents en matière d'attachement, les normes culturelles et sociétales d'éducation des enfants, la situation socio-économique, la religion et l'évolution des mœurs influencent les croyances, valeurs et pratiques des parents.

On trouve une grande variété de pratiques d'attachement qui favorisent le développement des enfants de zéro à cinq ans. Certaines des méthodes employées dans d'autres pays stimulent le développement infantile et devraient être proposées à tous les parents. Il est essentiel de promouvoir les « pratiques exemplaires » utilisées par les parents et les familles du monde entier afin d'enrichir les méthodes d'attachement et les connaissances de l'ensemble de nos clients.

Les pratiques exemplaires se répartissent difficilement en catégories distinctes parce qu'elles ont souvent de multiples influences sur le développement infantile.

Aux fins de cette boîte à outils, nous avons classé les pratiques d'attachement selon les stratégies employées par les parents pour favoriser l'attachement sécurisant de leur enfant et selon leur utilité pour les fournisseurs de services. Les catégories de pratiques sont les suivantes : alimentation; transport du bébé; sommeil; toucher et marques d'affection; lecture et chansons; écoute; jeu; enseignement.



Alimentation

Le rôle des fournisseurs de soins, en particulier des mères, dans l'alimentation des enfants a souvent été mentionné. Les femmes ont souligné l'importance de l'allaitement maternel, de la préparation des repas et de l'alimentation de leurs enfants plus âgés. L'allaitement, ainsi que la préparation d'aliments solides, de nourriture saine et des mets préférés des plus vieux faisaient partie des façons de démontrer son amour à ses enfants et de combler leurs besoins physiques et affectifs.



« J'ai donné le sein à tous mes enfants. Même lorsque je travaillais à plein temps, la première chose que je faisais en rentrant à la maison était d'allaiter. Quand on décide d'avoir des enfants, il faut prendre ses responsabilités. » (participante de Halifax, Nouvelle-Écosse)

La notion de « don » (p. ex. donner de la nourriture, de l'information, de l'amour, des biens matériels, de la « nourriture » spirituelle) revenait souvent dans les descriptions du rôle des parents dans l'éducation des enfants.

« On peut donner des choses matérielles à son enfant, ou bien une bonne qualité de vie, un meilleur avenir, un sentiment de sécurité. Mais cela reste des éléments extérieurs. Il ne faut pas oublier la vie spirituelle. Pour moi, c'est un aspect essentiel de l'existence. » (participante de Fredericton, Nouveau-Brunswick)

Beaucoup de parents ont insisté sur le rôle crucial de la famille étendue dans l'éducation de leurs enfants. Séparés d'elle depuis leur arrivée au Canada, ils ne pouvaient pas compter sur autant de soutien que dans leur pays d'origine. De nombreuses mères ont mentionné tout particulièrement le soutien post-partum fourni par la famille étendue et la communauté dans leur pays natal.

« Nous étions une famille nombreuse...Il y avait ma mère, mon frère, mon autre frère, qui a maintenant un enfant, sa femme, en plus des deux sœurs et des parents de sa femme. Et tout ce beau monde avait quelque chose à faire! L'arrivée d'un bébé n'est pas de tout repos, surtout quand la mère doit le nourrir aux heures. » (participante de Toronto, Ontario)



Les parents ont aussi indiqué avoir besoin du soutien de personnes d'expérience.

« Ma mère, ou bien une amie, me donnait des conseils sur l'allaitement. Je consultais des mères parce qu'elles étaient passées par là et savaient de quoi elles parlaient. » (participante de Toronto, Ontario)



Une mère somalienne a accordé beaucoup d'importance au fait de nourrir ses enfants avec ses mains. Elle était d'avis qu'ils mangeaient mieux de cette manière. Il est tout à fait logique que l'on crée un meilleur lien avec l'enfant et qu'on suscite davantage son attention en ayant beaucoup de contacts physiques avec lui. Consciente que les choses se passaient différemment à l'école, cette femme avait enseigné à ses enfants deux façons de s'alimenter. Elle considérait également important de manger en famille, sur le plancher ou à table. L'heure des repas est un moment idéal pour consolider les relations familiales.

« Ma fille mange plus lorsque je la nourris avec mes mains. Et mon fils refuse d'avaler la nourriture qu'on met sur le plateau de sa chaise haute. Je ne sais jamais s'il a assez mangé. Il mange bien lorsqu'il est assis sur mes genoux et que le nourris avec mes mains. Dans ce cas-là, j'ai l'impression qu'il mange à sa faim. » (participante de Vancouver, Colombie-Britannique)

Transport du bébé

La manière de transporter et de tenir les enfants (particulièrement les nourrissons et les bébés) fait partie des pratiques d'attachement efficaces mentionnées par les mères durant les entrevues. Selon un couple interviewé, le fait de tenir leur bébé de quatre mois dans leurs bras en marchant et en lui parlant parvenait à le soulager et à le calmer.

Selon d'autres participantes, surtout originaires de l'Afrique orientale et occidentale, transporter les bébés et nourrissons sur le dos, dans une écharpe, favorise la formation du lien d'attachement. Ces mères comprennent que la proximité physique peut mener à la proximité affective. Elles combinent fréquemment cette pratique à des chansons.

« Quand on est tout petit, on se fait constamment promener. Les parents chantent parfois des chansons. Dans mon pays, nous avons une façon particulière de transporter les enfants... sur le dos. C'est peut-être ça qui les rapproche de leurs parents. Ils sont tout le temps en contact avec eux. » (participante de Toronto, Ontario)

On reconnaît également que le fait de transporter l'enfant et de soulager sa détresse favorise la formation d'un attachement sécurisant. Des mères ont d'ailleurs indiqué que les écharpes constituaient un bon moyen de calmer les nouveau-nés.

« Lorsqu'on mon fils de deux mois se met à pleurer, je l'installe sur mon dos et lui chante une chanson dans ma langue maternelle. Je le fais pendant que je cuisine ou prépare autre chose. Il sait que je suis occupée et il se tient tranquille. » (participante de Vancouver, Colombie-Britannique)



Sommeil

Quelques mères interviewées ont abordé les pratiques d'attachement qui ont trait au sommeil. Elles ont décrit des activités précises qu'elles font avec leurs enfants avant de les mettre au lit.

Some talked about specific activities they do with their children, focussing their attention on them, before they go to sleep.

« Je leur lis des histoires, je leur parle ou bien je joue avec eux avant qu'ils s'endorment. » (participante de Calgary, Alberta)

Le partage du lit familial figurait parmi les pratiques d'attachement efficaces que les mères ont conservées une fois installées au Canada. Certaines ont fait ressortir les sentiments positifs associés au fait de dormir avec de jeunes enfants et les bienfaits de cette pratique sur la relation parents-enfants.

« Mes enfants de deux mois et de quatre ans dorment avec mon mari et moi. Nous trouvons cette expérience très agréable et pleine de douceur. Ici, les parents et les enfants dorment séparément. Pourtant, le fait de dormir avec mes deux petits ne nous cause aucun problème et renforce la relation parents-enfants. » (participante de Vancouver, Colombie-Britannique)

Les mères interrogées dans le cadre du projet comprennent bien le lien entre l'attachement en bas âge et le sommeil chez les enfants. À cet égard, elles se sentent différentes du reste de la population parce qu'elles choisissent de partager leur lit avec de jeunes enfants. Or, ce genre de pratique culturelle peut causer beaucoup d'anxiété et de malentendus. Il y aurait lieu de promouvoir une meilleure compréhension et le partage objectif des expériences pour permettre à tous nos clients d'essayer une variété de pratiques.

Toucher et marques d'affection

Le toucher faisait partie des pratiques d'attachement privilégiées de nombreux parents. Quelques-uns ont signalé l'importance du toucher dans leur propre famille.

« J'ai été élevée dans une famille où l'on se touchait beaucoup, on se serrait l'un contre l'autre, on s'embrassait souvent. Nous avons tout le temps des contacts physiques les uns avec les autres. » (participante de Fredericton, Nouveau-Brunswick)

Plusieurs mères déploraient cependant le manque d'affection ou la rareté des mots tendres pendant leur enfance.



« Quand j'étais petite, je savais que mes parents nous aimaient, mais ils ne le montraient et ne le disaient jamais. Ils ne nous prenaient pas dans leurs bras. Pourtant, c'est important de montrer à ses enfants qu'on les aime. » (participante d'Edmonton, Alberta)

Certaines participantes n'ont reçu de l'affection que d'un seul parent.

« Ma mère était une femme forte. Elle nous a tout donné sans jamais nous montrer qu'elle nous aimait. Mon père était plus expressif... J'essaie d'agir avec mes enfants comme mon père avec moi, de les faire profiter de l'amour qu'il m'a donné. » (participante de Calgary, Alberta)

Qu'elles aient grandi ou non dans une famille où l'on se touchait et se donnait de l'affection, un grand nombre de femmes accordaient de l'importance aux contacts physiques avec leurs enfants.

« Serrer et embrasser mon enfant plusieurs fois par jour me rend tellement heureuse. » (participante de Calgary, Alberta)

Un certain nombre de participants ont appris à démontrer et à exprimer leur affection au Canada.

« J'ai appris ici à serrer mes enfants contre moi, à les embrasser et à leur dire que je les aime. C'est la seule façon de leur faire comprendre à quel point je les aime. Mes enfants m'embrassent et me disent eux aussi à quel point ils m'aiment. » (participante de Vancouver, Colombie-Britannique)

D'autres avaient l'impression que les marques d'affection étaient moins acceptées au Canada que dans leur pays d'origine.

« Dans mon pays, on s'occupe de nos enfants, on va les voir lorsqu'ils sont agités et on essaie de les calmer. Ici, on m'a dit de les laisser pleurer. Ça m'a bouleversée. » (participante de Fredericton, Nouveau-Brunswick)

Certains parents ont dit avoir appris des techniques de massage des nouveau-nés dans leur pays d'origine, puis s'en être servi au Canada pour détendre leurs bébés.

« Ma mère m'a conseillé de masser mon bébé une fois par jour jusqu'à l'âge d'un mois. Je lui fais donc un massage par jour. » (participante de Toronto, Ontario)



Une femme a aussi précisé qu'elle avait recours au massage pour soulager ses enfants lorsqu'ils étaient malades.

« Je serre mes enfants contre moi et je les masse quand ils sont malades. Je ne leur dis pas seulement de prendre des médicaments et de dormir. Mes soins leur font du bien. J'agis de cette manière parce c'est ma responsabilité en tant que parent. Je sens un lien très fort entre nous. » (participante de Vancouver, Colombie-Britannique)

Presque tous les parents interviewés étaient conscients que le besoin de sécurité et de contacts physiques constituait une composante essentielle du développement infantile. Les personnes qui n'avaient pas connu la proximité physique (p. ex. victimes de violence pendant l'enfance ou enfants de parents distants) abondaient également dans ce sens. Une proportion significative de mères ont mentionné le massage traditionnel des nouveau-nés, une pratique d'attachement utilisée de longue date dans beaucoup de pays et « promue » depuis peu au rang des méthodes exemplaires en Amérique du Nord.

Lecture et chansons

La majorité des mères interrogées considéraient la lecture comme une importante pratique d'attachement. L'une d'elles lisait même à son enfant pendant sa grossesse.

« Il était encore dans mon ventre que je lui lisais déjà des histoires. » (participante de Toronto, Ontario)

« Les livres redonnent le sourire à mon fils, même quand il est troublé. » (participante de Toronto, Ontario)



Quelques femmes encourageaient aussi leurs enfants à lire pour se calmer lorsqu'ils étaient agités. Beaucoup de mamans tenaient à lire des histoires et à chanter des chansons dans leur langue maternelle afin de familiariser leurs enfants avec cette langue et de leur transmettre les valeurs propres à leur culture.

« Je passe du temps avec mes enfants chaque soir pour leur apprendre ma langue maternelle. Ils doivent d'ailleurs la parler à la maison. En plus, je fais jouer des cassettes et bien d'autres choses pour m'assurer qu'ils ne l'oublient pas. » (participante de Halifax, Nouvelle-Écosse)

« Nous avons mis des enfants au monde et nous sommes responsables d'eux. Il faut leur donner de l'amour, de l'attention... sans oublier la discipline. La langue aussi est importante, parce que c'est utile d'être bilingue. Je veux que mes enfants me comprennent, car comprendre la langue c'est comprendre la culture. Si je n'enseigne pas à mon fils à parler ma langue, dans 10 ans, il ne comprendra pas ce que je dis ou ce que je fais. Non, il doit me ressembler le plus possible, être un produit de notre culture. » (participante de Halifax, Nouvelle-Écosse)

Ces pratiques prennent beaucoup d'importance chez les parents qui tiennent à préserver certains aspects de leur culture et à les transmettre à leur descendance malgré le fait qu'ils grandissent dans un environnement différent. Un grand nombre de mères ont d'ailleurs mis au point des stratégies innovatrices pour encourager leurs petits à parler leur langue maternelle.

« Nous essayons de parler chinois à la maison. Mes enfants vont apprendre l'anglais à l'école et avec leurs camarades. C'est pourquoi je ne m'inquiète pas au sujet de l'anglais, mais j'ai peur qu'ils perdent l'usage de la langue chinoise. Ils comprennent bien le chinois, mais sont trop gênés par leur accent pour le parler. J'essaie de trouver des trucs pour encourager mes enfants à parler chinois, surtout ici à Halifax, où ils n'ont pas l'occasion de l'utiliser. Par exemple, je leur donne des films et des livres en chinois, ou bien je commence à leur raconter une histoire et leur dis de prendre le livre en chinois pour connaître la fin. Je ne les force pas à faire des exercices comme à l'école parce que je ne veux pas qu'ils perdent l'intérêt. » (participante de Halifax, Nouvelle-Écosse)

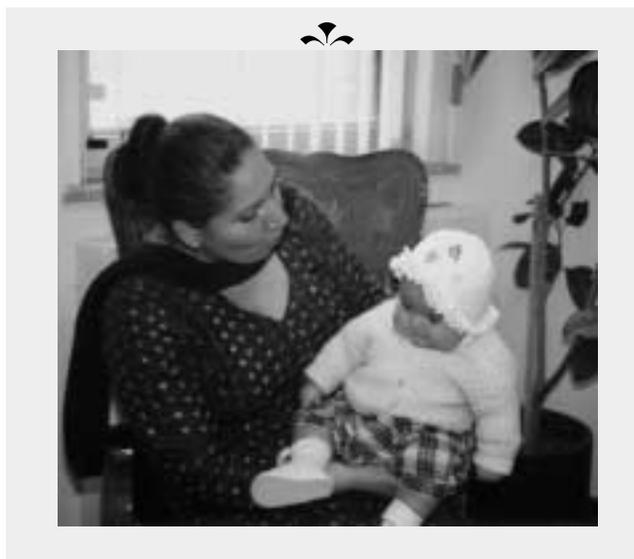


En plus d'encourager leurs enfants à se familiariser avec leur langue et leur culture d'origine, les mères leur racontent des histoires décrivant leur processus de migration et de rétablissement. Ces histoires favorisent l'attachement des petits avec les membres de leur famille étendue, même s'ils ne vivent pas nécessairement dans le même pays.

« Je passe beaucoup de temps à parler de ma famille à mes enfants. Chaque jour, je montre des photos de mon père ou de ma sœur à ma fille. Je lui raconte qu'ils vivent en Afrique et qu'ils parlent français et swahili. Je lui dis qu'elle doit apprendre une langue que mon père comprendra lorsqu'on ira le voir, parce qu'il ne connaît pas l'anglais. Quand je téléphone à mon père, ma fille lui parle en swahili et je trouve ça génial. Elle me demande souvent : "Maman, quand est-ce qu'on va aller voir ton père et ta sœur?" » (participante de Halifax, Nouvelle-Écosse)

Quelques femmes chantent aussi, dans leur langue maternelle, des chansons qui reflètent les valeurs familiales, en particulier l'importance des relations entre les enfants et les membres de la famille étendue. Elles choisissent souvent des chansons pour enfants ou ayant un but précis (p. ex. apaiser l'enfant, l'aider à s'endormir ou le motiver à jouer).

« Je choisis des chansons et de la musique de mon pays. Je chante en éwé, un dialecte africain. J'aimerais que ma fille comprenne mon dialecte. C'est pourquoi je lui lis des histoires en éwé et lui chante des chansons qui reflètent notre religion et notre culture. Il y a des chansons spécialement pour les enfants, d'autres pour des célébrations comme le mariage. Si elle se met à pleurer, je lui chante une chanson spéciale qui dit : "Ne pleure pas, je suis là. Ne pleure pas, ton père s'en vient. Ne pleure pas, tu as des grands-parents, des oncles et des tantes au Togo..." » (participante de Hamilton, Ontario)



Écoute

Beaucoup de femmes ont affirmé qu'il était primordial d'écouter leurs enfants et de leur donner de l'affection pour développer une relation solide avec eux. Quelques-unes ont insisté tout particulièrement sur l'écoute active.

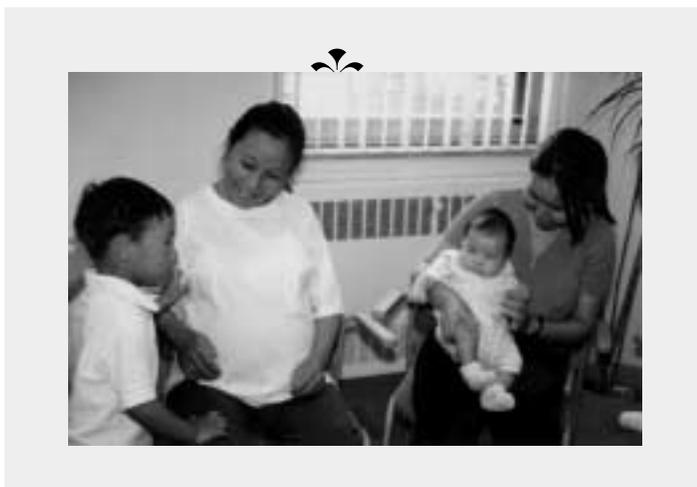
« La communication est essentielle et j'essaie de pratiquer l'écoute active avec mon enfant. » (participante de Montréal, Québec)

Certaines mères ont souligné l'importance d'être à l'écoute de leurs enfants lorsqu'ils ont des problèmes.

« Je les laisse se plaindre et s'exprimer. » (participante de Calgary, Alberta)

Pour quelques mamans, les gestes que posent leurs enfants pour attirer l'attention les motivent à être encore plus à l'écoute.

« Ma fille me demande tout le temps de la regarder. Aujourd'hui... c'était tellement comique... elle me parlait et je lui répondais par des "Mm-hmm". Elle m'a dit : "Maman, parle-moi pour de vrai". J'ai répondu : "OK, qu'est-ce que tu veux que je te dise au juste?" Je pense que les enfants ont besoin d'attention et vérifient simplement qu'on les écoute. » (participante d'Edmonton, Alberta)



« Selon mon expérience, l'amour, l'affection et l'attention qu'on donne à ses enfants font vraiment une différence. Mes enfants sont plus âgés. Un jour, mon fils aîné m'a lancé : "Tu es une très bonne mère, mais des fois tu ne m'écoutes pas." C'est moi qu'il a blâmée. Je me souviens aussi de m'être précipitée à mon bureau même si mes deux fils étaient en train de se battre. Je n'en ai pas fait de cas. Aujourd'hui, mon plus vieux me reproche de ne pas l'avoir écouté et de lui avoir fait mal. C'est pourquoi il est nécessaire d'écouter son enfant et de passer du temps avec lui. » (participante de Halifax, Nouvelle-Écosse)



Selon plusieurs mères, l'écoute favorise les rapports de qualité et, par le fait même, la formation d'un attachement sécurisant.

« Je crois que la qualité du temps passé avec ses enfants est extrêmement importante. Par exemple, j'essaie de faire mes courses pendant la journée, avant leur retour à la maison, pour avoir le temps, le soir, de m'informer de leur journée à l'école, de leur demander s'ils ont eu des difficultés. Je les écoute, je discute avec eux pour vérifier que tout va bien, j'essaie de les guider... Parce que je les comprends, ils sont très attachés à moi. » (participante de Toronto, Ontario)

Des femmes d'une variété de milieux considéraient l'écoute comme l'un des principaux fondements de leur relation avec leur enfants. Selon elles, toutefois, le stress et les exigences de la vie moderne rendaient l'écoute difficile.

Jeu

De nombreuses mères classaient le jeu parmi les pratiques d'attachement qu'elles utilisaient couramment.

« Je laisse les enfants choisir le jeu et je joue avec eux. » (participante de Calgary, Alberta)

La catégorie du « jeu » englobait en fait une foule d'activités.

« Je prends le temps de dessiner avec mes enfants, faire de la peinture, lire, jouer à la poupée et m'amuser avec des tasses, des ballons, des balles, etc. » (participante de Calgary, Alberta)

Selon elles, les moments de jeu permettent surtout de donner de l'attention aux enfants et de passer du temps de qualité avec eux.

« On fait du bricolage ensemble, on joue à différents jeux, on regarde la télé ou on va faire un tour au parc. Chaque jour, je m'arrange pour passer du bon temps avec mes filles, seule à seule ou toutes ensemble. On ne peut pas dire qu'on passe du temps avec ses enfants quand on fait la cuisine pendant qu'ils jouent à côté. » (participante d'Edmonton, Alberta)



Quelques mères ont précisé qu'elles délaissaient même certaines corvées domestiques pour passer du bon temps avec leurs petits.

« Les enfants se rappelleront bien plus des jeux et des activités effectuées avec leurs parents que de la propreté de leur maison. »
(participante d'Edmonton, Alberta)

Chez d'autres parents, la participation aux jeux des enfants semble d'autant plus nécessaire que le processus de migration a souvent signifié la perte d'être chers, y compris la séparation ou l'interaction limitée avec l'un des parents. En outre, les enfants d'immigrants n'ont pas toujours l'occasion de jouer avec des camarades comme ils le feraient dans leur pays natal. En jouant avec leurs enfants, les mères de famille se trouvent donc à combler un vide.

Certaines femmes trouvaient difficile de jouer avec leurs enfants en raison de leurs nombreuses responsabilités et parce qu'elles n'en avaient pas l'habitude. Ni leur expérience personnelle, ni leur éducation ne les avaient préparées à servir de compagnes de jeu à leurs enfants. De plus, ce rôle n'est pas nécessairement accepté par leur groupe culturel.



« Dans mon pays, c'est mal vu de faire l'enfant. Lorsque je suis arrivée ici, je n'avais aucune idée que j'étais supposée de jouer avec mon fils. Il avait un an et demi et il voulait que je lui chante des chansons. L'orthophoniste m'a demandé si je lui lisais des histoires. Je lui ai répondu que non, car on ne m'en avait jamais lues pendant mon enfance. Là-bas, les enfants s'amuse ensemble, tandis qu'ici, mon fils n'a que moi pour compagnon de jeu. J'étais tellement gênée de me comporter en enfant. Lorsque j'ai vu des parents canadiens s'amuser avec leurs petits au parc, j'ai pensé à mon fils qui était toujours tout seul. J'ai eu de la peine et j'ai commencé à jouer avec lui. Au début, c'était très difficile. Il y a une énorme différence entre les comportements acceptés ici et dans mon pays. »
(participante de Halifax, Nouvelle-Écosse)

D'autres connaissaient par expérience le rôle important des parents dans les jeux de leurs enfants.

« Dans ma culture, le rôle des parents est de jouer avec leurs enfants de la naissance jusqu'à l'âge de sept ans. Je prends le temps de m'amuser avec mes enfants et ils adorent cela. » (participante de Hamilton, Ontario)



Plusieurs mères disaient profiter des locaux, activités et ressources des haltes-garderies.

« Lorsque mes enfants étaient petits, je les emmenais tous les jours à la halte-garderie parce que nous n'avions pas assez de place pour jouer dans notre trois et demi. Il y avait plein d'activités géniales pour les familles. Je faisais du bricolage avec les enfants, je jouais avec eux l'été... il y avait tellement de choix d'activités. On allait à la plage ensemble et mes enfants jouaient chaque fois avec des camarades différents. C'est important pour leur croissance et leur développement. » (participante de Toronto, Ontario)

Que ce soit avant ou près leur immigration, les mères de la classe ouvrière ont énormément de difficulté à maintenir des comportements d'attachement efficaces par manque de temps et de ressources. Pour certaines d'entre elles, la participation aux jeux de leurs enfants va à l'encontre de leurs traditions. D'autres n'ont simplement pas accès aux ressources dont elles ont besoin pour jouer avec leurs enfants.

Enseignement

La majorité des parents ont souligné le rôle crucial des enseignants dans le développement de leurs enfants. Pour nombre de mères, l'enseignement faisait d'ailleurs partie des pratiques d'attachement couramment utilisées..

« Je dis à mes enfants de toujours respecter leurs parents et leurs professeurs. Ce sont leurs guides dans la vie. » (participante de Toronto, Ontario)

Beaucoup de femmes considéraient primordial de commencer l'éducation de leurs enfants en bas âge.

« Si on commence à montrer des choses aux enfants quand ils sont tout petits, comme maintenant, cela sera plus facile par la suite. Je le fais moi-même avec ma fille, qui a seulement trois ans et demi. Elle comprend très bien pourtant, les enfants comprennent... » (participante d'Edmonton, Alberta)

Selon les pères interrogés, l'enseignement faisait aussi partie des fonctions parentales masculines, mais pas nécessairement lorsqu'il s'agit de très jeunes enfants.

« Je les aide à faire leurs devoirs et leur montre des tas de choses. Ma femme s'occupe elle aussi de leur éducation et prend soin d'eux. Les enfants la tiennent très occupée, surtout le bébé. » (participante de Hamilton, Ontario)



Quelques mères essaient également de développer des aptitudes précises chez leurs enfants en prévision de leur entrée à l'école.

« Je montre à mon fils à écrire avant de commencer la maternelle en septembre. » (participante de Vancouver, Colombie-Britannique)

Les parents s'investissent encore plus dans leur rôle d'éducateurs lorsque leurs enfants commencent l'école dans un nouveau pays et, souvent, doivent étudier dans une autre langue.

« J'enseigne l'anglais à ma fille parce que c'est la langue parlée par les gens d'ici et que tous les cours sont donnés en anglais à l'école. La première étape c'est d'apprendre l'anglais. Je pousse ma fille à le faire mais je n'y arrive pas. Ça ne fait pas de moi un très bon père. J'aimerais que quelqu'un m'aide, mais personne ne s'est offert. » (participant de Vancouver, Colombie-Britannique)

Un certain nombre de mères se donnent un rôle plus englobant en matière d'éducation. Elles enseignent leur langue maternelle à leurs petits, les familiarisent avec leur culture et leur racontent l'histoire de leur famille (voir la section sur la lecture et les chansons pour plus de détails).

« En parlant à ses enfants dans sa propre langue, on leur montre qu'ils ont un autre chez-soi. » (participante d'Edmonton, Alberta)

« Bien, je lui parle de mon pays, de tout ça. Si elle a des devoirs, je vais l'aider... Je lui décrit aussi les différences entre la culture canadienne et la mienne. Je lui parle dans ma langue, je lui explique comment on vit ici et là-bas. On regarde aussi des vidéos de mon pays. » (participante de Halifax, Nouvelle-Écosse)

Beaucoup de participantes tiennent à transmettre leurs valeurs morales à leurs enfants, en particulier lorsqu'elles ont l'impression que ces valeurs ne sont pas reconnues par la culture canadienne dominante. Dans certains cas, ces valeurs incluent la façon de communiquer avec l'entourage.

« Je leur montre ma façon de faire... Quand on reçoit des invités, comment les accueillir, comment les saluer. Je ne veux pas que mes enfants disent seulement "Bonjour" aux invités. Je veux qu'ils le disent gentiment et poliment, qu'ils s'occupent vraiment des gens en leur offrant à boire, par exemple. Même si je ne suis pas à la maison. Quand je reviens, je leur demande s'ils ont servi un jus au visiteur ou s'ils lui ont offert de s'asseoir. Parce que c'est comme ça dans ma culture. Je ne veux pas que mes enfants se contentent de répondre "Ma mère n'est pas là", puis de fermer la porte. Je n'aime pas cette attitude. Je ne sais pas comment les Canadiens peuvent vivre



comme ça. Je veux que mes enfants soient positifs, comme moi. C'est pourquoi il revient aux mères de montrer les bonnes manières aux enfants... » (participante de Halifax, Nouvelle-Écosse)

Les pères jugent eux aussi ce rôle important, étant donné la primauté des « bonnes manières » au sein de diverses cultures.

« Je leur montre le droit chemin. Dans notre culture, il y a un proverbe qui dit qu'une nation se définit par ses manières. Si elle n'a pas de bonnes manières, elle n'a pas d'identité. » (participant de Hamilton, Ontario)

Quelques mères enseignent à leurs enfants à faire preuve de bonté, à se concentrer sur leur éducation et sur leur carrière, et à devenir de bons parents.

« Comme n'importe quel parent, je souhaite que mes enfants soient de bonnes personnes. C'est pourquoi je leur explique la différence entre le bien et le mal. Je leur conseille aussi d'étudier et d'avoir une carrière pour ne dépendre de personne. Je veux qu'ils aient un avenir prometteur, une famille. Je veux qu'ils trouvent le bonheur et soient de bons parents. » (participante de Toronto, Ontario)

D'autres les incitent à faire preuve d'autonomie (voir la section sur l'autonomie et l'interdépendance pour plus de détails) ou encore à bien remplir leur rôle au sein de la collectivité.

« Je leur montre à vivre en société et à se rendre utiles quand ils seront grands. » (participante d'Edmonton, Alberta)

Une mère a aussi parlé d'informer ses enfants de l'importance de la relation d'attachement parents-enfants.

« Je parle à mes enfants du lien profond entre les parents et les enfants. » (participante de Vancouver, Colombie-Britannique)

Certaines femmes ont dit enseigner à leurs enfants la valeur de l'ouverture d'esprit envers les autres cultures.

« Ben, j'essaie de ne pas... Je ne leur montre pas à être... comment dire... dédaigneux par rapport aux autres cultures. Il faut accepter



les gens pour ce qu'ils sont en-dedans, pas ce qu'ils projettent à l'extérieur. On ne juge pas les gens selon leur culture, leur pays, etc. Je ne veux pas que mes enfants agissent comme ça, qu'ils disent des choses du genre : "Je n'aime pas cette fille parce qu'elle vient de tel ou tel pays." Je ne les élève pas de cette manière. » (participante de Toronto, Ontario)

Beaucoup de mères trouvaient difficile d'assumer un rôle multiple (enseignement de la langue, des valeurs, de la religion et des traditions culturelles), qu'elles avaient coutume de partager avec d'autres membres de la famille et de la communauté dans leur pays d'origine.

« Des fois, j'ai un côté dictateur avec mes enfants et je n'aime pas ça. C'est plus fort que moi... et c'est pire au Canada parce qu'il faut tout leur expliquer soi-même... les valeurs, la religion, la culture, la langue. C'est trop exigeant, je passe mes journées à leur montrer des choses. » (participante de Halifax, Nouvelle-Écosse)

Quelques femmes transmettent à leurs enfants les enseignements qu'elles ont reçus de leurs parents, de leur famille étendue et de la communauté.

« Nous leur montrons les choses de la même manière que nous les avons apprises. » (participante de Waterloo, Ontario)

D'autres privilégient davantage l'éducation des enfants que le faisaient leurs propres parents.

« Ma mère a eu six enfants et n'avait pas le temps de rien nous montrer. J'ai juste un enfant et je prends le temps de lui enseigner des choses. » (participante de Vancouver, Colombie-Britannique)

Certaines mères ont décrit leur difficulté à enseigner à leurs enfants des valeurs différentes de celles qui prédominent au Canada.

« C'est dur de montrer à mes enfants que notre culture est différente. Et je ne sais pas du tout comment régler ce problème. » (participante d'Edmonton, Alberta)

L'utilisation de ressources de leur pays d'origine faisait partie des stratégies d'enseignement de certaines mères de famille.

« J'ai rapporté des livres de l'Inde et je m'en sers pour instruire mes enfants. » (participante de Calgary, Alberta)



Beaucoup de femmes ont insisté sur la nécessité d'exposer leurs enfants à la fois aux traditions de leur culture et aux valeurs acceptées dans l'ensemble de la population canadienne.

« Je les éduque de deux façons. Je leur dis qu'à la maison, c'est moi qui leur donne à manger, mais qu'ils doivent se nourrir seuls à l'école. » (participante de Vancouver, Colombie-Britannique)

Elles ont souligné l'importance de transmettre l'ensemble de leurs connaissances et expériences, acquises à la fois dans leur pays d'origine et au Canada.

« Il faut encourager les enfants à prendre leurs responsabilités et leur donner l'exemple. C'est important de leur montrer ce qu'on a appris durant notre enfance et depuis notre arrivée au Canada. » (participante d'Edmonton, Alberta)

Un couple a même eu recours à la technique d'inversion des rôles pour favoriser l'apprentissage de leurs enfants.

« On leur dit : "OK, nous sommes les élèves et vous êtes les professeurs. Vous êtes capables de faire n'importe quoi et vous connaissez plein de choses. Vous êtes très intelligents. C'est vous les experts. Nous sommes là pour apprendre." » (participante de Toronto, Ontario)

Comme en témoigne la technique utilisée par ce couple, les rôles d'enseignant et d'apprenant sont souvent inversés dans la relation parents-enfants. Les parents qui doivent enseigner les traditions d'une culture étrangère à leurs enfants ont du mal à leur inculquer des valeurs qui ne sont pas renforcées par la culture dominante. Et les enfants qui grandissent dans une culture inconnue de leurs parents se retrouvent souvent à enseigner de nouvelles valeurs et coutumes au reste de leur famille. Ces comportements d'attachement universels prennent donc une forme plus complexe dans les familles qui ont vécu la migration et le rétablissement.



Allaitement et attachement

La documentation sur l'allaitement maternel se concentre surtout sur ses bienfaits d'ordre physique, en particulier le transfert de nutriments et d'anticorps. Or, l'allaitement joue un rôle de premier plan dans la formation de l'attachement, les premiers stades de développement du cerveau et le développement infantile dans son ensemble. Selon de récentes observations, l'allaitement offrirait une protection contre le syndrome de mort subite du nourrisson, peut-être en raison de la réceptivité accrue des parents envers l'enfant et de leur plus grande interaction pendant la journée et la nuit.

L'ocytocine et la prolactine, deux hormones sécrétées par les femmes qui allaitent, ont un effet calmant sur les mères et les nouveau-nés. L'ocytocine concourt non seulement à la formation de l'attachement chez les animaux, mais aussi chez les humains.¹

L'allaitement n'est pas uniquement un moyen de nourrir un bébé, mais permet également de l'apaiser, de l'aider à se détendre et de lui exprimer son amour.²



L'allaitement fait partie des principales pratiques d'attachement. Les parents peuvent s'en servir pour développer un lien profond et durable avec leur enfant et pour répondre à ses besoins. Il donne aussi à la mère la chance de répondre aux comportements d'attachement du nourrisson et de lui assurer, par le fait même, des soins attentionnés. L'allaitement favorise la formation d'un attachement sécurisant parce qu'il rend la mère disponible, réceptive aux besoins de son bébé, affectueuse, heureuse et compatissante.

- L'allaitement est important pendant l'étape des « comportements non différenciés
- de l'attachement, qui se situe généralement entre l'âge de 0 et 3 mois. Durant cette période, le cerveau du nouveau-né tente d'organiser et de réguler ses états et réactions physiologiques. En répondant de façon adéquate³ (dans ce cas-ci par l'allaitement) et réconfortante aux messages biologiques (p. ex. la faim) de l'enfant, le
- L'allaitement joue aussi un rôle primordial pendant l'étape des « comportements différenciés » de l'attachement (3 à 6 mois) lorsque le nourrisson commence à associer la satisfaction de ses besoins à la disponibilité du fournisseur de soins.
- Durant « l'établissement d'une base de sécurité » (6 à 24 mois), le bébé a choisi un fournisseur de soins privilégié qui doit répondre à ses besoins de manière adéquate et aimante. L'enfant, qui a déjà besoin de proximité avec son fournisseur de soins, commence à faire preuve d'autonomie. Pendant cette période, l'allaitement continue donc d'influencer le développement de l'attachement.



¹ SMALL, M.F. *Our Babies, Ourselves: How Biology and Culture Shape the Way We Parent*, New York, NY, Anchor Books, 1998.

² GRANJU, K.A. et B. Kennedy. *Attachment Parenting*, New York, NY, Pocket Books, 1999.

³ Notes d'atelier de Crisci, Kussin and Mayer Consultation, Counselling and Training, 1999.



Allaitement, culture et attachement

Dans tous les pays du monde, les femmes choisissent les modes d'alimentation de leurs enfants selon leurs conditions de vie et leur environnement. La mère s'adapte aux besoins de son enfant, tandis que le bébé s'ajuste à la disponibilité de sa mère. Fait important à noter, il existe dans toutes les cultures des circonstances qui font obstacle à l'allaitement et des femmes qui choisissent, pour de multiples raisons, de ne pas donner le sein.

Influences des traditions :

- Début de l'allaitement

Une interaction complexe entre la culture, le soutien social et le statut socioéconomique motive la décision d'entreprendre et de poursuivre l'allaitement maternel.⁴ Dans la majorité des pays, où l'allaitement est très répandu, la mère commence généralement à allaiter dès la naissance du bébé. Jusqu'à tout récemment, les hôpitaux occidentaux décourageaient cette pratique en séparant la mère du nouveau-né pendant de longues périodes peu après l'accouchement. Comme le réflexe de succion du nourrisson est optimal dans les 30 premières minutes après la naissance, cette séparation nuisait considérablement à l'allaitement, qui est déclenché de manière instinctive et biologique. En interrompant le processus au cours de la période critique des 30 premières minutes, on risque d'entraver son efficacité et son influence positive sur l'attachement.⁵

Les membres de nombreux groupes culturels qui ont couramment recours à l'allaitement maternel dans leur pays d'origine passent souvent au biberon en immigrant au Canada. En fait, la plupart des femmes immigrantes et réfugiées ont le sentiment que le lait maternisé est le mode d'alimentation des nourrissons le plus répandu et celui qui est privilégié au Canada.⁶ Même celles qui tiennent à continuer de donner le sein à leur bébé se heurtent au manque de soutien familial, de soutien en milieu de travail et de tolérance à l'égard de l'allaitement dans les lieux publics. Par contre, certaines d'entre elles sont tellement persuadées des bienfaits de l'allaitement maternel qu'elles trouvent des moyens de l'intégrer à leur vie quotidienne malgré les réticences des employeurs et de l'ensemble de la société.



Ⓞ

⁴ AGNEW, T., J. Gilmore et P. Sullivan. Perspective multiculturelle de l'allaitement maternel au Canada, Ministère des Travaux publics et services gouvernementaux Canada, 1997.

⁵ SMALL, M.F., 1998.

⁶ AGNEW, T., J. Gilmore et P. Sullivan, 1997.



- Fréquence de l'allaitement

La réduction de la fréquence des boires, l'élimination des tétées nocturnes et l'apport complémentaire de lait animal ou maternisé sont des pratiques récentes employées principalement en Occident. Dans beaucoup d'autres pays, les mères allaitent sur demande (à brefs intervalles, le jour et la nuit) et ne donnent que du lait maternel à leur bébé.⁷ Cette différence s'explique par des croyances divergentes entourant les besoins d'un enfant. Les pays occidentaux encouragent les enfants à devenir autonomes dès leur naissance ou presque. En revanche, le reste du monde croit que les jeunes enfants dépendent naturellement de leur entourage et ont besoin d'entretenir des relations de réciprocité avec les membres de leur famille.

- Durée de l'allaitement et sevrage

D'après des données interculturelles, seules les mères des pays occidentaux sèvrant leurs bébés avant l'âge d'un an. Jusqu'à tout récemment, les bébés étaient nourris principalement ou exclusivement de lait maternel jusqu'à l'âge de deux ans, puis allaités occasionnellement pendant des années.⁸ Cela s'explique aussi par les croyances divergentes des pays occidentaux et non occidentaux.

Dans toutes les cultures, le sevrage implique une transition aux aliments solides et un arrêt graduel ou subit de l'allaitement maternel. Le moment du sevrage est influencé par des facteurs d'ordre culturel. Les mères croient que l'allaitement doit durer au moins un an dans la majorité des cultures non occidentales. Avant cet âge, le sevrage est normalement motivé par d'autres facteurs. Dans certaines cultures, par exemple, l'allaitement est tabou durant la grossesse. Ainsi, une femme qui tombe enceinte doit cesser d'allaiter. D'autres cultures interdisent les relations sexuelles pendant les mois d'allaitement, et une femme peut décider de sevrer son enfant pour recommencer à faire l'amour avec son conjoint.⁹

Dans le monde occidental, le sevrage est encouragé tôt parce qu'il est considéré comme une étape de développement infantile. Il est donc mal vu de nourrir au sein un bambin en âge de marcher. Lorsque le milieu de travail offre peu de soutien aux femmes qui allaitent, le sevrage précoce permet aussi de recommencer à travailler plus rapidement.

- Tolérance par rapport à l'allaitement dans les lieux publics

En Amérique du Nord et en Europe de l'Ouest, l'allaitement n'est généralement pas toléré dans les lieux publics.

Même les femmes déterminées à allaiter leur bébé sont souvent mal à l'aise d'exposer leurs seins, que la culture occidentale associe habituellement au sexe. Dans beaucoup d'autres pays, les seins ont d'abord et avant tout une fonction pratique et peuvent être exposés aux regards des passants. L'allaitement en public est un geste parfaitement naturel qui n'incommodé pas les femmes de ces

↻

⁷ SMALL, M.F., 1998.

⁸ Ibid.

⁹ Ibid.



pays. Dans quelques cultures, cependant, l'allaitement en présence d'un homme est frappé d'interdit.

- Soutien familial et communautaire aux mères qui allaitent

Un grand nombre de cultures (Afrique, Asie du Sud, Amérique latine) accordent à la mère qui vient d'accoucher une période de repos de 30 à 40 jours pendant laquelle des membres de sa famille (immédiate et étendue) et de la communauté la relèvent de certaines corvées domestiques pour lui permettre de se concentrer sur l'allaitement et les soins au nouveau-né.

La culture influence également d'autres facteurs qui, à leur tour, ont une incidence sur l'allaitement maternel. Voici une description de ces facteurs.

- Fréquence à laquelle on prend ou on transporte un enfant et façon de le transporter

Les Nord-Américains et les Européens craignent de gâter un enfant en le prenant trop souvent dans leurs bras, tandis que les habitants de beaucoup d'autres pays transportent leurs petits dans une écharpe pendant une bonne partie de la journée. Cette proximité permet à la mère de répondre rapidement aux signaux indiquant que son bébé a faim.

- Habillement de la mère et de l'enfant

En Amérique du Nord, les vêtements féminins ne sont généralement pas très pratiques pour donner le sein. Dans beaucoup d'autres pays, les femmes portent des vêtements amples qui s'ajustent facilement au moment de l'allaitement.

- Habitudes de sommeil des familles (ensemble ou séparément)

Ailleurs qu'en Amérique du Nord, les parents partagent souvent leur lit, ou du moins leur chambre, avec leurs enfants. Cela permet à la mère d'allaiter plusieurs fois par nuit, en fonction des besoins de son bébé.



Transport du bébé, culture¹⁰ et attachement

Les mères et les familles du monde entier emploient des moyens différents pour transporter les bébés, c'est-à-dire dans leurs bras, des écharpes portées sur le devant, le dos ou le côté, des écharpes porte-bébés vendues en magasin et des porte-bébés ventraux ou dorsaux. Dans beaucoup de pays, les nourrissons et les bébés se font transporter toute la journée par leur mère, un membre de la famille ou même une grande sœur d'à peine cinq ou six ans. Le Canada fait partie des pays où les enfants ont le moins de contacts physiques avec leurs parents et les autres personnes qui prennent soin d'eux.

Le fait de transporter un enfant contre soi joue un rôle important dans la formation de l'attachement. Le contact physique étroit avec la mère et les autres fournisseurs de soins sécurise l'enfant. Il permet aussi au fournisseur de soins de répondre rapidement aux besoins du petit. Promener un enfant constitue enfin un moyen efficace de l'apaiser en cas de crise.



Le transport des enfants offre les avantages suivants :

- permettre à la mère et aux autres fournisseurs de soins de vaquer à leurs activités quotidiennes, tout en favorisant la formation d'un attachement sécurisant;
- permettre à la mère et aux autres fournisseurs de soins de réagir rapidement à un enfant en détresse;
- faciliter l'allaitement maternel;
- favoriser l'organisation et la régularité des fonctions organiques du nourrisson;
- diminuer les pleurs et les coliques;
- stimuler le développement du système nerveux du bébé;
- favoriser l'acquisition du langage et d'aptitudes interpersonnelles;
- stimuler le développement cognitif (les bébés que l'on transporte sont plus intéressés par ce qui se passe autour d'eux pendant que leur mère accomplit ses activités quotidiennes);
- prévenir l'hyperstimulation du bébé;
- encourager le bébé fatigué à se détendre et à s'endormir;
- permettre aux parents de passer du temps avec leurs enfants plus âgés.



↻

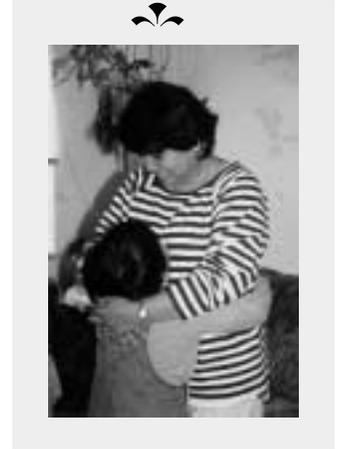
¹⁰ Cette fiche d'information est basée sur les ouvrages suivants : GRANJU, K.A. et B. Kennedy. Attachment Parenting, New York, NY, Pocket Books, 1999; SEARS, W. et M. Sears. The Baby Book: Everything You Need to Know About Your Baby - From Birth to Age Two, New York, NY, Little, Brown and Co, 1993.



Toucher, culture et attachement¹¹

Répandu de par le monde, le toucher constitue un moyen important de faciliter un attachement sécurisant entre les parents et les enfants. Grâce au contact physique, le parent communique directement son amour, son affection et son respect à son enfant. Le fait de toucher un bébé, de le prendre, de le serrer contre soi ou de l'embrasser favorise non seulement son développement, mais aussi la formation d'un attachement sécurisant.

Le massage pour bébés fait partie des méthodes employées pour exprimer son amour, son affection et son respect au moyen du toucher. On a également démontré qu'il avait une influence positive sur la formation de l'attachement parents-enfants et le développement infantile. Le massage pour bébés se fait avec l'enfant et pas à l'enfant. Dans cette forme d'interaction, la mère ou un autre fournisseur de soins caresse et frotte doucement la peau du bébé.



Bref historique du massage pour bébés



L'utilisation du massage thérapeutique par les cultures orientales remonte à l'an 3000 avant Jésus-Christ. Le massage des nouveau-nés est pratiqué depuis des siècles par les mères de l'Asie, de l'Europe de l'Est, de l'Afrique et de l'Amérique latine. Vimala Schneider McClure a fondé l'Association internationale du massage pour bébés après un séjour en Inde en 1973. Employée dans un orphelinat, elle voyait tous les jours des personnes de tout âge se faire masser. Lorsqu'elle est tombée malade, les femmes du village l'ont guérie en lui massant le dos. À son départ du pays, elle a remarqué une jeune femme assise sur le trottoir d'un bidonville en train de masser amoureusement son bébé posé sur ses genoux. Cette scène attendrissante l'a alors convaincue d'introduire les techniques de massage des nouveau-nés en Amérique du Nord. Mme McClure a écrit un livre intitulé *Infant Massage - A Handbook for Loving Parents* et combiné les méthodes observées en Inde à celles du massage suédois, de la réflexologie chinoise et du yoga. Ses techniques de massage

ont fait le tour de la Terre et sont maintenant enseignées aux parents et aux fournisseurs de soins de la Suède, de l'Australie, de la Nouvelle-Zélande, de la Grande-Bretagne, de l'Allemagne et du Canada.

☺

¹¹ Cette fiche d'information a été traduite et adaptée des renseignements fournis par Janet Alred, représentante de la section canadienne de l'Association internationale du massage pour bébés de la Colombie-Britannique.



Avantages du massage des nouveau-nés pour les parents et autres fournisseurs de soins

- favoriser la formation d'un attachement sécurisant
- faciliter la relaxation
- encourager la communication verbale et non verbale avec l'enfant
- accroître les compétences parentales positives
- accroître le niveau de confiance des parents
- procurer une sensation de plaisir et de satisfaction
- donner la possibilité de se rapprocher et de passer du bon temps ensemble
- accroître la production de prolactine, « l'hormone de l'amour maternel »
- apprendre à toucher et à répondre aux besoins du bébé de manière aimante et compatissante
- améliorer d'autres relations au sein de la famille (conjoint, enfants)
- profiter du soutien d'autres parents et fournisseurs de soins lors d'ateliers de groupe sur le massage
- donner aux pères l'occasion de former un lien d'attachement sécurisant avec l'enfant

Avantages du massage pour les nouveau-nés

- favoriser la formation d'un attachement sécurisant
- améliorer la circulation, la digestion et l'organisation des fonctions organiques
- diminuer la tension musculaire
- avoir la sensation d'être aimé, accepté et en sécurité
- atténuer l'agitation
- apprendre à se détendre
- se sentir respecté et voir ses besoins comblés
- améliorer la qualité du sommeil
- accentuer la sensation de bien-être
- stimuler le développement du système digestif et respiratoire
- atténuer les symptômes des coliques et troubles digestifs

Autres avantages du massage pour les nouveau-nés ayant des besoins spéciaux

- relaxer les muscles tendus
- stimuler le tonus musculaire chez les bébés hypotoniques
- accroître la capacité de fonctionner en état d'éveil
- apprendre à apprécier le toucher positif (concerne surtout les bébés hospitalisés)
- accroître la capacité de prendre du poids
- aider à dormir plus longtemps et plus profondément
- atténuer les gaz, la constipation et les troubles digestifs
- aider à maîtriser l'hypersensibilité ou l'hyposensibilité tactile
- faciliter le contact visuel et la socialisation
- améliorer la circulation et atténuer les marbrures sur la peau
- atténuer la contraction des poings et des épaules
- améliorer le mouvement des mains vers le milieu du corps
- favoriser la détente globale



Sommeil, culture et attachement

La culture, les coutumes et les traditions transmises de génération en génération façonnent nos habitudes de sommeil, c'est-à-dire la façon dont nous dormons et l'endroit privilégié. Jusqu'à tout récemment, les bébés et les enfants dormaient avec leur mère ou leurs parents. Les gens couchent rarement seuls, sauf dans les sociétés affluentes. La majorité des peuples de la Terre vivent encore dans des logements d'une pièce, où ont lieu jour et nuit les activités familiales. Dans la majorité des cultures (67 p. 100), les bébés partagent le lit d'un adulte et les enfants dorment avec leurs parents ou leurs frères et sœurs. Aucune de ces cultures ne laisse un bébé dormir en solo avant l'âge d'un an.¹² En fait, seules les sociétés occidentales industrialisées ont fait du sommeil une activité privée..

Le fait de partager son lit avec des enfants comporte de nombreux avantages, pourvu qu'on en prend l'habitude très tôt. On doit toutefois se rappeler que cette pratique ne convient pas à toutes les familles et dans toutes les situations.¹³

Avantages de dormir avec un enfant¹⁴

- Partager son lit ou sa chambre dénote que les parents acceptent pleinement le bébé. Ce dernier sait que ses parents seront aussi disponibles la nuit que le jour en cas de besoin.
- Le bébé n'est pas réticent à s'endormir et n'a pas peur de rester endormi.
- Le bébé dort mieux et la mère se réveille moins facilement.
- L'allaitement maternel est simplifié.
- Le bébé développe son plein potentiel.
- Même s'il est très bien emmaillotté, le bébé habitué à dormir seul n'aura pas une température aussi constante que s'il dort blotti contre la peau d'une autre personne.

☺

¹² SMALL, M.F. *Our Babies, Ourselves: How Biology and Culture Shape the Way We Parent*, New York, NY, Anchor Books, 1998.

¹³ SEARS, W. et M. Sears. *The Baby Book: Everything You Need to Know About Your Baby - From Birth to Age Two*, New York, NY, Little, Brown and Co, 1993.

¹⁴ JACKSON, D. *Three in a Bed*, Bloomsbury, Londres, 1999; SEARS, W. et M. Sears. *The Baby Book: Everything You Need to Know About Your Baby - From Birth to Age Two*, New York, NY, Little, Brown and Co, 1993.



Acquisition du langage ¹⁵

« ... le bilinguisme comporte d'importants avantages non seulement en possibilités d'emploi et de connaissances accrues des cultures, mais aussi en termes de développement social et cognitif. Les enfants qui apprennent à parler plus d'une langue apprennent à "jouer avec la langue". Ils apprennent que la même chose peut avoir des noms différents et cet apprentissage précoce dans le domaine de l'abstraction donne aux personnes bilingues une flexibilité et une ouverture mentales qui génèrent des avantages cognitifs et sociaux. L'aptitude à changer de code linguistique et par la suite à penser dans plus d'une langue augmente le développement conceptuel. Cependant, certains chercheurs se disent très préoccupés par le fait que la pression exercée pour l'assimilation à la culture dominante est si forte que les jeunes enfants n'apprennent pas la langue de leur propre famille. ¹⁶

Quels sont les avantages de connaître plus d'une langue?

L'apprentissage de deux ou de plusieurs langues peut améliorer les capacités linguistiques et d'apprentissage globales d'un élève. Par exemple, un enfant élevé dans un milieu où l'on parle plus d'une langue présentera les caractéristiques suivantes :

- vocabulaire plus étendu;
- meilleure appréciation de la sonorité et des rimes du langage qui facilitera son apprentissage de l'écriture et de l'épellation;
- meilleure appréciation de l'aspect inventif du vocabulaire qui stimulera sa créativité à l'écrit et à l'oral;
- accès à plus d'une culture.

Or, les moyens utilisés pour enseigner deux langues à un enfant peuvent faire la différence entre un atout et un handicap linguistique. Les recherches démontrent que les enfants qui parlent très bien une première langue maîtriseront également leur langue seconde. Ils seront, en outre, meilleurs en lecture.



↻

¹⁵ Cette fiche d'information est basée sur l'article suivant : WATSON, C. et J. Cummins. « Some things to know about children acquiring two languages », *Wig Wag*, (mars 1999).

¹⁶ WASTIE, S. « Comment soutenir les familles qui risquent de perdre leur langue maternelle », *Interaction* (été 1994).



Quel est le meilleur moyen d'apprendre une langue maternelle et une langue seconde en bas âge?

Il existe plusieurs moyens efficaces d'enseigner deux langues à un enfant. Ce dernier peut soit apprendre les deux langues dès sa naissance ou commencer par la langue d'origine (parlée par les parents) à la maison, puis apprendre le français (ou l'anglais) à la garderie, à la pré-maternelle ou à la maternelle.

La formule que choisiront les parents dépend de la ou des langues parlées par les membres de la famille étendue et de leur détermination à conserver leur langue d'origine.

Certains parents tiennent à ce que leur progéniture apprenne leur langue d'origine, tandis que d'autres mettent surtout l'accent sur le français. Quelques parents n'ont pas le choix, car ils ne parlent qu'une langue. Leurs enfants apprendront alors cette langue à la maison et le français avec leurs camarades, frères et sœurs plus âgés, avec d'autres membres de la communauté, à la garderie, à l'école, à la télévision et en écoutant de la musique.

Dans les familles où les deux parents parlent une langue différente, les enfants peuvent apprendre deux ou plusieurs langues dès la naissance. Habituellement, le père parle une langue donnée avec ses enfants et la mère, une seconde langue. Parfois, le français (ou l'anglais) est la troisième langue qu'apprend l'enfant. En pareil cas, il est important que chaque parent parle beaucoup dans sa propre langue et ne combine pas plusieurs idiomes en s'adressant à ses enfants.

Comment peut-on aider son enfant à apprendre une langue?

Les enfants apprennent le mieux :

- des personnes qui parlent une langue couramment. C'est pourquoi les parents devraient parler la langue dans laquelle ils sont le plus à l'aise. De cette manière, leurs enfants seront exposés à un vocabulaire riche et à des phrases bien construites.
- lorsqu'ils entretiennent une bonne relation avec leurs parents. Ces liens s'intensifient lorsque les parents communiquent dans la langue qui leur vient le plus naturellement.
- lorsqu'ils sont en contact avec la langue sur une base quotidienne (jeux, histoires, musique et interactions avec leur mère, père, grands-parents, tantes, oncles, frères et sœurs, gardiennes, etc.). Si les parents souhaitent préserver leur langue d'origine à la maison, ils doivent encourager concrètement leurs enfants à maîtriser cette langue.
- lorsqu'il y a des règlements sur la ou les langues parlées à la maison. Dans certaines familles, par exemple, l'un des parents s'adresse aux enfants dans sa langue maternelle et l'autre leur parle français ou anglais. Il s'agit là de l'approche « un parent - une langue ». Si d'autres membres de la famille sont très présents auprès des enfants, les parents peuvent alors décider de parler la langue du pays d'adoption à la maison et de laisser la parenté leur enseigner la langue du pays d'origine.
- lorsque les parents ne perturbent pas l'apprentissage linguistique de leurs enfants en combinant deux langues différentes dans une même phrase.



Comment le personnel des garderies et des prématernelles doit-il s'y prendre avec un bambin qui ne parle pas français?

L'enfant restera peut-être silencieux pendant les six premiers mois. Au cours des premiers mois d'exposition au français, il apprivoise son nouvel environnement et intériorise les sons de la langue seconde. En l'espace de deux ou trois mois, l'enfant devrait s'être adapté aux habitudes de la garderie et continuer d'assimiler sa langue seconde. La durée de la période de mutisme dépendra de la personnalité de l'enfant.

Même s'il est relativement facile de s'occuper d'un enfant silencieux, il faut néanmoins éviter de le perdre de vue et s'assurer qu'un adulte l'aide à apprendre le français. On peut, par exemple, adapter sa façon de parler pour faciliter son apprentissage de la langue. Il suffit parfois d'utiliser des phrases courtes, des gestes et d'autres repères visuels qui lui permettent de « déchiffrer » le code linguistique du français. Comme l'enfant aura aussi besoin de se faire des amis, songez à le jumeler à un bambin ayant les mêmes affinités et à l'intégrer aux jeux de petits groupes d'enfants.

Faites-lui entendre beaucoup de musique, car c'est un moyen agréable et non menaçant d'assimiler une langue.

Encouragez les parents à continuer de parler, de chanter et de lire des histoires dans leur langue maternelle. Le fait de promouvoir une première langue à la maison permet à l'enfant d'acquérir une solide base linguistique et facilite son apprentissage de la langue seconde. Cette conclusion, accueillie avec scepticisme par bien des parents et des enseignants, a néanmoins été démontrée par les recherches.

Après environ un an à la garderie, un enfant devrait employer des mots ou de brèves expressions dans sa langue seconde pour s'adresser au personnel et à ses camarades. Ses premières paroles sont habituellement des formules « sociales » du genre « viens jouer » ou « mon tour », parce qu'elles aident les petits à se faire rapidement des amis.

À quoi doit-on s'attendre les premiers jours d'école?

Idéalement, les enfants qui commencent la maternelle devraient parler couramment leur langue première et avoir des notions de français.

Il faut compter de trois à quatre ans avant de pouvoir participer pleinement à une conversation et de cinq à sept ans avant d'acquérir les compétences linguistiques requises à l'école. Les enfants plus âgés et de niveau scolaire plus avancé apprennent le langage scolaire et le vocabulaire général plus rapidement que les plus jeunes. Les jeunes enfants ont, quant à eux, de la facilité avec les formulations « sociales ».

On croyait auparavant que la période critique d'apprentissage d'une langue seconde se situait avant l'âge de sept ans. Cette croyance est maintenant dépassée. Les enfants prennent parfois plusieurs années pour maîtriser une langue seconde après l'âge de sept ans, mais ils finissent par atteindre le



niveau de leurs camarades. La prononciation fait cependant exception à la règle, puisque les adolescents qui apprennent une nouvelle langue ont davantage de difficulté à perdre leur accent.

Les parents qui souhaitent que leurs enfants parlent couramment leur langue maternelle doivent se faire un devoir de l'utiliser à la maison. La perte de la première langue peut survenir de deux à trois ans après l'entrée d'un enfant à l'école et a souvent des répercussions négatives sur la cohésion familiale. Les parents s'étonnent fréquemment de la rapidité avec laquelle leurs enfants adoptent définitivement la langue du pays d'accueil.

Les enfants doivent aussi effectuer des travaux scolaires dans leur langue maternelle, que ce soit à la maison ou à l'école. L'établissement d'une solide base conceptuelle est essentielle non seulement à la maîtrise de cette langue, mais aussi à l'apprentissage du français.

À quel moment des problèmes peuvent-ils se manifester?

L'enfant qui commence l'école sans pouvoir soutenir une conversation dans sa langue maternelle risque d'avoir des difficultés à apprendre le français. Cette situation s'explique de plusieurs façons. Si les parents entremêlent des mots de la langue maternelle et de la langue seconde en s'adressant à leur enfant, il se peut que celui-ci ne parle couramment aucune des deux langues. Si, pensant l'aider, les parents décident d'adopter le français en prévision de l'entrée à la maternelle de leur enfant, ils risquent de miner ses compétences dans sa langue maternelle et de créer des problèmes de communication au sein de la famille.

Selon des recherches, lorsque la langue première n'est pas employée à la maison, la langue seconde prendra le dessus dès la première année d'école et la langue maternelle tombera dans l'oubli dès la troisième année. Or, une fois oubliée, une langue est difficile à récupérer.

Les enfants peuvent aussi connaître des difficultés à l'école lorsqu'ils ne sont pas encouragés à converser et à faire des travaux scolaires dans leur langue maternelle.

Comment peut-on détecter un retard de langage chez un enfant qui parle deux langues?

Chez les enfants qui présentent un retard global de développement, l'acquisition des deux langues sera perturbée.

Chez les enfants sans handicap dont la langue seconde est le français, le retard de langage est parfois très difficile à détecter et doit être évalué minutieusement par un orthophoniste. En l'absence de processus diagnostique suffisamment simple, il est difficile de déterminer si un enfant est lent à assimiler le français ou s'il présente effectivement un trouble qui affecte l'apprentissage des deux langues. Les rares tests linguistiques, qui ne sont d'ailleurs pas offerts dans toutes les langues, ne peuvent généralement être administrés que vers l'âge de trois ans.



Toute évaluation doit tenir compte des facteurs sociaux et affectifs susceptibles d'influencer l'établissement d'un enfant dans un nouveau pays ou son entrée dans une garderie ou une école étrangère. Pendant la transition, l'enfant aura tendance à cesser de parler, ce qui affectera temporairement ses capacités linguistiques. Il importe aussi de distinguer un authentique retard de langage, qui sera présent dans les deux langues, d'une difficulté d'apprentissage du français.

Au moment d'évaluer un tout-petit ou un bambin exposé à deux langues à la maison, on recueille une bonne partie des données auprès des parents, souvent par l'entremise d'un interprète. Les étapes de compréhension du langage associées aux interactions sociales sont identiques chez les enfants unilingues et bilingues. Avant l'âge de trois ans, toutefois, l'expression orale survient deux à trois mois plus tard chez les enfants exposés à deux langues.

Les enfants qui présentent un retard de langage devraient-ils être élevés dans une seule langue?

Aucune recherche n'indique clairement qu'un enfant ayant un retard de langage, même grave, ne devrait être exposé qu'à une seule langue.

On conseille donc aux familles de prendre les décisions au cas par cas et d'examiner leurs options en compagnie d'un orthophoniste et des personnes qui prennent soin de leur enfant (de préférence tous ensemble). Un plan d'intervention est habituellement élaboré, en fonction des besoins de l'enfant sur le plan de la communication. L'enfant doit-il, par exemple, apprendre le français pour fréquenter la garderie et le vietnamien pour communiquer avec les membres de sa famille?

En définitive, les parents aideront leurs enfants à développer leurs compétences linguistiques et à bâtir des relations solides en leur parlant dans la langue qu'ils maîtrisent le mieux.



Impact de l'immigration



«On se sent chez soi quand on appartient à la communauté, quand on est à l'aise, quand on sent que sa famille a une place. L'endroit n'a aucune importance.»

—participante de Halifax en Nouvelle-Écosse



Section III

Impact de la migration et du rétablissement sur les croyances, valeurs et pratiques d'attachement

À la première section de cette boîte à outils, nous avons présenté les concepts de culture et d'attachement et donné un aperçu des rapports étroits qu'ils entretiennent. Pour offrir un soutien adéquat aux familles immigrantes et réfugiées, nous avons aussi laissé entendre qu'il était important d'évaluer l'impact de la migration et du rétablissement sur l'attachement. À la deuxième section, nous avons précisé les liens qui existent entre la culture et l'attachement en nous fondant sur nos conclusions de recherches et expériences sur le terrain. Dans la présente section, nous examinerons en profondeur l'impact de la migration et du rétablissement sur les croyances, valeurs et pratiques d'attachement, en nous fondant cette fois-ci sur nos conclusions de recherches et expériences au sein du centre de santé pour les femmes.

Le processus de migration et de rétablissement diffère d'une personne et d'une famille à l'autre, tout comme l'expérience émotive qu'il suscite. C'est pourquoi son impact sur l'attachement est un sujet complexe.

A Facteurs déterminants de l'impact de la migration et du rétablissement sur les croyances, valeurs et pratiques d'attachement

L'impact de la migration et du rétablissement sur les croyances, valeurs et pratiques d'attachement dépend d'une foule de facteurs, dont : les motifs de la migration, l'âge de la femme et des membres de sa famille à l'arrivée au Canada, le lieu de naissance des enfants (dans le pays d'origine ou au Canada), le niveau de connaissance de l'anglais et du français et l'existence d'un réseau social prêt à accueillir la femme et sa famille à leur arrivée.



Motifs de la migration

La migration et le rétablissement occasionnent inévitablement la perte du sentiment d'appartenance, un élément essentiel au maintien d'un niveau optimal de santé et de bien-être. Certes, les personnes qui émigrent au Canada de leur plein gré ressentent cette perte et doivent surmonter les nombreux défis du rétablissement, mais leur expérience n'est habituellement pas aussi éprouvante que celles des réfugiés que la vie contraint à quitter leur pays d'origine sans pouvoir choisir leur pays d'adoption. Ceux-là arrivent en sol canadien pour échapper à une catastrophe naturelle, à la guerre ou encore à la persécution du fait de leurs race, religion, sexe, nationalité, opinions politiques, orientation sexuelle ou appartenance à un groupe social particulier. Leur expérience de la persécution produit souvent des traumatismes émotifs qui les marquent la vie durant.

« Moi, ce n'était pas par obligation. J'ai choisi de venir au Canada. Bien sûr, j'ai des parents qui sont réfugiés. Deux de mes cousins sont réfugiés. Mais moi, ce n'est pas mon cas. C'est mon nouveau chez-moi et ça me convient très bien. J'aimais beaucoup l'idée d'habiter au Canada. » (participant de Halifax, Nouvelle-Écosse)

Non seulement les réfugiés ont un vécu particulier, mais ils sont traités différemment à leur arrivée au Canada. Les réfugiés au sens de la Convention, ou « parrainés par le gouvernement », ont reçu l'approbation du Canada pour entrer au pays et sont admissibles à de nombreux programmes fédéraux. D'autres sont parrainés par des groupes confessionnels ou autres et reçoivent de leurs parrains le soutien dont ils ont besoin. Environ 50 p. 100 des réfugiés du Canada demandent le statut de réfugié au sens de la Convention une fois arrivés en sol canadien; ils n'ont pas accès aux programmes fédéraux auxquels sont admissibles les réfugiés au sens de la Convention. Une fois leur demande déposée, toutefois, ils ont droit à l'aide juridique, à l'aide sociale et à certains soins de santé, même si nombre d'entre eux n'en savent rien. Ils n'ont cependant pas le droit de parrainer des membres de leur famille, souvent entassés dans des camps de réfugiés, avant d'avoir obtenu le statut de résident permanent, un processus long et fastidieux.¹

Age à l'arrivée au Canada

De nombreuses participantes ont indiqué que l'âge de la femme et des membres de sa famille au moment d'arriver au Canada influence l'impact de la migration et du rétablissement sur l'attachement.

Les femmes qui ont émigré à l'âge adulte disent s'être senties désavantagées sur le plan de l'acquisition de nouvelles compétences, comme la langue, la compréhension de la culture et l'adaptation. Selon elles, leurs enfants s'en tirent mieux puisque leur « bagage culturel » à l'arrivée est beaucoup moins imposant.

☞

¹ Hill, D. *Diverse Cultures, Common Ground: A review of Immigration Settlement Services in Toronto, Toronto (Ontario), United Way of Greater Toronto, 1999.*



Conclusions du Projet

« Évidemment, nous venons de cultures différentes et notre culture est notre premier... notre pays d'origine constitue notre bagage, tout ce qui nous définit, vous savez, ce que nous sommes. Les personnes qui émigrent à l'enfance ont moins de difficultés à s'adapter... »
(participante de Fredericton, Nouveau-Brunswick)

Lieu de naissance des enfants

D'autres femmes ont parlé d'impacts différents de la migration et du rétablissement selon qu'elles sont arrivées au Canada avec leurs enfants ou ont eu leur premier enfant en sol canadien. Certaines mères dont les enfants sont nés au Canada disent que leurs rapports parent-enfants sont moins marqués par la migration et le rétablissement que si leurs enfants étaient nés dans leur pays d'origine. Selon le temps écoulé depuis leur arrivée au Canada, les femmes qui ont des enfants ici n'ont peut-être pas à surmonter certains des défis du rétablissement (accès au logement, emploi, apprentissage de la langue et autres) en même temps que de devoir prendre soin d'un nouveau-né.

« C'est vraiment la première année qui est la plus difficile parce qu'on doit s'habituer à une nouvelle vie. J'ai trouvé ça moins difficile que certains parents qui arrivent avec des enfants. Ils doivent apprendre la langue, s'occuper de leurs enfants et tout le reste. Mes enfants sont nés ici alors je n'ai pas eu ce problème. » (participante de Toronto, Ontario)

Les femmes qui ont eu leurs enfants au Canada et ne travaillent pas à l'extérieur du domicile peuvent concentrer toute leur énergie sur l'éducation de leurs enfants, y compris la transmission de leurs valeurs culturelles. Pour cette raison, elles ne ressentent pas toujours l'impact de la migration et du rétablissement sur leurs pratiques d'attachement.

« Parce que mes enfants sont jeunes et sont nés ici... [m'adapter à ma nouvelle vie au Canada] n'a pas eu de répercussions [sur nos rapports]. Celui-ci est né tout récemment. L'autre est jeune et si je travaillais, peut-être qu'elle devrait aller à la garderie ou un autre endroit du genre. Je ne sens pas que notre situation, ici dans ce pays, a eu des conséquences pour sa vie et a créé des difficultés entre moi et mes enfants. » (participante de Toronto, Ontario)

Si les mères disent ne pas ressentir, pour l'instant, l'impact de leur migration ou rétablissement sur leurs rapports parent-enfants, elles reconnaissent que la situation peut changer à mesure que leurs enfants grandissent et prennent le chemin de l'école, où ils seront plongés dans la culture d'adoption.



Maîtrise de la langue officielle

L'impact de la migration et du rétablissement sur les croyances, valeurs et pratiques d'attachement dépend aussi du niveau de maîtrise de la langue française ou anglaise des membres de la famille. S'ils maîtrisent une de ces deux langues à leur arrivée au Canada, leur rétablissement sera plus facile. S'ils n'en maîtrisent aucune, ils auront la tâche plus difficile.

Réseau social en sol canadien

L'impact de la migration et du rétablissement dépend aussi du réseau social dont jouissent les mères et familles immigrantes au moment de leur arrivée au Canada, c'est-à-dire de la présence d'autres membres de la famille, d'amis « du pays d'origine » ou de membres de leur communauté culturelle déjà établis au Canada. Ces deux facteurs sont approfondis à la section ci-après sur l'impact de la migration et du rétablissement sur les croyances, valeurs et pratiques d'attachement.

« Ce qu'il y a de plus frustrant, c'est d'arriver dans un lieu où vous n'avez pas de place à vous. J'arrive de Toronto, où j'étais entourée de ma communauté. J'avais ma culture et tout ce dont j'avais besoin à portée de main. Je l'avais à la maison et aussi à l'extérieur... je pouvais donc la retrouver autour de moi. Mais quand on arrive ici, notre culture... nos rêves... n'ont pas de place à l'extérieur de la maison. C'est très troublant. » (participante de Fredericton, Nouveau-Brunswick)

b. Impact de la migration et du rétablissement sur les croyances, valeurs et pratiques d'attachement

Le processus de migration et de rétablissement commence parfois bien avant l'arrivée de la personne et de sa famille dans le pays d'adoption et persiste bien après leur cinquième année dans ce pays. C'est une expérience de vie qui diffère selon la personne, la famille, et leur capacité de s'adapter à des conditions changeantes. Le processus émotif de la migration et du rétablissement n'est jamais linéaire. Ses différentes étapes sont interreliées et dépendent en grande partie des facteurs décrits précédemment. Pour des questions de clarté, cependant, cette section s'attarde aux éléments communs à toutes les femmes et familles qui émigrent et s'installent dans un nouveau pays. Ils sont présentés dans l'ordre chronologique auquel ils sont susceptibles de façonner la vie affective de la personne.

Lorsqu'elles émigrent au Canada, les familles perdent leur domicile et leur parenté, leur langue, leur communauté et leur statut au sein de celle-ci. En outre, il leur arrive souvent de subir d'importants traumatismes pendant le voyage et un choc culturel à leur arrivée au Canada. Tous ces facteurs, en plus du processus d'acculturation qui accompagne l'adaptation à leur nouvelle vie, ont d'importantes répercussions sur la santé mentale des parents et des enfants, et, par conséquent, compliquent leurs liens d'attachement.



« Il est très difficile de s'adapter à une nouvelle vie. Quand vous arrivez ici, vous ne connaissez pas la langue. C'est le premier obstacle qui fait que vous ne vous sentez pas dans votre pays. Et votre famille n'est pas là quand vous arrivez ici pour la première fois. C'est comme si vous perdiez une partie de vous-même. Vous essayez de la retrouver mais vous ne savez pas par où commencer, et vous vous sentez mal. On finit par s'adapter, mais c'est un processus qui prend du temps. » (participante de Toronto, Ontario)

En dépit des nombreux défis auxquels ils font face, bien des immigrants font preuve d'une grande résilience et arrivent à favoriser un sentiment d'attachement sécurisant chez leurs enfants. Vu les nombreuses pertes qu'ils ont essuyées, beaucoup concentrent toutes leurs énergies sur la création d'un avenir « meilleur » pour leurs enfants, libre des souffrances et difficultés qu'ils ont eux-mêmes connues. Pour cela, ils doivent évaluer leurs propres croyances et valeurs, ainsi que celles de leur société d'adoption, pour tenter de déterminer ce qui sera « le mieux » pour leurs enfants. Les nouveaux arrivants sacrifient souvent leur propre bien-être pour donner à leurs enfants un avenir meilleur.

Perte du chez-soi

Le processus de migration et de rétablissement dans un nouveau pays débute par la perte de son « chez-soi ». Il importe d'examiner le concept d'attachement dans le contexte du sentiment du parent par rapport à son nouveau « chez-soi ». Sa définition de la notion de « chez-soi » et son sentiment d'appartenance à sa société d'adoption ont tous les deux des répercussions sur son attachement (capacité de donner amour, soins et sécurité) à ses enfants.

De nombreuses mères associent la notion de « chez-soi » au sentiment d'appartenance

« On se sent chez soi quand on appartient à la communauté, quand on y est à l'aise et quand on sent que sa famille y occupe une place. C'est ce qu'il y a de plus important, peu importe où l'on est. » (participante de Halifax)

La perte de son chez-soi et de son sentiment d'appartenance a un grand impact sur la relation parent-enfants. Si les parents ne se sentent pas entourés ou en sécurité, il leur est difficile de sécuriser leurs enfants. En plus de devoir eux aussi composer avec la perte de leur chez-soi, les enfants ressentent la souffrance de leurs parents et leur incapacité à les sécuriser et à leur procurer soutien et sentiment d'appartenance.

« Je n'ai pas d'emploi, pas d'argent, pas de revenu, pas d'amis. Le milieu de vie et de travail m'est complètement étranger. Parfois je me demande : " Qu'est-ce qui m'attend? Quel chemin prendrai-je



maintenant que j'ai émigré?" Je ne connais pas la langue et je ne sais pas où je m'en vais. Si j'arrive à maîtriser la langue, peut-être ma vie prendra-t-elle une direction plus claire. Il y a aussi les inquiétudes à propos de l'argent. C'est chercher un emploi qui me rend le plus stressée. Je dois recommencer ma vie et je n'ai personne pour prendre soin de mes enfants. Je ne peux compter que sur moi. Je ne me sens pas en sécurité. Que vais-je faire s'il arrive quelque chose? Je me fais du souci. Dans mon pays, mes amis, ma famille, même ma famille étendue, viendraient m'aider. Ici, je n'ai personne. Ça me préoccupe. » (participante de Vancouver, Colombie-Britannique)

Les mères reconnaissent ce problème et tentent de le pallier en répondant aux besoins accrus d'affection et de soutien de leurs enfants.

« Je fais tellement de choses. Je leur offre une gâterie de temps à autre et leur dit que je les aime. Avant, je ne leur disais pas mais je le fais maintenant. Ils en ont besoin maintenant. Notre façon de vivre a changé, tout a changé. Leur père n'habite plus avec nous. Ils ont besoin de plus d'attention, de savoir que quelqu'un les aime. » (participante de Hamilton, Ontario)

De nombreuses mères s'efforcent de transmettre à leurs enfants un sentiment d'appartenance à la société canadienne, même si elles ne le ressentent pas elles-mêmes.

« Nous avons choisi d'emmener nos enfants au Canada. Nous aimerions qu'ils sentent une appartenance au pays. Quand vous sentez cela, vous pouvez vous épanouir. » (participante de Halifax, Nouvelle-Écosse)

Certains parents puisent leur sentiment d'appartenance dans le fait que leurs enfants se sentent chez eux au Canada, le pays où ils grandiront.

« Je ne me sens pas encore chez moi au Canada... moi non, mais mes enfants peut-être. Ils débutent leur vie et grandissent ici. Ils ne connaissent rien d'autre. C'est chez eux ici. Et pour nous, chez nous, c'est là où sont les enfants. » (participante d'Edmonton, Alberta)

Bon nombre des parents interrogés ne considèrent plus leur pays d'origine comme leur « chez-soi » en raison du climat social et politique qui y règne.

« [Nous ne considérons plus l'Afghanistan comme chez nous] La situation là-bas n'est pas bonne. On se bat tous les jours et la vie



est dure. Maintenant qu'on vit ici, on se met en colère. On se demande pourquoi toute cette violence. Les femmes n'ont pas de droits ou une bonne vie en Afghanistan parce que le gouvernement ne veut pas qu'elles sortent de chez elles pour travailler. Ils veulent qu'elles restent chez elles, couvertes de la tête aux pieds. Comme des morts. » (participante de Toronto, Ontario)

Certains parents ne se sentent ni chez eux dans leur pays d'origine ni chez eux au Canada.

« Deux ou trois fois quand je suis retournée en Pologne en visite, j'ai senti que mon chez-moi était maintenant ici et plus en Pologne. Beaucoup d'années ont passé et les gens ont fait leur vie, mais mes enfants, ma maison, mon travail, tout... mes amis, mes nouveaux amis qui sont devenus ma famille, sont ici... Je crois sincèrement qu'il y a un prix à payer pour cela car je me sens aussi différente. Je me sens comme la personne qui, au travail, sait qu'elle est différente. Nos enfants, ceux qui sont nés ici, se sentiront chez eux. Mais pour nous, ce sera toujours un pays différent et il y a un prix à payer pour ça. » (participante de Fredericton, Nouveau-Brunswick)

Les parents reconnaissent qu'il faut du temps avant de se sentir chez soi au Canada et de développer un sentiment d'appartenance.

« C'est seulement après y avoir passé beaucoup d'années que vous arrivez à vous sentir chez vous dans cet endroit, dans cet autre pays... Ce n'est jamais facile au début. » (participante de Fredericton, Nouveau-Brunswick)

Perte de la famille et de la communauté

La perte de leurs enfants, famille immédiate, famille étendue et communauté, conjuguée à l'isolement qui en découle, a aussi un impact sur les pratiques d'attachement des mères immigrantes.

Parfois, le processus de migration de la famille se fait en deux temps. Certains membres émigrent en premier et sont suivis du reste de la famille des mois ou des années plus tard.

« J'habitais en Éthiopie avant de venir m'installer au Canada. J'étais un peu inquiète. J'ai vécu là-bas quatre ans avec mes enfants pendant que mon mari était au Canada. J'avais des soucis économiques. » (participante de Halifax, Nouvelle-Écosse)



D'autres familles perdent des membres pendant le processus de migration. Ces derniers sont victimes de guerre, de violence politique ou bien se retrouvent séparés de la famille durant l'évasion du pays d'origine.

« Dans mon pays, nous nous cachions le jour et prenions la route le soir. Mes grands-parents, ma tante et mon oncle ont été tués. D'autres membres de la famille ont été handicapés. » participante de Toronto, Ontario)

De nombreuses mères ont dû laisser des enfants derrière au moment de s'échapper. Elles trouvent cela très difficile car elles comprennent leur rôle dans l'éducation des enfants.

« Je m'ennuie de mes enfants restés en Inde. S'ils étaient ici, près de moi, je pourrais leur donner de l'amour. C'est difficile de les éduquer s'ils sont en Inde. Quand ils sont jeunes, ils ont besoin de beaucoup de soutien de la part de leurs parents. » (participante de Toronto, Ontario)

Ce genre de séparation a non seulement des répercussions sur les enfants laissés derrière, mais aussi sur la capacité des parents de répondre aux besoins (et donc de favoriser un sentiment d'attachement sécurisant) des enfants qui les ont accompagnés.

« Nous nous sentons chez nous au Canada, mais nos enfants nous manquent. Nous voulons les avoir parmi nous. Ce jour-là, nous nous sentirons réellement chez nous. À leur âge, ils ont besoin qu'on prenne soin d'eux. Nous comptons les heures et les jours avant leur arrivée. Le jour, je dois m'occuper du fils qui est près de nous. Je n'aime pas lui faire sentir mon stress ou ma tristesse. C'est quand il dort que tout remonte. » (participante de Toronto, Ontario)

Durant le processus de rétablissement, certains parents se séparent pour une variété de raisons, dont le stress de la migration et du rétablissement.

« Le père des enfants de ma fille a été expulsé du Canada. On a dit à ma fille qu'il ne pourrait jamais y revenir. Elle a donc rencontré quelqu'un d'autre. Mais il est revenu et maintenant, ils vivent séparés. Ma fille dit que l'immigration a gâché sa vie. » (participante de Vancouver, Colombie-Britannique)

La plupart des mères interrogées viennent de sociétés qui, à l'opposé du Canada (ou l'accent est mis sur la famille nucléaire), accordent beaucoup de valeur aux rapports avec la famille étendue et les autres membres de la communauté. Elles ressentent donc la perte de ces personnes à leur arrivée au Canada, même si tous les membres de la famille immédiate arrivent et demeurent ensemble.



« La famille est différente ici. Il y a seulement votre mari, vos enfants et vous. Rien d'autre. Là-bas, il y a vos grands-parents, vos frères, vos sœurs et vos voisins. » (participante de Montréal, Québec)

« Je me sens en sécurité ici, mais pas entourée. Je suis complètement seule. » (participante de Hamilton, Ontario)

« Dans mon pays d'origine, il arrivait même aux voisins de prendre soin des enfants. Les enfants recevaient de l'amour de plein de gens. Ici, ils n'ont que le père et la mère. Et ceux-ci sont trop occupés. Ils sont les seuls à créer des liens d'attachement avec l'enfant. » (participante de Toronto, Ontario)



Des recherches interculturelles sur les pratiques d'attachement ont démontré que les nouveau-nés pouvaient adopter des comportements d'attachement à plus d'un fournisseur de soins. Ils peuvent développer des liens d'attachement à trois ou quatre personnes distinctes, dont le père. Ils peuvent aussi être entourés de nombreux fournisseurs de soins et créer leur principal lien d'attachement auprès d'une personne (à qui s'adressent le plus souvent leurs comportements d'attachement). Il s'agit habituellement de la mère, même si d'autres membres de la famille ou de la communauté peuvent jouer un rôle important dans l'attachement. Lors du processus de migration, la perte des rapports avec ces personnes peut considérablement influencer le développement de l'enfant.

Certaines mères ont parlé du rôle important que jouait dans leur pays la famille étendue quand il s'agissait de résoudre les conflits entre elles et leurs enfants et de la difficulté qu'elles ont à assumer les nombreux rôles qui leur reviennent à présent.

« Le problème, c'est de savoir comment créer avec mon fils des rapports solides étant donné le peu de temps dont je dispose. Il va à l'école et à la garderie. Je passe le chercher à 17 h 30. Nous sommes tous les deux fatigués. Il faut beaucoup d'énergie pour établir une connexion. Dans la journée, il a dû relever seul plein de défis. Nous n'avons pas de famille étendue ici. Quand j'étais petite, j'étais bouleversée quand ma mère se choquait contre moi. Ma grand-mère jouait la médiatrice. Elle disait à ma mère ou à moi que nous étions allées trop loin. Ici, les enfants n'ont personne d'autre. Il faut donc les élever avec rigueur, cohérence et autorité, tout en étant leurs bons amis. » (participante de Halifax, Nouvelle-Écosse)



Beaucoup de mères immigrantes éprouvent un sentiment de grand isolement en raison de la perte de leur famille immédiate, de leur famille étendue et de leur communauté, et du peu de valeur accordée au Canada à l'interdépendance.

« *[Dans mon pays d'origine] nous habitons ensemble et pas isolés et séparés comme ici.* » (participante de Hamilton, Ontario)

De nombreuses femmes ont dit s'être senties doublement isolées pendant la grossesse et au moment d'accoucher.

« *Au Zaïre, votre mère, vos sœurs et les autres membres de la famille restent avec vous [après l'accouchement]. Ils ne vous laissent jamais seule pendant trois à six mois. Ici, vous faites tout seule, seule, seule.* » (participante de Hamilton, Ontario)

Une fois arrivée au Canada, de nombreuses femmes immigrantes sentent qu'elles portent seules le fardeau de la supervision des enfants parce que le reste de la communauté ne s'en mêle pas. Elles sont également tristes d'avoir à enseigner la méfiance à leurs enfants.

« *C'est tout nouveau pour moi de leur enseigner à ne pas parler aux étrangers. Dans mon pays, je ne leur ai jamais enseigné une chose pareille parce qu'il y avait toujours quelqu'un pour les surveiller. Ils me disent : "Mais maman, cette personne doit être gentille, elle sourit".* » (participante de Hamilton, Ontario)

Le manque de soutien et l'isolement semblent particulièrement éprouvants pour les mères célibataires.

« *Ce n'est pas facile d'élever seule des enfants ici... De ne pas avoir de famille. Vous faites tout, seule. C'est difficile aussi pour les enfants. Dans notre pays, ils sont libres. Il y a des membres de la famille et des voisins partout.* » (participante de Hamilton, Ontario)

Perte du langage

L'incapacité de communiquer au sein de la famille et de la communauté dans sa langue maternelle a un impact sur l'attachement. Les mères interrogées ont fait part de leur difficulté à s'exprimer en anglais ou en français, et des sentiments de frustration, de solitude et de dépression que cela entraîne.

« *Je me souviens qu'à mon arrivée ici, je n'avais pas d'amis. Mon mari travaillait toute la journée. Je ne comprenais pas l'anglais. Sesame Street est la seule émission que je pouvais écouter, parce*



qu'elle jouait dans mon pays. Quand vous êtes habituée à parler et à communiquer tout le temps, c'est très difficile. Je me sentais seule et déprimée, et je ne pensais jamais m'adapter au système ici. C'était très pénible. » (participante de Toronto, Ontario)

Certaines mères ont même de la difficulté à communiquer avec leurs propres enfants, ce qui bien sûr a un impact sur leur attachement.

« Mon fils a de très bonnes notes à l'école, d'excellents résultats. Mais j'ai un peu de difficulté à communiquer avec lui. Il parle anglais et je parle chinois. Je ne veux pas qu'il... je veux qu'il connaisse sa langue maternelle. Ma fille a deux ans et commence à parler. Mais elle confond les deux langues. Elle comprend les deux langues mais elle n'arrive pas à parler... » (participante de Fredericton, Nouveau-Brunswick)

Les mères disent aussi craindre que leurs enfants ne puissent plus communiquer avec leur famille étendue.

« Tout le monde autour de lui, tous ses amis parlent anglais. Il comprend très bien ce que je lui dis en espagnol mais il ne le parle pas. Ça me brise le cœur parce que toute ma famille est au Guatemala. Je ne voudrais pas qu'il y aille et interpelle ma mère en anglais. Ça lui ferait trop mal. » (participante de Fredericton, Nouveau-Brunswick)

« Un jour, ma mère est venue de Hong Kong et elle a parlé à mon fils... et il ne comprenait pas. J'ai pleuré. » (participante de Fredericton, Nouveau-Brunswick)

Les mères interrogées ont aussi parlé de leur difficulté à apprendre la langue du pays.

« Quand vous ne la pratiquez pas, quand vous n'avez pas l'occasion de la pratiquer, vous oubliez. On n'apprend pas l'anglais du jour au lendemain. Ça prend beaucoup de temps. » (participante de Toronto, Ontario)

Elles ont aussi fait mention des difficultés qu'elles avaient à enseigner aux enfants une langue maternelle qui n'est pas parlée à l'extérieur de la maison. Elles se disent partagées entre l'envie de maintenir leur identité culturelle et celle de favoriser l'intégration des enfants à la société canadienne.



« Mais aussi je les forcerai à parler leur langue maternelle à la maison, même si cela est difficile, très difficile. J'essaie de leur lire des textes mais ils ne comprennent pas vraiment parce qu'ils n'étudient pas cette langue à l'école. Mais je veux aussi qu'ils se sentent chez eux au Canada, qu'ils se sentent bien et Canadiens. » (participante de Fredericton, Nouveau-Brunswick)

L'incapacité de communiquer pleinement dans la langue du pays qu'elles habitent limite également la participation des femmes à la société canadienne, notamment sur le plan de l'emploi.

« J'ai peur de commencer à travailler, parce que je n'ai jamais occupé d'emploi ici. J'ai passé tout mon temps à prendre soin de mes enfants et, comme je l'ai dit, à donner de mon temps à la communauté, à aider les gens. Maintenant que mes enfants sont grands et vont à l'école à temps plein, je me dis bon, j'ai travaillé bénévolement pendant longtemps, j'ai élevé mes enfants et maintenant, c'est le temps de penser à moi... vous voyez, j'ai un peu peur de travailler dans la communauté parce que ça se fera en anglais et je ne l'ai jamais fait. Je serai obligée de faire le saut et ce ne sera pas facile. Vous savez, cela me rend mal à l'aise. » (participante de Toronto, Ontario)

Les mères interrogées font remarquer que la langue n'est pas simplement un mode de communication. C'est l'expression de leur culture et donc une partie intégrante de leur identité.

« Je pense qu'il y a une différence entre votre façon de voir la vie et la nôtre. Pour vous, la langue, ce n'est probablement qu'une langue. Pour moi, c'est plus que ça. C'est encore plus vrai dans le cas de l'arabe. Pour nous, l'arabe n'est pas seulement un mode de communication, c'est notre façon de prier. Nous sommes Musulmans. Pour prier, pour vivre, il faut la langue... La langue arabe ne se compare à aucune autre langue... Pour prier, je dois parler arabe, quel que soit mon pays d'origine. Sans l'arabe, je ne peux pas fonctionner. Je ne peux pas exister. » (participante de Fredericton, Nouveau-Brunswick)

Puisqu'elle est une partie intégrante de l'identité, la langue fait obstacle non seulement à la communication mais également au développement du sentiment d'appartenance.

« Comment est-ce que je peux être drôle en anglais? Je me le demande. Comment est-ce que je peux faire une blague? Vraiment, je serais bien trop gênée d'essayer. Qu'est-ce que je fais si ç'a l'air



fou? Dans ma langue, je peux dire des choses drôles et tout le monde rient. Et il y a autre chose, une chose bien bête. On sait quand on doit être frivole et quand on doit être sérieuse. Ça vient naturellement, on le sait. Mais dans ce pays, rien n'est naturel... et ça ne le sera jamais. » (participante de Fredericton, Nouveau-Brunswick)

L'apprentissage d'une langue est donc bien plus complexe que la seule connaissance de ses mots.

« Quand vous baignez dans une nouvelle société, apprendre une langue ne veut pas simplement dire la parler. Cela veut dire se familiariser avec toute une culture. » (participante de Fredericton, Nouveau-Brunswick)

Perte de statut

De nombreuses femmes et familles qui émigrent dans un nouveau pays perdent la place qu'elles occupaient dans leur pays d'origine. Bon nombre d'entre elles vivaient de façon plus aisée dans une maison, alors qu'ici, elles doivent se contenter d'un petit appartement.

« Ici, nous avons deux chambres à coucher. Il n'y a pas beaucoup de place. Dans mon pays, j'avais une maison. Ce n'est pas pareil ici. Là-bas, nous avons de la place et un terrain où les enfants pouvaient jouer. Il n'y avait pas d'appartements. Pour moi, un domicile est une maison, pas un appartement. Je ne me sens pas chez moi ici. » (participante de Toronto, Ontario)

Nombre d'entre elles ont aussi perdu le statut que leur conféraient leurs compétences et leur emploi. Anciennement respectées dans leur communauté, elles sont maintenant forcées d'accepter un petit boulot au Canada ou de rester à la maison (en raison de la langue ou de la non-reconnaissance de leurs compétences).

« Dans mon pays, j'étais infirmière. Ça me manque. Je ne peux pas pratiquer mon métier ici parce que je ne parle pas beaucoup l'anglais. » (participante de Toronto, Ontario)

« L'emploi est un obstacle majeur ici, parce que dans votre pays on parle votre langue. Vous connaissez très bien les gens; vous savez quels emplois sont respectés et lesquels ne le sont pas. Ici, vous prendriez n'importe quoi, mais ça ne vient pas. Il est très difficile de trouver un emploi adapté à votre formation. » (participante de Fredericton, Nouveau-Brunswick)



Les femmes immigrantes qui dépendent dorénavant de leur conjoint alors qu'elles travaillaient dans leur pays d'origine perdent aussi leur statut au sein de la famille.

« Mon mari n'a pas de difficulté à travailler ici. Moi, je ne trouve pas d'emploi. Je reste à la maison. Ce n'est pas facile. Ici, je dois demander de l'argent à mon mari. » (participante de Hamilton, Ontario)

Les mères éprouvent aussi une perte de statut social.

« Je m'ennuie de ma famille, de mes amis et de ma culture. Ici, vous restez seule à la maison. Personne ne vous rend visite. Là-bas, les gens vous saluent dans la rue. Ici, personne ne vous voit. » (participante d'Edmonton, Alberta)

« Pour moi, c'est exactement la même chose. Comme je l'ai déjà dit, je me sens toujours différente et ça me rend malheureuse parce que je sais que, si j'étais en Pologne, je serais sur la même longueur d'onde... la culture, les amis, le même vécu, la même mentalité, le même type d'emploi. Tout le monde nage ou rame sur la même mer. Ici, je travaille à temps partiel seulement trois jours par semaine, et chaque fois que je vais à ces deux bureaux, je [me dis] "Ok, que va-t-il m'arriver aujourd'hui? Que devrai-je prétendre ou répondre? Vais-je comprendre ce qu'ils disent? Me racontera-t-il une autre blague que je ne comprendrai pas?..." » (participante de Fredericton, Nouveau-Brunswick)

Même leurs rapports avec leurs enfants occasionnent chez les mères le sentiment de perte de statut.

« Peu importe votre niveau de connaissance de l'anglais, ou votre emploi, vous demeurez une étrangère. Même vos enfants sont meilleurs que vous. Vous voyez vos enfants s'adapter, blaguer avec leurs amis. Et vous essayez de rire de leurs blagues. Mais si vous tentez, vous aussi, de faire une blague, ils vous regardent d'un air du genre : "Maman, ça c'est stupide". Vous traduisez une blague de l'arabe et vous la trouvez bien drôle, mais pas eux. Ils rient de vous quand ils vous voient rire. Ça c'est la situation. » (participante de Fredericton, Nouveau-Brunswick)

Certains parents font état de l'étendue de leur perte au moment d'émigrer au Canada :

« Nous avons tout laissé derrière, tout. » (participante de Hamilton, Ontario)



Traumatismes

Aux pertes innombrables que connaissent les femmes et les familles qui émigrent et s'établissent dans un nouveau pays s'ajoutent souvent des traumatismes liés à la guerre ou à la violation de leurs droits individuels ou collectifs en raison de la race, la religion, le sexe, la nationalité, les opinions politiques, l'orientation sexuelle ou l'appartenance à un groupe social particulier. Beaucoup de nouveaux arrivants ont subi des traumatismes pendant de nombreuses années dans leur pays d'origine. Certaines familles ont été séparées ou disséminées. Beaucoup de femmes et d'enfants ont connu la torture, le harcèlement ou l'agression sexuelle ou psychologique aux mains de gouvernements ou d'autres groupes qui exercent sur eux un pouvoir. La migration offre souvent leur seule chance de survie.

« Dans ce genre de situation, en temps de guerre, il n'y a rien à faire. Il n'y a qu'à souffrir et, un jour ou l'autre, réaliser que vous devez partir. » (participante de Fredericton, Nouveau-Brunswick)

"« Dans nos pays, quels qu'ils soient, vous devez capituler devant le gouvernement au pouvoir. C'est eux qui font la loi. Vous devez capituler. Vous devez les flatter... leur faire plaisir. Ils peuvent même vous accuser sans que vous n'ayez rien dit [contre eux]. Il y a de la discrimination. Elle peut être fondée sur la race, la religion ou l'appartenance politique. Alors les gens se poussent; ils quittent leur pays... s'ils en sont capables. Ils ne veulent pas voir leurs enfants grandir dans un système si corrompu. » (participante de Halifax, Nouvelle-Écosse)

« Mes parents et mes frères ont été tués pendant la guerre. J'étais mariée et j'habitais un autre pays. Je ne pouvais pas y retourner. J'étais très déçue. Ils ont tué mes parents, tout le monde. » (participante d'Edmonton, Alberta)

Parfois, les mères et les familles doivent prendre la décision cruelle de laisser leurs jeunes enfants derrière dans le but de sauver les autres personnes qui tentent de s'échapper.

« Mon fils avait trois mois et pleurait beaucoup. Parce qu'il n'était pas silencieux, les gens m'ont dit : "Tu devrais le laisser derrière". » (participante de Vancouver, Colombie-Britannique)

Les femmes et les familles qui vivent des situations traumatisantes dans leur pays reçoivent peu de soutien des membres de leur entourage, qui sont exactement dans la même situation. Cela rend leur expérience encore plus pénible et les pousse souvent à partir.



« Là-bas, on n'a pas vraiment de soutien parce que tout le monde a peur. C'est pour ça que nous sommes partis, parce que nous ne pouvions pas continuer à avoir peur tout le temps. » (participante de Toronto, Ontario)

Il est important de se rappeler que ces expériences traumatisantes auront des répercussions sur l'avenir des personnes qui se réfugient au Canada pour échapper à la violence. Leurs effets émotifs et psychologiques se font ressentir de différentes façons, bien après l'arrivée des immigrants en sol canadien. Par exemple, les enfants que les armes chimiques ont handicapés servent à leurs mères de rappel constant des traumatismes subis et compliquent le processus de rétablissement.

« En 1988, j'ai quitté mon pays. Le gouvernement menait une guerre chimique. J'étais enceinte de trois mois quand je suis partie. À la naissance de ma fille, tout allait bien [mais elle s'est mise à avoir des problèmes pendant qu'elle se développait et requiert maintenant des soins constants]. Quand elle a eu sept mois, j'étais [dans un autre pays et j'ai décidé de consulter un médecin]. J'ai eu une radiographie et tout se passait bien. En 1990, je suis arrivée au Canada. Trois ans plus tard, j'ai consulté un médecin et il n'a rien trouvé d'anormal. Plus tard, les médecins ont détecté des agents chimiques. Quand je suis tombée de nouveau enceinte, le médecin m'a dit que j'allais bien mais qu'il y avait encore des agents chimiques dans mon organisme. Mon enfant ne parle pas; elle ne peut pas se nourrir seule. Je me sens triste à propos de mes enfants. Je les aime, mais c'est difficile de m'occuper des deux. J'ai du soutien mais ce n'est pas assez. Je n'ai pas de temps à moi. » (participante de Vancouver, Colombie-Britannique)

De nombreuses mères continuent de subir au Canada les répercussions émotives et psychologiques des traumatismes subis dans leur pays d'origine, surtout quand des membres de leur famille sont encore en danger.

« Une partie de mon stress provient du fait que ma famille est encore là-bas. Même si la guerre est finie, il reste des armes, de la violence et des vols, et je m'inquiète pour ma famille. » (participante de Toronto, Ontario)

Toutes ces expériences ont un profond impact sur la façon dont les particuliers et les familles réagissent à leur nouvel environnement et composent avec les défis du rétablissement. En même temps qu'ils tentent de se refaire une santé émotive et psychologique, les parents doivent trouver moyen de



fournir un soutien social et émotif adéquat à leurs enfants, qui ont aussi été marqués par ces expériences. Pour ces mères et ces familles, et surtout pour celles qui viennent de sociétés dont les croyances, valeurs et pratiques sont très différentes des nôtres, s'ajoute aussi un choc culturel qui vient exacerber la douleur et les sentiments de désespoir et de désarroi peut-être déjà présents avant l'arrivée au Canada.

Choc culturel

On appelle « choc culturel » la détresse physique et émotive qu'occasionne le fait d'être soustrait à son environnement familial et plongé dans un milieu dont les repères sont totalement différents. La plupart des personnes qui s'intègrent à une nouvelle culture éprouvent un choc culturel. La situation les oblige à mettre en question leurs propres croyances, valeurs et pratiques, et souvent les poussent à changer leurs pratiques. Les mères interrogées ont dit avoir changé leur façon de penser et de se comporter après avoir émigré au Canada.

« La façon de vivre des gens n'est pas la même. Dans mon pays, il est facile de saluer quelqu'un, qu'on le connaisse ou non. Ici, c'est différent. Il faut connaître la personne. Avant, je saluais les gens, mais ils n'aiment pas tous cela. » (participante de Hamilton, Ontario)

« Je dois changer ma façon de penser, de parler, de vivre, de m'habiller et d'accueillir les gens. » (participante de Calgary, Alberta)

Les mères interrogées ont aussi fait mention du stress qu'elles éprouvaient à être différentes.

« Le sentiment d'étrangeté me stresse. » (participante de Vancouver, Colombie-Britannique)

Elles ont aussi exprimé le besoin de conserver leur façon de penser et de s'exprimer.

« J'ai besoin de ma famille, de ma culture, de ma façon de penser et d'exprimer les choses. » (participante de Halifax, Nouvelle-Écosse)

Parce qu'elles ne connaissent pas bien le « système » canadien, les mères et les familles ont de la difficulté à composer avec les conflits sur les croyances, valeurs et pratiques. De plus, elles ne peuvent plus se fier sur leur réseau habituel de soutien et ne connaissent pas les ressources à leur disposition.

« Dans votre pays d'origine, vous connaissez la plupart des problèmes et les sources de stress. Vous ne vous sentez donc pas seule. Vous n'êtes pas la seule que la police malmène ou que le gouvernement traite de façon injuste. Où à l'école, si un enseignant



favorise un autre enfant au dépend du vôtre, vous savez comment réagir. Vous savez régler vos problèmes parce que vous savez quoi faire... Et votre mère, votre père, vos cousins et vos amis sont là pour vous aider. Ils peuvent vous aider à vous calmer si vous êtes nerveuse ou en colère. » (participante de Halifax, Nouvelle-Écosse)

« Je ne savais pas où obtenir de l'aide. Je ne savais pas qu'il existait des centres de ressources pour parents. Je ne savais rien. J'ai dû m'informer de tout. » (participante de Halifax, Nouvelle-Écosse)

Cet isolement entraîne une détresse émotive qui accentue le sentiment de non-appartenance. Dans certains cas, les mères et les familles se sentent rejetées et s'isolent davantage, ce qui réduit leur capacité de surmonter les épreuves. Le choc culturel a des répercussions sur la santé émotive des parents et des enfants, et, par conséquent, sur leur interrelation.

« S'ils (parents et enfants) ne sont pas correctement sensibilisés, la situation est dangereuse. Les parents sont plus stricts et les enfants cachent des choses. C'est un choc culturel pour les parents et aussi les enfants. Ça ira peut-être pour la prochaine génération. » (fournisseur de services de Montréal, Québec)

Acculturation/adaptation

On appelle « acculturation » le processus d'adoption, par les membres d'un groupe, des caractéristiques culturelles d'un autre groupe avec qui ils entretiennent des rapports². Partie intégrante du processus de rétablissement dans un nouveau pays, l'acculturation exige le remplacement de certaines croyances, valeurs et pratiques du pays d'origine par des croyances, valeurs et pratiques du pays d'adoption. Le processus et le niveau d'acculturation des familles à leur arrivée dans un nouveau pays dépendent des nombreux facteurs énoncés au début de cette section (motifs de la migration, âge au moment d'émigrer, lieu de naissance des enfants, maîtrise de la langue officielle, réseau de soutien). Bon nombre des parents interrogés ont utilisé le terme « adaptation » pour parler d'acculturation. Pour cette raison, ces deux termes seront utilisés de façon interchangeable.

« Je suis venue ici à l'âge adulte et mes racines m'ont suivie. » (participante de Toronto, Ontario)

²

² Henderson et Brown, 1987, p. 155.



« La plupart des nouveaux arrivants subissent du stress. C'est l'étape d'adaptation qui précède l'intégration. Parfois, ça prend même du temps à s'habituer au climat. Si vous n'êtes jamais venu en Occident, ou si vous n'avez jamais vu de neige, ce n'est pas facile. Et puis il y a la langue, et le fait que vous ne connaissez personne. Pour la plupart des gens, le système d'éducation est bien différent aussi. Même pour ceux qui viennent de pays anglophones... il faut connaître le système. C'est ce qu'on appelle l'adaptation. Ça cause des ennuis aux nouveaux arrivants et même aux Canadiens. Certaines personnes s'adaptent rapidement, d'autres non. » (participante de Halifax, Nouvelle-Écosse)

« Ça vous prend du temps à vous acclimater et à prendre le pouls de votre nouveau lieu de résidence. C'est... c'est tout nouveau mais vous pouvez vous adapter si vous le voulez... du moins si l'endroit est paisible. » (participante de Halifax, Nouvelle-Écosse)

Les parents se sentent souvent responsables du processus d'acculturation de leurs jeunes enfants, en plus du leur.

« Quand on est immigrant, c'est difficile d'éduquer des enfants parce qu'il faut tenter de maintenir sa propre culture dans une autre culture. Et nos enfants sont si petits. Ils n'ont pas l'âge de comprendre pourquoi ils doivent faire certaines choses. Ils ne savent pas. » (participante d'Edmonton, Alberta)

Les croyances, valeurs et pratiques d'attachement présentées dans les sections précédentes (liberté, respect, autonomie et interdépendance) évoluent à mesure que s'effectue l'acculturation.

Certaines mères ont fait mention de la plus grande liberté des femmes au Canada, telle qu'elles la perçoivent.

« Un autre avantage du Canada est que les femmes ont plus de choix. Par exemple, les mères monoparentales ne sont pas stigmatisées. Au Canada, tout le monde a des choix et ça c'est bien. » (participante d'Edmonton, Alberta)

D'autres ont dit avoir modifié leur notion du respect après avoir pris connaissance des différentes perspectives présentes au Canada.



« Dans ma culture, on a tendance à dire "non" trop souvent aux enfants. La culture canadienne présente d'autres options qui réduisent le niveau de frustration des enfants. » (participante de Calgary, Alberta)

Des mères ont également constaté que les rapports entre leur conjoint et les enfants ont changé.

« Nous agissons différemment ici. [Dans notre pays], personne n'a l'habitude de faire la lecture aux enfants ni de les serrer contre soi, surtout pas les pères. Dans notre culture, le père est le maître de la famille. Mais ici, ils font la lecture aux enfants. » (participante de Vancouver, Colombie-Britannique)

Certains parents ont souligné l'importance de revoir la valeur qu'ils accordent à l'autonomie selon un point de vue canadien, pour favoriser la réussite future de leurs enfants en sol canadien.

« Je donne à ma fille plus de liberté. Dans mon pays, on a l'habitude de protéger davantage les enfants. Ici, chaque personne doit être autonome. Il faut s'ajuster. Elle doit apprendre à prendre soin d'elle-même. » (participante de Montréal, Québec)

Pour adapter leurs croyances, valeurs et pratiques d'attachement, les mères se fient sur leur propre vécu et sur les croyances, valeurs et pratiques qu'elles observent au Canada.

« Je suis venue ici; j'ai vu d'autres enfants jouer sans leur mère qui les surprotégeait et tout allait bien. Cela me fait voir que c'est possible, ça m'influence. Surtout que ma façon d'éduquer mon plus vieux n'avait pas marché. Il m'a déjà dit : "Tu m'as appris à avoir peur d'une foule de choses. Je n'aime pas la façon dont tu m'as élevé". » (participante de Vancouver, Colombie-Britannique)

Parfois, le besoin de s'adapter aux modes de pensée de la société canadienne est davantage le résultat d'une combinaison de pressions internes et externes sur les mères et les familles que d'une évaluation du pour et du contre de leurs croyances, valeurs et pratiques d'attachement.

« Je dois suivre ce qui se fait ici car je vis ici. Je m'adapte et quand des gens de mon pays me voient faire, ils disent : "Tu n'as pas grandi ici; ils ne t'ont pas élevée". Comme ça, mais je dois suivre les coutumes. Oui, je suis les coutumes d'ici. Je ne me souviens pas d'avoir fait les choses comme je les faisais là-bas. » (participante de Toronto, Ontario)



Il n'est pas facile pour les parents de transmettre à leurs enfants les croyances, valeurs et pratiques auxquelles eux-mêmes et leur communauté accordent de l'importance, tout en favorisant leur intégration à la société canadienne.

« Nous essayons vraiment de les intégrer à cette société. Mais en même temps, nous voulons qu'ils conservent certaines de nos traditions. » (participante de Fredericton, Nouveau-Brunswick)

Les mères traversent leur propre crise identitaire et trouvent qu'il est difficile d'éduquer des enfants dans ces conditions.

« Parfois, je sens que je me noie. Je pense à ma vie. J'ai été élevée en Algérie. Je savais tout ce qui importait. Mais mes enfants? Ils ne sont ni Canadiens, ni Algériens. C'est comme s'ils n'appartenaient à rien. L'an dernier, nous avons fait une exposition au centre des arts. Un des artistes a dit : "Dans le fond, nous sommes tous des errants". Et oui, d'une certaine manière, je suis chez moi ici. Oui, c'est ici que je vis. Mais suis-je vraiment chez moi? Et si j'y retourne, suis-je chez moi? On est pris entre deux pays. Pas plus ici que là-bas. Et ça, c'est très dangereux... Il n'est pas facile d'élever des enfants dans cet état d'esprit. » (participante de Fredericton, Nouveau-Brunswick)

« ...Je veux qu'il trouve lui-même sa place. Mais je ne sais pas si c'est la bonne approche... Je suis tiraillée sur ce que je dois faire. » (participante de Fredericton, Nouveau-Brunswick)

Elles se soucient de la perte pour leurs enfants, bien qu'elles constatent toutes les nouvelles possibilités qui s'offrent à eux.

« Nos enfants souffrent. Ils perdent ce que leurs parents ont eu. C'est difficile de leur donner... » (participante de Fredericton, Nouveau-Brunswick)

« Mais ils ont aussi quelque chose que nous n'avons pas. » (participante de Fredericton, Nouveau-Brunswick)

Les enfants s'adaptent souvent plus rapidement que leurs parents et deviennent en quelque sorte les intermédiaires familiaux. Le pouvoir que ce rôle leur confère modifie la dynamique familiale, mine la confiance des parents et crée souvent des conflits entre les parents et leurs enfants.



« Les parents veulent conserver leur culture tandis que les enfants veulent être Canadiens. » (fournisseur de services de Montréal, Québec)

« Les conflits de génération sont au premier plan de nos rapports avec les familles. Chacun tente de s'adapter, d'apprendre la langue. Les enfants apprennent généralement la langue plus rapidement et donc jouissent d'une plus grande liberté. Ils veulent tout oublier de leur ancienne vie. La façon de s'habiller, la langue. Ils ne veulent pas suivre les règles et croyances religieuses de leur pays d'origine. Vu la situation, ils sont souvent obligés de s'occuper des affaires de la famille. Les parents deviennent les enfants, et vice-versa. » (fournisseur de services de Halifax, Nouvelle-Écosse)

« Parfois, quand les parents vont à l'hôpital ou ailleurs, les enfants servent d'interprètes. Ces derniers se disent : "ils ne savent rien et ne peuvent pas se faire comprendre". C'est pourquoi nous disons aux parents que ce n'est pas dans leur intérêt d'utiliser leurs enfants comme interprètes. » (fournisseur de services de Montréal, Québec)

En bref, pour chacun des membres d'une famille qui émigre au Canada, l'acculturation est un processus qui dure toute la vie. Les parents se démènent pour conserver ce qui leur tient à cœur et importe à leur communauté culturelle, tout en essayant de faciliter l'intégration de leurs enfants à la société canadienne. Mais la quête de cet équilibre n'est pas l'affaire de quelques années. Elle se poursuit bien après l'établissement dans le nouvel environnement, tout au long des diverses étapes d'évolution des mères et des familles, réorientant par le fait même presque tous les aspects de leur vie et toutes leurs décisions.

« J'essaie de créer un réseau d'amis de diverses associations d'immigrants et organisations multiculturelles. J'essaie aussi de maintenir le contact avec ma famille en Bosnie et de rendre mon enfant heureux d'être Bosniaque. Je veux que ses origines lui tiennent à cœur. Je veux qu'il accepte son nouvel environnement, mais aussi sa mère et sa famille. » (participante de Halifax, Nouvelle-Écosse)

« Vous avez deux pays. Vous êtes citoyen de deux pays, un pied dans votre pays d'origine et un pied au Canada. Et ce sera toujours comme ça. » (participante de Fredericton, Nouveau-Brunswick)



Survivre aux traumatismes¹

Si vous avez connu la guerre...

Si vous avez été victime de violence...

Si vous avez perdu votre pays, des membres de votre famille, des amis ou votre communauté...

Et vous vous sentez

- | | |
|----------------------------------|---|
| ..sans espoir | ..craintif(ve) |
| ..très triste | ..anxieux(se) |
| ..furieux(se) | ..déprimé(e) |
| ..amer | incapable d'exprimer vos émotions |
| ..méfiant(e) | ..distrain(e) |
| ..insomniaque | ..attiré(e) par les drogues ou l'alcool |
| ..troublé(e) par des souvenirs | ..très coupable |
| ..incapable de manger | ..honteux(se) |
| ..incapable de penser clairement | ..suicidaire |
| ..confus(e) | |

VOUS N'ÊTES PAS SEULE(E)!

Ce sont là des réactions normales à des événements traumatisants qui ont eu lieu récemment ou dans un passé éloigné.

La guerre, la torture, les agressions violentes (morales, sexuelles, physiques), l'emprisonnement, la peur constante, l'humiliation publique, la perte d'êtres chers et les catastrophes naturelles (tremblements de terre, inondations, sécheresses, ouragans) sont des événements traumatisants qui laissent des marques.

Notre instinct nous aide à survivre aux événements traumatisants. Mais une fois hors de danger en lieu sûr, toute une foule d'émotions peuvent faire surface et nous envahir. Certaines personnes peuvent passer de longues années sans établir de liens entre leurs émotions actuelles et leur vécu, jusqu'au jour où un événement inattendu entraîne une crise d'ordre émotif. Il peut s'agir d'un événement aussi anodin qu'un bruit très fort ou qu'une rencontre fortuite dans la rue, ou une situation plus difficile comme la perte d'un être cher.

④

¹ Cette feuille d'information à l'intention des participants a été traduite et adaptée d'une brochure produite par la Metropolitan Immigrant Settlement Association de Halifax, Nouvelle-Écosse, intitulée Surviving Trauma 1. Pour obtenir un exemplaire de la brochure originale anglaise, composez le (902) 423-3607.



Chacun de nous réagit à sa manière selon la nature de son traumatisme, son âge, son sexe, son vécu et sa capacité d'adaptation personnelle. La plupart des victimes de traumatismes ont toutefois en commun des sentiments de honte et de culpabilité.

La culpabilité est l'expression de la tristesse ressentie du fait d'avoir survécu à un événement qui a coûté la vie à d'autres ou d'avoir une vie meilleure que celles d'êtres chers.

La culpabilité peut aussi provenir du fait que l'on se sent en partie ou entièrement responsable de la situation.



LA HONTE EST L'EXPRESSION DE NOTRE SENTIMENT D'IMPUISSANCE À :

- éviter l'humiliation
- maintenir notre identité
- satisfaire seuls nos besoins fondamentaux
- nous défendre
- nous affirmer
- aider ou protéger les autres
- maintenir le contact avec les êtres chers.

Les traumatismes ont sur les enfants des répercussions que les adultes ne comprennent pas toujours. Durant l'enfance, les signes de traumatisme incluent l'incontinence nocturne, les cauchemars, les gestes autodestructeurs et la peur extrême d'être seul(e).

Les signes de traumatisme peuvent passer inaperçus chez les enfants pour les raisons suivantes :

- les parents ou fournisseurs de soins subissent aussi les effets de l'événement traumatisant et sont incapables de satisfaire les besoins de l'enfant;
- les parents pensent souvent que les enfants oublient vite et sont moins touchés par les situations difficiles;
- les enfants cachent souvent leur souffrance de peur qu'elle exacerbe celle de leurs parents ou fournisseurs de soins.

N'OUBLIEZ PAS : Les enfants ont besoin d'attention et de soins spéciaux.

Voici quelques façons de s'aider soi-même :

- reconnaissez la douleur sans tenter de la refouler;
- parlez de votre expérience et écoutez celle des autres;
- prenez soin de vous sur le plan physique, émotif et spirituel;
- reconnaissez les aspects positifs de votre survie;
- acceptez le soutien émotif de personnes ayant vécu une situation semblable et offrez-leur le vôtre;
- observez les signes de traumatisme chez vos enfants;
- obtenez de l'aide pour vous-même ou vos enfants au besoin.



Choc culturel¹

On appelle « choc culturel » la détresse physique et émotive qu'occasionne le fait d'être soustrait à son environnement familial et plongé dans un milieu dont les repères sont totalement différents. La plupart des personnes qui s'intègrent à une nouvelle culture éprouvent un choc culturel. Pour de nombreuses personnes, le « choc culturel » représente un concept étranger.

Les chocs culturels proviennent du fait :

- de n'avoir plus accès aux signes culturels et modèles familiaux qui constituent nos repères, surtout lorsqu'il s'agit d'exprimer des émotions subtiles. Soudainement, nous ne pouvons plus nous fier sur les indications et messages que nous comprenons de façon instinctive;
- d'avoir pendant longtemps une situation de vie ou de travail peu claire;
- de voir nos propres valeurs culturelles (anciennement jugées positives et acceptables) remises en question;
- de devoir continuellement faire preuve d'efficacité et de rapidité dans un monde où les règles ne nous ont pas été suffisamment expliquées.

Les symptômes suivants du phénomène de choc culturel peuvent avoir des répercussions considérables sur les rapports familiaux, notamment la formation d'un attachement sécurisant :

- mal du pays
- ennui
- isolement
- sommeil excessif
- sentiment d'impuissance
- surconsommation alimentaire
- surconsommation d'alcool
- irritabilité
- colère
- propreté excessive
- tensions conjugales
- tensions et conflits familiaux
- fierté exagérée de sa culture
- adoption de stéréotypes à l'égard du pays d'adoption et de ses citoyens
- hostilité envers les habitants du pays d'adoption
- perte d'efficacité
- crises de larmes inexplicables
- maux d'ordre physique (psychosomatiques)

④

¹ Cette feuille de renseignements est tirée et traduite de la brochure *The Heart that Breaks is Reborn: Culture Shock*, produite par la Metropolitan Immigrant Settlement Association (MISA), Halifax, Nouvelle-Écosse. La brochure est produite dans plusieurs langues. Pour obtenir un exemplaire de la brochure originale, composez le (902) 423-3607.



Étapes du choc culturel

1. Lune de miel

- tout est nouveau, intéressant et stimulant;
- peut être un moment très positif;
- peut aussi être très difficile, surtout pour les parents. Les enfants sont agités et veulent tout essayer (y compris les comportements nocifs, comme fumer, boire de l'alcool et prendre des drogues), alors que les parents tentent de les en dissuader.

2. Survie

- l'agitation initiale a cessé;
- les différences culturelles deviennent plus évidentes et causes de stress;
- le fait de ne pas connaître les règles de la culture d'adoption peut aussi entraîner du stress.

3. Intégration graduelle

- l'adaptation se fait peu à peu à mesure que la nouvelle culture perd de son étrangeté;
- les arrivants apprennent la langue et peuvent participer activement à la vie de la société d'adoption;
- les gens qui arrivent à s'intégrer peuvent être une très bonne source de soutien pour ceux qui composent avec un choc culturel.

Les personnes réagissent différemment au choc culturel selon l'âge, le sexe, les croyances religieuses et la classe sociale.

Ceux et celles qui ont été obligés de quitter leur pays (réfugiés) ont habituellement plus de difficulté à s'intégrer que les personnes ayant choisi d'émigrer.

Les immigrants peuvent ressentir les effets du choc culturel plus d'une fois et à différents degrés. Bien que la plupart d'entre nous puissions nous adapter et bien fonctionner dans la culture d'adoption, certaines personnes (particulièrement les plus âgées) trouvent l'adaptation ardue et parfois n'y arrivent jamais.

Sur une note plus positive...

Le choc culturel n'a pas que des mauvais côtés. Il peut être très enrichissant de vivre dans une nouvelle culture. Le choc culturel nous pousse à réfléchir et à nous autoévaluer et, en ce sens, offre une occasion unique d'apprendre. Il nous oblige à réévaluer nos relations personnelles, à envisager de nouvelles attitudes et comportements. Bref, il offre un enseignement auquel n'ont pas accès les personnes isolées sur le plan culturel.



Maintien de pratiques efficaces



«Je trouve que le monde occidental ne respecte pas notre façon d'élever les enfants. En Amérique, la société nous oblige à élever nos enfants selon son propre modèle. Je crois qu'il faut respecter les pratiques des parents qui aiment leurs enfants et agissent dans leur intérêt, même si elles ne correspondent pas à la norme canadienne.»

—(participante d'Edmonton en Alberta)

Grljenje i ljubljenje الأهتمام



Section IV

Maintien de pratiques d'attachement efficaces

Pour soutenir et promouvoir des pratiques d'attachement interculturelles efficaces dans le cadre de nos programmes, il est important de comprendre les obstacles auxquels font face les mères et familles immigrantes et réfugiées, ainsi que les moyens d'y remédier.

Ces obstacles sont nombreux : a. la situation socio-économique, b. le racisme et la discrimination, c. la non-reconnaissance des pratiques d'attachement efficaces du pays d'origine, d. le stress au sein de la famille, e. la violence conjugale, f. la violence envers les enfants, g. le manque de soutien informel, h. la méconnaissance des services de soutien formel disponibles, i. la gêne à recourir à ces services.

Il existe de nombreuses stratégies en vue d'éliminer ces obstacles et d'offrir du soutien aux familles immigrantes et réfugiées. Loin d'être mutuellement exclusives, ces stratégies sont complémentaires et plus efficaces lorsqu'elles sont appliquées globalement. Les résultats du présent projet ont permis d'élaborer une série de stratégies dans les quatre grandes catégories suivantes : a. favoriser le sentiment d'appartenance, b. aller au-devant des familles immigrantes et réfugiées, c. créer des programmes et des milieux englobants, d. créer des programmes et des milieux empreints de soutien.

A

Situation socio-économique

On sait déjà que le revenu et le niveau de scolarité ont un impact sur les croyances, valeurs et pratiques des parents. Les personnes ayant une situation socio-économique semblable mais venant de pays différents ont souvent davantage de points communs que les personnes d'un même pays ayant une situation socio-économique différente.

Il est difficile d'évaluer l'impact de la situation socio-économique des immigrants sur leurs croyances, valeurs et pratiques d'attachement parce qu'il n'y a pas toujours de correspondance entre leur niveau de scolarité et revenu. Bon nombre des mères interrogées ont fait des études postsecondaires et vivent pourtant sous le seuil de la pauvreté.

Au lieu de la vie meilleure qu'ils entrevoyaient en venant au Canada, les immigrants et réfugiés se retrouvent souvent dans une situation socio-économique beaucoup plus précaire que dans leur pays d'origine, et ce pendant plusieurs années.

« Je suis ici depuis cinq ans. J'aime tout de ce pays, le climat, la culture. Mais nous nous demandons toujours si nous ne devrions pas retourner chez nous. Nous y pensons constamment. Je pense que cela est dû aux obstacles qui se



dressent sur notre route. Surtout quand on a une profession dans son pays. Un bon travail et des possibilités intéressantes. Quand on arrive au Canada, on se rend compte qu'il faut repartir à zéro et on se demande ce qu'on fait ici. C'est ce qui est le plus difficile. Lorsque les enfants viennent nous rejoindre et qu'il faut les élever, c'est encore plus dur, car non seulement on doit s'en occuper mais aussi surmonter les difficultés au travail. » (participante d'Edmonton, Alberta)

Les mères nous ont dit que cela les empêchait de faire ce dont elles avaient envie avec leurs enfants, de leur acheter ce qu'ils veulent, de passer du bon temps avec eux, parce qu'elles n'ont pas assez d'argent, qu'elles doivent travailler de longues heures, chercher un emploi ou suivre des cours de recyclage, de français ou d'anglais.

« Il y a mille choses que je voudrais faire. Mes enfants voient toutes sortes de publicités d'objets que je n'ai pas les moyens de leur offrir. Nous sommes cinq enfants et deux adultes dans ma famille. Même aller au restaurant coûte trop cher. » (participante de Toronto, Ontario)

« Je n'ai pas les moyens de leur offrir ce qu'ils veulent. Je n'ai pas d'argent pour les divertissements. Bien sûr que cela a des répercussions sur ma relation avec mes enfants! Ils ne sont pas heureux. Ils n'étudient pas et ne veulent pas aller à l'école parce que les autres élèves se moquent de leurs vêtements d'occasion. » (participante de Vancouver, Colombie-Britannique)

« Mon fils a besoin de moi, mais je n'ai pas assez de temps à lui consacrer. Le manque de temps est un problème pour tous les immigrants. [Je dois trouver] le moyen d'établir une relation solide avec lui malgré le relativement peu de temps que je passe avec lui. » (participante de Halifax, Nouvelle-Écosse)

Lorsque la pauvreté des mères et des familles est telle qu'elles ont de la difficulté à nourrir adéquatement leurs enfants, même les pratiques de base de l'attachement, comme nourrir ses enfants, sont menacées. Les familles n'ont peut-être pas les moyens de préparer les plats favoris de leurs enfants, qui est une façon de leur démontrer leur amour. Les mères essaient d'expliquer leurs difficultés à leurs enfants et de leur témoigner leur amour d'autres façons.

« Nous leur disons que nous les aimons mais n'avons pas les moyens de leur acheter ce qu'ils veulent. Je chante à ma fille, je joue avec elle et je lui parle doucement. Je lui dis " Quand j'aurai appris l'anglais et que j'aurai un travail, je t'achèterai des choses. " Je la prends dans mes bras et je l'embrasse. Je lui dis que je l'aime et que je voudrais lui faire plaisir mais que je n'ai pas l'argent. Je lui demande de me comprendre. » (participante de Vancouver, Colombie-Britannique)

Un de leurs plus grands regrets est de ne pas pouvoir retourner dans leur pays d'origine pour voir leur famille et permettre à leurs enfants d'établir des relations avec leurs grands-parents, oncles, tantes et cousins. Cette difficulté peut également être liée à leur statut d'immigrant au Canada.

« Toute ma famille vit en Iraq. Ma mère, mon père et mon frère me manquent mais je n'ai pas les moyens d'aller les voir. » (participante de Vancouver, Colombie-Britannique)



Si bien des mères doivent surmonter des obstacles de type économique, les immigrantes et réfugiées sont dans une situation particulièrement difficile. Leurs compétences et leur expérience ne sont pas reconnues au Canada mais elles n'ont pas les moyens d'étudier pour obtenir un diplôme reconnu, surtout si leur statut d'immigrante ne leur donne pas droit au soutien gouvernemental. Le coût élevé des services de garde d'enfants s'ajoute au coût des études, surtout si leur partenaire a lui aussi besoin de se recycler pour obtenir un emploi.

« Mon mari a fini ses études mais n'a pas de travail. Il a fait des demandes mais n'a pas encore réussi à trouver un emploi. Comme nous n'avons pas de parents proches, nous ne pouvons pas sortir sans les enfants. Les services de garde sont chers et je ne peux pas aller étudier pour perfectionner mes compétences et trouver du travail. » (participante de Toronto, Ontario)

B Racisme et discrimination

Outre les difficultés que posent la pauvreté et la discrimination systémique dont ils font l'objet dans la recherche d'un emploi correspondant à leurs compétences, les immigrants ont aussi abordé le racisme et la discrimination moins cachés qu'ils subissent.

« Ici, on est l'objet de racisme au travail parce qu'on ne parle pas la langue très bien ou, encore, on n'a pas l'emploi à cause de son accent. Même lorsqu'on est qualifié, peut-être même plus qu'un autre, on n'a aucune chance si on ne maîtrise pas parfaitement la langue. C'est un autre obstacle auquel on se heurte. » (participante d'Edmonton, Alberta)

« Au début, j'étais stressée parce que j'avais une fillette de deux ans, que mon mari était aux études et que je devais trouver du travail. En tant qu'immigrante, c'était très dur de me trouver un emploi. Même si j'avais obtenu mon diplôme au Canada et que je parle anglais, on me disait qu'on pouvait entendre mon accent. Dans ce temps-là, je ne connaissais pas bien le système canadien. » (participante de Halifax, Nouvelle-Écosse)

« Les gens ici ne sont pas chaleureux. Et ce qu'on appelle, vous savez, le racisme, eh bien, j'en suis souvent victime. » (participante de Fredericton, Nouveau-Brunswick)

Le racisme dont les immigrants et réfugiés sont victimes a aussi un impact sur leurs enfants. Ces derniers peuvent voir leurs parents, qui sont normalement leurs protecteurs et leurs modèles, démoralisés. Il est très difficile pour les parents de transmettre à leurs enfants un sentiment de sécurité et d'estime de soi quand ils sont eux-mêmes traités comme des citoyens de seconde classe. De plus, les femmes interrogées ont clairement dit que leurs enfants étaient victimes de racisme et de discrimination à l'école et que leurs tentatives et celles de leurs enfants pour remédier à la situation n'étaient pas prises au sérieux.

« Mon fils fait l'objet de discrimination à l'école. L'enseignante ne l'écoute pas. Elle lui dit qu'il s'imagine des choses, que le racisme n'existe pas ici. Je lui ai dit que ce n'était pas le cas. Mon fils s'est battu avec un élève qui a



fait des commentaires racistes à son sujet et l'enseignante les a expulsés. D'autres élèves frappent mon fils et l'intimident. Je fais du bénévolat à l'école alors je suis témoin de ce qui se passe. Quand j'en parle à l'enseignante, elle ne fait rien. Mon fils a peur de lui parler, car elle lui dit " Ne parle pas à ta mère de ce qui se passe ici. Viens m'en parler à moi. " Il lui a répondu : " J'en parle à ma mère parce que vous ne me croyez pas ". L'enseignante me dit que je devrais le laisser résoudre seul ses problèmes. Je veux qu'elle écoute mon enfant. » (participante de Vancouver, Colombie-Britannique)

Les parents qui ont immigré au Canada à un jeune âge ont parlé du racisme dont ils ont fait l'objet dans leur enfance et du peu de soutien qu'ils ont reçu de leurs propres parents, qui n'avaient probablement jamais eu à faire face à ce problème dans leur jeunesse. Leurs parents ne savaient pas comment les aider à faire face au racisme et, par conséquent, ils n'ont pas appris de stratégies pour soutenir leurs propres enfants.

« Je suis chez moi au Canada mais je me sens encore distante. Nous étions la deuxième famille d'Amérique latine en Alberta. Il était dur d'être accepté à l'école. Il y avait toujours des différences. C'était une question de race. Je n'ai jamais questionné les gestes de ma mère. Elle était très ferme avec nous. Je n'étais pas attachée à la société. J'étais davantage touchée par ce qu'elle nous disait. Je savais que nous étions différents d'eux. Mais [il est difficile de ne pas se sentir] accepté. Les gens ne voient pas vos forces. Ma mère ne parlait pas de ses propres difficultés à s'intégrer. Je l'aurais aidé si elle m'en avait parlé. Elle nous disait de les ignorer. » (participante d'Edmonton, Alberta)

C Non-reconnaissance des pratiques efficaces d'attachement

Outre les défis que doivent surmonter les parents et familles nouvellement arrivés en raison de la pauvreté, du racisme et de la discrimination, la non-reconnaissance de leurs pratiques d'attachement efficaces par la société dominante peut compromettre leur capacité à maintenir ces pratiques. À mesure que diminue leur estime de soi, les immigrants et réfugiés peuvent laisser tomber leurs pratiques d'attachement efficaces sans pour autant les remplacer par d'autres pratiques équivalentes. Cela nuit à leurs relations avec leurs enfants ainsi qu'à la formation d'un lien d'attachement sécurisant chez ces derniers. Cette menace est d'autant plus grande chez les enfants qui ont vécu la migration et le rétablissement, et ont davantage besoin de l'attention de leurs parents.

« Les programmes d'éducation parentale ont une approche paternaliste. Ils veulent nous instruire plutôt que de nous donner des moyens de se prendre en mains. On nous dit quoi faire sans tenir compte des facteurs culturels. C'est très destructeur. Les gens finissent par croire qu'ils n'agissent pas comme il faut et que leurs parents ne les ont pas bien élevés. Les gens arrivent ici et essaient de s'adapter en laissant tomber des méthodes éprouvées pour établir des liens avec leurs enfants. Cela crée un fossé dans la relation par-



ents-enfants. Si les parents n'arrivent pas à conserver un système de valeurs au sein de la famille, le fossé se creuse encore davantage jusqu'à ce que parents et enfants prennent des chemins différents. De par leur nature, les enfants s'assimilent pour être acceptés dans la culture dominante. Ils se sentent différents et essaient de changer les habitudes de leur foyer. Cela crée des conflits. Personnellement, je trouve cela très difficile. » (participante de Halifax, Nouvelle-Écosse)

D Stress au sein de la famille

« Les enfants ressentent le stress, quelle que soit la source de stress pour les parents... Même si les sources de stress sont différentes pour les parents, les enfants en subissent les répercussions. »

« Nous ne pouvons pas envoyer les enfants chez des parents lorsque nous sommes stressés. Nos enfants subissent notre stress. » (participante de Fredericton, Nouveau-Brunswick)

Le processus de migration peut être stressant pour l'enfant, surtout si ses parents ou fournisseurs de soins sont incapables d'être présents sur le plan affectif en raison du stress qu'ils subissent eux-mêmes. Un trop grand stress ou le peu de disponibilité de la figure d'attachement peut pousser l'enfant à percevoir l'environnement comme dangereux et à se percevoir lui-même ou les autres comme impuissants devant ces dangers. Cela peut nuire à sa curiosité exploratoire, à son sentiment de sécurité, à sa confiance en sa propre capacité à faire face aux exigences de son environnement et à sa confiance dans les autres personnes importantes de sa vie. Cela touche l'enfant dans tous les aspects de son développement.

E Violence à l'endroit des femmes

La violence est le terrible lot de centaines de milliers de femmes de tous les milieux, au Canada et partout dans le monde. Il n'est donc pas surprenant que la question de la violence conjugale ait été soulevée lors des entrevues auprès des femmes, surtout compte tenu du stress de leur situation de vie. Si d'une culture à l'autre, les femmes composent de façon différente avec la violence qui leur est faite, il n'en demeure pas moins que cela est une réalité malheureusement universelle. La violence à l'endroit des femmes existe dans toutes les cultures, toutes les classes socio-économiques et toutes les religions. Toutes les femmes victimes de mauvais traitements doivent surmonter des obstacles pour quitter un partenaire violent : fatigue causée par l'humiliation quotidienne, honte, inquiétude quant à l'avenir de leurs enfants, manque de logement ou de services de garde à prix abordable, inégalités sur le marché du travail. D'autres barrières se lèvent aussi pour les immigrantes, notamment la peur de l'intervention de la police en raison du racisme qui existe au Canada ou de la persécution vécue dans leur pays d'origine, la peur de la déportation, la peur de la réaction de leur communauté et, chez certaines, la croyance absolue en l'institution du mariage. Les femmes qui nous ont parlé ont



insisté sur la difficulté d'apporter des changements et s'inquiétaient de l'influence des mauvais traitements sur leur aptitudes parentales.

« Mon plus vieux se souvient des accès de violence de mon mari. Il a très peur. Il dit qu'il va me protéger. J'étais très inquiète des répercussions sur les enfants, alors j'ai pris part au programme parental COPE. Je savais bien que je ne devais pas élever la voix devant les enfants, mais je le faisais quand même. Le programme m'a aidée. Je m'inquiète parce que j'ai peur que mes enfants manquent d'amour et d'affection. Je veux ce qu'il y a de mieux pour eux. » (participante de Toronto, Ontario)

F Violence envers les enfants

La violence à l'endroit des enfants est un sujet lourd d'émotions et, par conséquent, délicat à aborder. Pourtant, la plupart des mères et des fournisseurs de service interrogés ont abordé le sujet, même si aucune question directe ne leur avait été posée à ce propos. Bon nombre étaient las des présomptions systémiques racistes et discriminatoires voulant que la violence soit le lot de toutes les familles d'immigrants et de réfugiés. Dans de nombreuses familles, les enfants brandissent la menace d'appeler les autorités si leurs parents leur disent simplement quoi faire, et les autorités sont davantage enclines à accepter les accusations de violence parce qu'ils sont de nouveaux arrivants. Certains ont admis que dans leur culture, discipliner physiquement les enfants est socialement accepté. Ils comprennent toutefois que cela n'est pas considéré acceptable au Canada et veulent apprendre d'autres méthodes de discipline.

Les femmes qui ont dit avoir des problèmes de violence dans leurs relations adultes ont aussi parlé d'expériences négatives d'attachement durant leur enfance. Elles ont fait mention de la difficulté de briser le cycle de la violence qui se perpétue de génération en génération et du peu de soutien qu'elles ont eu à cet égard.

Ceci étant dit, il est très important de souligner que les enfants sont un groupe vulnérable qui a besoin d'être protégé. La violence compromet la formation d'un attachement sécurisant durant la petite enfance et a donc des effets à long terme sur la santé mentale des enfants. La violence à l'endroit des enfants n'existe pas que dans les familles d'immigrants et de réfugiés; elle existe dans toutes les cultures et n'est jamais acceptable. Les cas de violence envers les enfants requièrent une intervention, mais pour être efficace, cette intervention doit tenir compte du contexte culturel et de l'expérience de migration de la famille. Les programmes doivent également mettre l'accent sur la prévention de la violence en prenant en considération le contexte de vie complexe des familles immigrantes et réfugiées.

G Manque de soutien informel

Comme il a été mentionné à maintes reprises dans la présente boîte à outils, les immigrants et réfugiés doivent souvent relever de nombreux défis sans le soutien de leur famille étendue et de la communauté qui leur est familière. Bon nombre ont laissé derrière eux des membres de leur famille



et des amis qui sont restés dans leur pays d'origine ou ont été victimes de la guerre. Les familles et les amis sont souvent disséminés aux quatre coins du monde ou du Canada.

« Seulement ma famille peut m'apporter du soutien. Je me souviens quand j'ai eu ma fille, ma famille, ma sœur, mes amis sont venus... cela m'a beaucoup aidée. Ma sœur, mes amis sont venus... j'étais très heureuse. » (participante de Halifax, Ontario)

« Dans votre pays d'origine, vous avez votre famille étendue, mais ici, vous êtes seule. Là-bas, les membres de ma famille prenaient soin de nos enfants. Ici, il faut une gardienne et nous n'avons pas d'argent. » (participante de Vancouver, Colombie-Britannique)

Les familles qui essaient d'établir un nouveau réseau social pour remplacer celui qu'elles ont perdu trouvent que cela est difficile et prend du temps.

« Il est difficile de repartir à neuf. Nous formons uniquement des amitiés avec des gens qui parlent notre langue. Il est important d'avoir des amis. Nous voulons nous faire d'autres amis, mais nous sommes effrayés. Il est difficile pour un adulte de nouer des amitiés au Canada. Au bout de quelques années, on y parvient, mais ce n'est pas comme dans votre pays où vous connaissez vos amis depuis l'enfance. Nous ne nous sentons pas en sécurité ici parce que nous ne connaissons pas les gens depuis longtemps, même ceux qui partagent notre culture ou notre langue. » (participante de Vancouver, Colombie-Britannique)



Méconnaissance des services de soutien formel

Les mères ont dit ne pas connaître les programmes ou services disponibles ou savoir comment y avoir accès. Bon nombre viennent de pays où de tels programmes et services de soutien n'existent pas. D'autres n'en avaient pas besoin dans leur pays, car elles parlaient la langue, connaissaient le système et n'avaient peut-être pas à composer avec la pauvreté ou le chômage.

« Les gens ne savent pas grand chose de la MISA (Metropolitan Immigrant Settlement Association). Je ne savais pas que cette association existait avant qu'une amie me dise " je vais à la MISA ". Je lui ai demandé ce que c'était. Elle m'a répondu qu'elle y suivait des cours d'anglais. Moi, je n'avais pas besoin de cours d'anglais, alors un an s'est écoulé avant que j'y aille. Plus tard, je me suis rendu compte que la MISA pouvait m'aider sur plusieurs plans, pour obtenir un emploi, pour mieux connaître le pays, ses lois et règlements, pour obtenir des ressources et ... pour utiliser mon potentiel. » (participante de Halifax, Nouvelle-Écosse)



1 Gêne à recourir aux services de soutien formel

Même lorsqu'ils sont au courant des services de soutien disponibles au Canada, les nouveaux arrivants se sentent souvent mal à l'aise d'y recourir pour des problèmes « familiaux ».

Le concept de counseling est souvent nouveau pour eux puisque dans leur pays d'origine, on n'a pas recours à des « étrangers » pour parler de questions personnelles et obtenir du soutien. Les femmes peuvent se sentir encore plus mal à l'aise d'avoir recours à des services pour un problème de violence.

« Chez nous, on ne va pas parler de nos problèmes avec des personnes qui se spécialisent dans ça. On parle à notre famille, à nos amis. » (participante de Hamilton, Ontario)

Comme dans leur pays d'origine, des membres de la famille ou des amis prenaient habituellement soin de leurs enfants, beaucoup de femmes se sentent mal à l'aise de confier leurs enfants à des étrangers.

« On ne se faisait pas de souci chez nous parce que notre mère, notre soeur ou notre tante s'occupait des enfants. Ici, il faut les laisser à des étrangers et c'est très difficile. » (participante d'Edmonton, Alberta)

Stratégies de soutien

Le soutien informel offert par la famille, la famille élargie, les voisins et les membres de la communauté est, pour bon nombre des personnes interrogées, plus utile et plus important que le soutien formel. Elles se sentent également plus à l'aise d'y recourir. Malheureusement, la plupart de ces personnes sont sans famille élargie ni amis proches au Canada, sans compter qu'elles ont souvent vécu ou vivent encore le stress de la migration et du rétablissement. Pour alléger leur fardeau, ces personnes ont besoin de davantage de soutien formel qui reprend les caractéristiques du soutien informel perdu.

Le soutien doit aborder les facteurs de stress associés à la migration et au rétablissement sous forme de counseling, d'aide à la recherche d'emploi ou même simplement de groupes informels permettant aux femmes d'entrer en contact, de partager leurs problèmes et leurs joies et de rebâtir le réseau social qu'elles ont perdu. Les parents immigrants et réfugiés ont besoin d'un soutien qui ne condamne pas leur façon de faire, mais plutôt respecte et reconnaît leurs méthodes efficaces d'éduquer leurs enfants et de favoriser l'attachement.

Les organismes peuvent répondre aux besoins des mères, familles et communautés immigrantes et réfugiées en les aidant à surmonter les défis de taille inhérents à la promotion de l'attachement dans un contexte de vie différent de celui qu'elles ont connu, et en s'inspirant de la force avec laquelle elles maintiennent leurs valeurs et leurs pratiques positives d'attachement tout en intégrant de nouvelles façons de faire les choses.



Les stratégies de soutien devraient avoir pour but principal de : a. créer des programmes et des milieux englobants, b. créer un milieu empreint de soutien; c. favoriser le sentiment d'appartenance, d. aller au-devant des mères et des familles.

A Créer des programmes et des milieux englobants

Il est très important de créer des programmes et un milieu englobants pour soutenir et promouvoir des pratiques d'attachement interculturelles efficaces. Voici quelques suggestions concrètes.

- Renseignez-vous sur la culture des clients et la langue qu'ils parlent le plus souvent à la maison. Lorsqu'un poste devient vacant, essayez de le combler de façon à accroître le nombre de langues parlées par le personnel. Vous pourrez combler les lacunes en ayant recours à des services professionnels d'interprétation ou de traduction.
- Offrez dans plusieurs langues des services de santé (information, ressources, programmes, promotion et éducation) adaptés à la culture.

Les programmes et la documentation sur la santé doivent être non seulement offerts dans la langue de la clientèle cible mais aussi adaptés aux comportements et contexte particuliers des différentes cultures. L'embauche de personnel ayant une connaissance de différents antécédents culturels aidera à mieux comprendre les différents cadres de référence et à les intégrer dans les programmes. Ces éléments essentiels à l'accessibilité doivent être pris en compte au moment de l'établissement des budgets et de la conception des programmes.

- Élaborez et offrez des programmes qui encouragent l'entraide et facilitent les échanges interculturels
- Encouragez l'animation conjointe d'ateliers et d'activités par des membres de la culture dominante et des groupes ethniques, raciaux et culturels minoritaires.
- Inspirez-vous des compétences parentales que les familles ont acquises au sein de leur culture.

Les fournisseurs de services nord-américains se basent sur des modèles de développement de l'enfant valables et acceptés en Occident, mais les parents qui viennent d'autres parties du monde ont eux aussi leurs propres modèles fondés sur une longue tradition. Un échange réciproque entre parents peut être très enrichissant et bénéfique pour les enfants.

- Efforcez-vous de célébrer les différences et de communiquer aux personnes qui ont recours aux services la nécessité de partager et d'embrasser diverses pratiques d'attachement.
- Animez des activités, discussions et séances d'information de groupe pour sensibiliser davantage les participants aux sujets suivants :
 - le sens du rôle parental
 - la signification du chez-soi
 - le rétablissement dans une nouvelle société
 - les différences et les similarités intergénérationnelles



- l'éducation des enfants au Canada
- l'expérience de la migration
- Élaborez des activités fondées sur les pratiques utilisées par les participants à l'étude, par exemple en ce qui concerne :
 - la lecture et les chansons
 - le transport des jeunes enfants
 - le toucher et les marques d'affection
 - le sommeil
 - l'écoute
 - le jeu
 - l'enseignement

Voici des exemples concrets d'activités.

- Fournissez du matériel qui met en scène différents types de famille, y compris des familles monoparentales ainsi que des exemples où la famille étendue joue un rôle important.
- Offrez des services de garde et de transport gratuits aux familles à faible revenu.

Des services de garde gratuits peuvent faire la différence entre l'accessibilité et l'inaccessibilité des services. Que les services soient offerts en milieu rural ou urbain, le transport constitue aussi un facteur très important de participation aux programmes. Les nouveaux arrivants qui s'établissent initialement dans les grands centres urbains peuvent être intimidés par le transport en commun. Il

- La lecture et les chansons se prêtent particulièrement bien à la démonstration des pratiques d'attachement interculturelles. Les mères peuvent faire connaître les chansons et les histoires propres à leur culture, et l'animateur, celles qui appartiennent à la langue française ou anglaise.
- Demandez aux femmes d'apporter un article ou un vêtement dont elles se servent (ou se servaient dans leur pays d'origine) pour transporter leurs jeunes enfants et de montrer aux autres participantes comment l'utiliser. Lors de sa mise à l'essai, cette activité a été très facile à organiser et les femmes y ont spontanément participé. Elles étaient très intéressées à parler des différentes méthodes pour porter les enfants et à en apprendre de nouvelles.
- Demandez aux femmes qui pratiquent l'art du massage dans leur pays d'origine de faire une démonstration de leur technique aux autres participantes. Demandez-leur si elles appliquent cette technique pour répondre à des besoins particuliers chez les enfants et encouragez le groupe à discuter des différents avantages de chaque technique.



est donc important de fournir des cartes claires comportant des directions dans un français ou un anglais de niveau élémentaire. Les cartes produites dans la langue des nouveaux arrivants sont particulièrement utiles. Il en existe parfois sur le marché ou on peut les faire soi-même. Il est aussi utile d'accompagner les nouveaux arrivants, individuellement ou en groupe, sur les circuits de transport en commun pour leur montrer les principaux centres d'intérêt. Les programmes qui tentent de joindre les familles isolées doivent prendre en considération le coût du transport et prévoir l'achat de billets d'autobus ou de métro au moment d'établir le budget. Les visites au domicile per-



mettent d'établir une relation de confiance avec les familles et de mieux les connaître. Enfin, accompagner les parents lors de leur première visite aux autres organismes de services sociaux ou de santé est une autre façon importante de les aider à s'adapter à leur nouveau pays.

- Embauche et formez du personnel et choisissez des bénévoles provenant des communautés desservies plutôt que de vous fier uniquement sur les services d'interprétation.

Je suis ici parce que je suis bénévole pour le programme Changing Together. Les gens sont prêts à vous montrer où tout se trouve. Il n'y pas de barrière. Ailleurs, les gens se demandent si je sais ce que je fais. Ici, il y a des gens de partout. » (participante d'Edmonton, Alberta)

Pour offrir des services sociaux et de santé véritablement accessibles, il est essentiel que le personnel soit représentatif de la communauté qu'il dessert. Les nouveaux arrivants n'ont pas toujours l'expérience ou les compétences professionnelles requises pour travailler dans le domaine de la santé et des services sociaux au Canada. Plus souvent qu'autrement, cependant, il ont un bagage impressionnant qui n'est tout simplement pas reconnu ni valorisé. Il est primordial que les organismes investissent temps, argent et énergie pour mettre en place des pratiques d'embauche équitables.

- Offrez aux participants la possibilité de faire du bénévolat.

Il est important d'offrir aux immigrants et aux réfugiés la possibilité d'acquérir les compétences et l'expérience nécessaires pour participer aux décisions qui les touchent. Il est tout aussi important de fournir aux parents la possibilité de faire du bénévolat pour apprendre de nouvelles compétences et partager leur expérience que de leur offrir des services. Ils peuvent alors appliquer leur expérience de bénévoles pour obtenir un emploi où ils pourront faire profiter la communauté de leur profonde compréhension de la migration et du rétablissement.

« Je travaille auprès des communautés. J'ai commencé par suivre des cours de compétences parentales dans les haltes-accueil. J'ai tellement appris là-bas que j'ai décidé de prendre une part active dans la communauté. J'ai pris différents cours, par exemple le cours Nobody's Perfect pour les animateurs. J'ai aussi pris un cours sur la prévention de la violence conjugale au sein de la communauté hispanophone. On se sent vraiment bien quand on peut faire quelque chose pour la communauté. Je comprends ce qu'ils ressentent quand ils arrivent ici et se retrouvent sans soutien parce que j'ai vécu la même chose. C'est merveilleux de pouvoir aider, mais comme je l'ai dit, c'est un processus. Quand on est prêt, on peut aider ses amis, sa famille et sa communauté. » (participante de Toronto, Ontario)

- Mettez en place une politique de non-discrimination pour le personnel, les bénévoles et les participants des programmes.

Si votre organisme n'a pas encore adopté de politique de non-discrimination, consultez les membres du personnel, les bénévoles et les participants des programmes pour élaborer une politique qui reflétera votre contexte unique. Inspirez-vous des politiques mises en place par d'autres organismes comme point de départ.

- Affichez votre dans différentes langues et expliquez-en le contenu aux participants des programmes.



Affichez un énoncé qui explique votre politique en termes clairs, en français, en anglais et dans les autres langues parlées dans la communauté. Présentez votre politique aux participants de tous les programmes, des services de counseling individuel aux ateliers de groupe. Lorsque l'occasion se présente, rappelez poliment aux gens la politique et expliquez-leur en quoi elle consiste. Relevez les perceptions, commentaires, expressions ou comportements qui peuvent être discriminatoires ou préjudiciables. Cela permet de créer un milieu sûr pour tous.

Voici un exemple concret sur la façon de relever des commentaires désobligeants.

- Faites le point sur les incidents discriminatoires dans les réunions du personnel.

Au début de chaque réunion du personnel, donnez la chance aux membres de faire part de tout incident discriminatoire dont ils ont été victimes ou témoins au travail ou dans la communauté. Cela leur donne la possibilité de se faire entendre et également de se rendre compte de la fréquence et de l'étendue des comportements discriminatoires. Éventuellement, les membres du personnel pourront en venir à chercher le soutien du groupe ou à lui demander des suggestions sur la façon de réagir si un autre incident similaire se produisait.

- Si quelqu'un se met à chanter un air raciste appris durant l'enfance, essayez d'en découvrir l'origine et les répercussions sur les personnes visées. Encouragez les participants à exprimer leurs émotions ou pensées de différentes façons sans dénigrer, offenser ni mépriser différents groupes. Les femmes peuvent s'inspirer de ces discussions pour faire comprendre à leurs enfants qu'ils ont le droit de se sentir en sécurité et bien dans leur peau, dans leur foyer, dans leur communauté et dans leurs rapports avec leur culture et leur sexualité.



- Organisez des ateliers de non-discrimination au sein de votre organisme.

Demandez aux membres du personnel d'animer à tour de rôle, pour le bénéfice de leurs collègues, des ateliers sur certaines formes de discrimination, comme le racisme ou l'homophobie. En plus de favoriser la croissance et l'apprentissage du personnel, ce genre d'ateliers peuvent aider certains membres à exorciser des expériences passées de discrimination qui ont été douloureuses. En outre, il peut en ressortir d'importantes stratégies d'intervention pour faire face à la discrimination. Vous pouvez aussi recourir à un animateur externe si le personnel le désire. Lorsque ces ateliers auront été mis sur pied auprès du personnel, songez à les offrir aux bénévoles et participants des programmes.

- Mettez en place un protocole de plainte officiel.

La création d'un environnement non discriminatoire est un processus long et ardu. Même ceux qui ont déployé de nombreux efforts pour parvenir à ce but et accompli d'importants progrès n'ont jamais tout à fait fini d'avancer et d'apprendre.

Mettez en place un protocole officiel de plainte auquel le personnel, les bénévoles et les participants des programmes pourront recourir s'ils sont victimes de discrimination au sein de l'organisme. Voyez tout plainte comme une occasion de réparer les dommages causés par des gestes discriminatoires et de prévenir des situations semblables à l'avenir.



B Créer des programmes et un milieu empreints de soutien

Il est important de créer des programmes et un milieu empreints de soutien en répondant aux besoins uniques des participants. Il faut aussi offrir des services de soutien affectif et de santé mentale dans un contexte interculturel, tant sur le plan individuel que de groupe. Voici quelques suggestions pour y parvenir.

- Intégrez la relaxation dans vos programmes.

Parfois, les mères ont simplement besoin d'une occasion ou d'un endroit pour se détendre et mieux composer avec le stress chronique, l'anxiété, la douleur ou un traumatisme. Les femmes n'ont souvent pas le temps de penser à elles et de prendre soin d'elles. L'enseignement des techniques de relaxation dans un endroit sûr offrant des services de garde d'enfants peut être une composante très importante de vos activités. Un groupe de relaxation peut également être une porte d'entrée vers des services que les nouvelles arrivantes se sentent souvent mal à l'aise de rechercher (p. ex. counseling individuel).

- Incluez des services de relève aux parents à vos activités principales.

Puisque les mères ont souvent la responsabilité première des enfants, il est primordial de leur offrir des services de garde d'enfants pour qu'elles puissent avoir accès aux services sociaux et de santé. En offrant des services de garde gratuits à toutes les familles participantes, vous assurerez l'accès de tous les parents à vos programmes et services.

Les familles qui viennent d'arriver au Canada assument souvent sans répit leurs responsabilités parentales parce qu'elles n'ont pas de proches sur qui compter ou de réseau dans la communauté. Un répit à court terme et flexible permet aux parents de prendre un temps d'arrêt, de s'occuper d'eux-mêmes, de suivre un cours ou de rendre visite à des amis. Ce genre de soutien peut être salutaire dans la vie des familles nouvellement arrivées au pays.

Il est important de tenir compte de la nature des services de garde offerts et de la diversité culturelle du personnel, car les expériences vécues durant la tendre enfance ont des répercussions à long terme. Dans leur pays d'origine, les parents peuvent compter sur des membres de la famille ou de la communauté, qui partagent les mêmes valeurs, pour assumer une partie de la responsabilité de leurs enfants. Les parents doivent sentir qu'ils confient leurs enfants à des personnes un tant soit peu ouvertes à leurs croyances, valeurs et pratiques. Les enfants se sentent plus en sécurité si les soins qu'ils reçoivent en milieu de garde sont conformes à ceux de leur foyer. L'embauche de personnel représentatif de la diversité des enfants pris en charge est un moyen efficace d'offrir des soins compatibles avec leur culture. Il est important d'adopter cette stratégie ainsi que les autres recommandations de la présente section au moment de mettre sur pied des services de garde. Assurez-vous, par exemple, que le milieu et le matériel reflètent la diversité culturelle des enfants pour qu'ils sachent que leurs identités et cultures sont valorisées.



C Favoriser le sentiment d'appartenance

« Le sentiment d'appartenance est le pilier principal de la société et constitue un facteur très important dans l'épanouissement de la famille et de l'enfant. »
(participante de Vancouver, Colombie-Britannique)

Il est essentiel d'offrir aux immigrants et réfugiés un milieu chaleureux où ils se sentiront à l'aise et faire partie de leur nouvelle communauté pour assurer l'accessibilité des programmes et répondre aux besoins uniques des parents et familles qui ont perdu leur chez-soi et essaient de repartir à neuf. Voici des suggestions pour favoriser le sentiment d'appartenance des participants aux programmes.

- Offrez un milieu chaleureux et sûr.
- Affichez une mappemonde sur laquelle sera écrit, en plusieurs langues, « D'où venez-vous? », et demandez aux participants de mettre une punaise sur le pays qui les a vu naître.
- Affichez des tableaux, affiches et images de différentes parties du monde. Encouragez les participants à présenter leurs propres oeuvres ou celles de leurs enfants.
- Incluez la famille étendue dans vos programmes.
- Demandez aux participants des programmes d'apporter ou de recommander de la musique de leur pays d'origine que l'on peut écouter au cours de la journée et dans le cadre de programmes ou de célébrations.
- Soulignez ou célébrez les fêtes ou congés religieux qui ne font pas nécessairement partie de la religion chrétienne nord-américaine..
- Utilisez un calendrier multiconfessionnel et donnez la chance aux familles de partager leurs pratiques culturelles pour sensibiliser l'entourage et créer un lieu sacré multiconfessionnel.

D Aller au-devant des mères et des familles

Les familles immigrantes et réfugiées ne connaissent souvent pas les services qui sont offerts ou se sentent mal à l'aise d'y avoir recours. Étant donné que leur besoin de soutien formel est accru, il est essentiel d'inclure des services d'approche à ses activités. Voici quelques suggestions sur la façon de joindre les familles dans la communauté.

- Collaborez avec les communautés dans la zone desservie pour les sensibiliser aux programmes et services offerts et favoriser, par tous les moyens possibles, leur participation aux programmes. Cette collaboration peut prendre la forme d'un partenariat avec des dirigeants communautaires ou des organismes ethniques.
- Demandez aux représentants communautaires ce qui faciliterait la participation de leur communauté aux programmes et adaptez s'il y a lieu les programmes à leurs besoins.



Ressources sensibles aux réalités culturelles



«Notre organisme s'occupe des enfants et des familles de différents pays qui immigrent au Canada. C'est un défi stimulant et fascinant de découvrir les pratiques d'attachement de populations aussi diversifiées et d'en tenir compte dans notre travail.»

—fournisseur de services ontarien

Section V

Ressources adaptées à la culture

Cette section complète les renseignements fournis dans la boîte à outils en énumérant des sources supplémentaires d'information et de soutien. Même si nous avons tenté d'inclure des ressources provenant des quatre coins du pays, nous avons dû limiter les descriptions en raison de l'espace restreint et de la disponibilité des ressources. Cette liste n'est donc pas complète, mais il s'agit néanmoins d'un excellent point de départ. Elle suit l'ordre des sections de la boîte à outils et comporte les catégories suivantes : soutien aux programmes; théorie et recherche, vidéocassettes; sources d'information et de soutien supplémentaires.

I. L'attachement selon les cultures

Soutien aux programmes

Au Canada, cette boîte à outils constitue le seul document imprimé de soutien aux programmes du secteur des pratiques interculturelles d'attachement. De plus, il n'existe aucun programme de formation sur le sujet au Canada. La liste ci-après énumère diverses sources de formation sur l'attachement.

Crisci, Kussin and Mayer, Consultation, Counselling and Training

1881, rue Yonge, bureau 614

Toronto (Ontario) M4S 3C4

Tél. : 416 480-1611 Courriel : ckmadmin@ckmconsultation.com

Télé. : 416 480-2922 Site Web : www.ckmconsultation.com

Crisci, Kussin and Mayer Consultation, Counselling and Training est un cabinet privé unique en son genre qui réunit trois travailleuses sociales. Geraldine Crisci, Annette Kussin et Nancy Mayer ont décidé de combiner leurs nombreuses années d'expérience et leur savoir afin d'offrir des services de qualité supérieure dans les domaines du counseling, de la consultation et de la formation. Depuis l'inauguration de leur entreprise en 1997, elles ont donné des ateliers de formation à plusieurs organismes de Toronto, de l'Ontario et de l'ensemble du pays. Elles offrent à la fois des ateliers déjà structurés et des programmes de formation spécialement conçus pour des organismes particuliers. Leurs services de counseling, en particulier ceux qui concernent les traumatismes et le lien d'attachement, leur ont valu la reconnaissance et le respect de la collectivité. Grâce à leurs expériences et champs d'intérêt personnels, les trois associées peuvent répondre à une variété de besoins de formation, de consultation et de counseling.



Infant Mental Health Promotion Project (IMP)

a/s du département de psychiatrie

Hôpital pour enfants malades

555, av. University

Toronto (Ontario) M5G 1X8

Tél. : 416 813-6062 Courriel : rhonawolpert@sickkids.on.ca

Télé. : 416 813-5326 Site Web : www.sickkids.on.ca/imp

Les activités du projet Infant Mental Health Promotion (IMP) sont les suivantes : concevoir et mettre en œuvre des programmes de formation innovateurs à l'intention des fournisseurs de services de différentes disciplines; élaborer du matériel pédagogique et d'information sur le développement infantile et les relations parents-enfants; fournir des renseignements et du soutien aux fournisseurs de services; mettre au point des modèles et des ateliers de formation sur les interventions innovatrices et pratiques auprès des bébés et de leur famille à l'intention des travailleurs communautaires.

Right from the Start: An Attachment-Based Course for Parents

Right from the Start est un cours de huit semaines à l'intention des parents. Basé sur la théorie de l'attachement, il enseigne aux participants à décoder les signaux des nouveau-nés et à y réagir de façon réceptive. Le cours intègre également les connaissances actuelles sur l'acquisition de compétences parentales, l'éducation des adultes et la dynamique de groupes nombreux. Le but premier de Right from the Start consiste à améliorer les interactions parents-enfants afin de favoriser la formation d'un lien d'attachement sécurisant chez le nourrisson. On s'attend également à ce que la dynamique de groupe et les interactions avec d'autres participants aient des répercussions positives sur la vie des parents. Pour plus d'information, communiquer avec le personnel du projet Infant Mental Health Promotion à l'adresse ci-dessus.

Théorie et recherche

BOWLBY, J. *Attachement et perte, vol. 1 - L'attachement*, Paris, Presses universitaires de France, 1978.

BOWLBY, J. *Attachement et perte, vol. 2 - La séparation*, Paris, Presses universitaires de France, 1978.

BOWLBY, J. *Attachement et perte, vol. 3 - La perte*, Paris, Presses universitaires de France, 1984.

CASSIDY, J. et P.R. Shaver (éd.). *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications*, New York, The Guilford Press, 1999.

FRANKTMAN, M.G. « Immigrant Mothers. What Makes Them High Risk? » dans *Mothering Against The Odds: Diverse Voices of Contemporary Mothers*, Coll. C.G., J.L. Surrey et K. Weingarten (éd.), New York, New York, The Guilford Press, 1998.

HARWOOD, R.L., J.G. Miller et N.L. Irizarry. *Culture and Attachment: Perceptions of the Child In Context*, New York, New York, The Guilford Press, 1995.

LEVY, T.M. et M. Deans. *Attachment, Trauma and Healing*, Washington, DC, Child Welfare League of America, 1998.

MCCAIN, M.N. et J.F. Mustard. *Early Years Study: Final Report*, 1999.

REEBYE, P.N., S.E. Ross et K. Jamieson. *Analyse documentaire de la théorie de l'attachement parents-enfants et des pratiques interculturelles qui influencent la relation d'attachement*, 1999.



Vidéocassettes

A Simple Gift: Comforting your baby. 10 min.

Cette vidéocassette canadienne unique en son genre fournit des renseignements précis et bien documentés sur l'importance de la formation du lien d'attachement parents-enfants pendant la première année de vie des bébés. L'information est présentée en langage simple et facile à comprendre et s'accompagne d'exemples illustrant quand et comment répondre aux signaux de détresse d'un nourrisson afin de cultiver chez lui la confiance nécessaire pour explorer son environnement. Conçue avec soin par une équipe d'experts dans le domaine du développement infantile et de l'attachement parents-enfants, cette vidéocassette vise à optimiser les compétences des parents.

Pour commander la vidéocassette, s'adresser à :

Infant Mental Health Promotion Project (IMP)

a/s du département de psychiatrie

Hôpital pour enfants malades

555, av. University

Toronto (Ontario) M5G 1X8

Tél. : 416 813-6062

Courriel : rhonawolpert@sickkids.on.ca

Télec. : 416 813-5326

Site Web : www.sickkids.on.ca/imp

Sources d'information et de soutien supplémentaires

Institut canadien de la santé infantile (ICSI)

384, rue Bank, bureau 300

Ottawa (Ontario) K2P 1Y4

Tél. : (613) 230-8838

Courriel : cich@cich.ca

Télec. : (613) 230-6654 Site Web : www.cich.ca

L'Institut se consacre à la promotion de la santé et du bien-être des enfants et des jeunes au Canada. Pour ce faire, il produit un grand nombre de publications et de ressources à l'intention des parents et des professionnels de la santé. Le site Web de l'Institut comprend un catalogue des ressources et publications sur la santé et le développement infantiles, ainsi que sur les environnements considérés sécuritaires pour les enfants.

Enfant et famille Canada

Courriel : ghuot@cfc-efc.ca

Site Web : www.cfc-efc.ca

Enfant & famille Canada est un site Web canadien d'éducation publique unique en son genre. Cinquante-deux organisations canadiennes à but non lucratif se sont réunies sous la bannière Enfant & famille Canada dans le but de fournir de l'information de qualité et des ressources crédibles sur les enfants et les familles par le biais d'un site Web facile à consulter, qui inclut une bibliothèque virtuelle.

Global Childnet

Courriel : Gcnet@unixg.ubc.ca

Site Web : <http://edie.cprost.sfu.ca/gcnet/index.html>



Cet organisme se sert de l'Internet pour offrir un éventail de services en ligne et faciles d'accès liés à la santé infantile. On y trouve entre autres des bases de données et d'autres renseignements sur des questions touchant le bien-être

The Hincks-Dellcrest Centre/Institute

440, rue Jarvis

Toronto (Ontario) M4Y 1E1

Tél. : 416 924-1164 Courriel : info@hincksdellcrest.org

Télé. : 416 924-8208 Site Web : www.hincksdellcrest.org

Le centre Hincks-Dellcrest encourage la santé mentale optimale chez les nouveau-nés, les enfants, les jeunes et leur famille, de même que la création de communautés en santé. Il offre un vaste éventail de services liés à la prévention, à l'intervention précoce, au traitement en consultations externes, de jour ou en établissement et autres. Des activités de recherche, d'évaluation de programmes, d'éducation et de formation des professionnels de la santé mentale, jumelées au recours à des bénévoles, ajoutent une plus-value à ces services. L'institut Hincks-Dellcrest, organisme affilié établi en 1986, se consacre à enrichir les connaissances dans le domaine de la santé mentale des enfants, jeunes et familles, en plus de donner des ateliers avancés de formation aux professionnels déjà spécialisés en santé mentale infantile. Ressource accessible à l'ensemble de la collectivité, cet institut a un rayonnement national et international.

Investir dans l'enfance

Fondation Investir dans l'enfance

439, av. University, 18e étage

Toronto (Ontario) M5G 1Y8

Tél. : 416 977-1222

Télé. : 416 977-9655 Courriel : mail@investinkids.ca

Sans frais : 1 877 583-KIDS Site Web : www.investinkids.ca

Investir dans l'enfance est une fondation à but non lucratif qui vise à optimiser le développement social, affectif et intellectuel des enfants de moins de cinq ans. Par l'intermédiaire de la recherche, de la formation, de l'éducation et de la sensibilisation du public, cette fondation vise à améliorer la capacité de tous les Canadiens d'influencer positivement le développement affectif, social et cognitif de nos enfants les plus jeunes.

Au nom de nos enfants

3, av. Rowanwood

Toronto (Ontario) M4W 1Y5

Tél. : 416 413-0301 Courriel : voices@voices4children.org

Télé. : 416 413-1012 Site Web : www.voices4children.org

Le programme Au nom de nos enfants veille à ce que le public ait accès à des renseignements à jour, fiables et applicables sur les moyens de mieux répondre aux besoins des enfants. Il assure la liaison entre différentes organisations afin d'accroître leur capacité de relever globalement et collectivement les défis qui concernent les enfants.



II. Croyances, valeurs et pratiques

Soutien aux programmes

CLINE, K. *Chinese Massage for Infants and Children: Traditional Techniques for Alleviating Colic, Teething Pain, Earache and Other Common Childhood Conditions*, Inner Traditions International Ltd., 1999.

GRANJU, K.A. et B. Kennedy. *Attachment Parenting*, New York (NY), Pocket Books, 1999.

LAWRENCE, R.A. « Psychologic bonding » dans *Breastfeeding: A Guide for the Medical Profession* (3^e édition), Mosby, États-Unis, 1989.

LEBOYER, F. *Shantala, un art traditionnel, le massage des enfants*, Éditions du Seuil, 1996.

McCLURE, V.S. *Infant Massage - A Handbook for Loving Parents*, Bantam Books, 1989.

PRIYA, J.V. *Birth Traditions and Modern Pregnancy Care*, Rockport (MA), Element Inc., 1992.

SEARS, W. et M. Sears. *The Baby Book: Everything You Need to Know About Your Baby - From Birth to Age Two*, New York (NY), Little, Brown and Co, 1993.

WARDER-MORRISON, N., J. Anderson et E. Richardson. *Cross Cultural Caring: A Handbook for Health Professionals in Western Canada*, Vancouver (C.-B.), University of BC Press, 1990.

Théorie et recherche

AGNEW, T., J. Gilmore et P. Sullivan. *Perspective multiculturelle de l'allaitement maternel au Canada*, Ministère des travaux publics et services gouvernementaux Canada, 1997.

COULTER, J. *Benefits of Massage for Infants and Mothers*, IMPrint., 1999, vol. 25 (automne 1999), p. 6-9.

HARKNESS, S. et C.M. Super. *Parents' Cultural Belief Systems: Their Origins, Expressions, and Consequences*, New York (NY), Guilford Publications, 1996.

MACRAE, N.C., C. Stangor et M. Hewstone. *Stereotypes and Stereotyping*, New York (NY), Guilford Publications, 1996.

OKUN, B.F. *Understanding Diverse Families: What Practitioners Need to Know*, New York (NY), Guilford Press, 1998.

SMALL, M.F. *Our Babies, Ourselves: How Biology and Culture Shape the Way We Parent*, New York (NY), Anchor Books, 1998.

Vidéocassettes

L'importance du toucher : Un guide par étapes de massage pour bébés et monographie
Le toucher durant l'accouchement et la petite enfance : Aspects cliniques



Pour commander ces produits, s'adresser au :
Centre d'information de Johnson & Johnson
Services des relations extérieures
890, Woodlawn Road West
Guelph (Ontario) N1K 1A5
Tél. : 1 800 361-8068
Télec. : (519) 826-6205

Gentle Touch® Infant Massage. Emma Miller. 47 min.

Pour commander la vidéocassette, s'adresser à :
Gentle Touch Warehouse
1891 Goodyear Avenue, Suite 622
Ventura, CA 93003
Tél. : (805) 644-9272
Tél. sans frais : 1 888 448-9489 Courriel : gtw4us@aol.com
Télec. : (805) 644-7699 Site Web : www.iaim-us.com

Baby Massage: A Video for Loving Parents. Elly Leduc, R.N., CIMI. 65 minutes.

Basée sur le livre de Vimala McClure intitulé *Infant Massage: A Handbook for Loving Parents*, cette vidéocassette montre tous les mouvements normalement enseignés par un instructeur agréé pendant une série de cinq séances en classe. Elly Leduc, infirmière autorisée et instructrice agréée en massage des nouveau-nés, fait la démonstration de l'ensemble des mouvements sur un nourrisson plus âgé, massé dans un orphelinat de Calcutta de la naissance jusqu'à son adoption, à l'âge de quatre mois. On y apprend également à donner un massage apaisant et inspirant.

Pour commander la vidéocassette, s'adresser à :
Gentle Touch Warehouse
1891 Goodyear Avenue, Suite 622
Ventura, CA 93003
Tél. : (805) 644-9272
Tél. sans frais : 1 888 448-9489 Courriel : gtw4us@aol.com
Télec. : (805) 644-7699 Site Web : www.iaim-us.com

Sources d'information et de soutien supplémentaires

Association internationale du massage pour bébés

1309, rue Parc du Village
Orléans (Ontario) K1C 7B2
Tél. : (613) 830-6690 Courriel : jvyse@jve.on.ca
Télec. : (613) 830-8611 Site Web : <http://wellnet.ca/iaim-can.htm>

Organisme à but non lucratif, l'Association internationale du massage pour bébés s'est donné pour mission de promouvoir le toucher réconfortant et la communication par le biais de la formation, de l'éducation et de la recherche. De cette manière, les enfants, les parents et les autres fournisseurs de soins du monde entier se sentiront aimés, valorisés et respectés.



Représentants régionaux

Est de l'Ontario - Judy Denney, (613) 825-4537, jdenney@cyberus.ca
 Edmonton - Angela Rosenburg, (780) 432-0731, rosebarn@telusplanet.net
 Calgary - Linda Spath, (403) 283-8491.
 Colombie-Britannique - Janet Alred, (604) 224-5354, infantmassage@intouch.bc.ca
 Québec - Lynn Proulx, (613) 833-1779.
 Winnipeg - Trish Nyenyik, (204) 942-8496
 Oshawa - Riassa Chernushenko, (905) 782-0957

Ligue La Leche Canada

Ligue La Leche Canada
 C.P. 29
 18C Industrial Drive
 Chesterville (Ontario) K0C 1H0
 Tél. : (613) 448-1842 Courriel : laleche@igs.net
 Téléc. : (613) 448-1845 Site Web : www.igs.net/~laleche

Renseignements en français :

Ligue La Leche
 12, rue Quintal Charlemagne
 Québec (Québec) J5Z 1V9
 Chesterville (Ontario) K0C 1H0
 Tél. : (514) 990-8917 Courriel : laleche@cam.org
 Téléc. : (450) 582-3536

La Ligue La Leche est un organisme à but non lucratif, non confessionnel et d'envergure internationale qui donne information, encouragement et soutien aux mères intéressées par l'allaitement. Voici les numéros de téléphone des monitrices de la Ligue La Leche partout au Canada.

Maritimes	(902) 835-5522	Regina	(306) 584-5600
Montréal (anglais)	(514) 842-4781	Lethbridge	(403) 381-7718
Montréal (français)	(514) 525-3243	Calgary	(403) 242-0277
Ottawa	(613) 238-5919	Edmonton	(780) 478-0507
Toronto	(416) 483-3368	Vancouver	(604) 736-3244
Hamilton	(905) 385-6500	Victoria	(250) 727-4384
Winnipeg	(204) 257-3509	Bureau national	1 800 665-4324

WABA – World Association for Breastfeeding Action

PO Box 1200
 10850 Penang, Malaysia
 Tél. : 604-658-4816 Courriel : secr@waba.po.my
 Téléc. : 604-657-2655 Site Web : www.waba.org.br

WABA est un réseau d'organisations et d'individus qui sont convaincus que l'allaitement est un droit des enfants et des mères, et se consacrent à protéger, promouvoir et soutenir ce droit. Le site Web comprend une galerie de photographies montrant de mères d'origines diverses en train d'allaiter, des liens intéressants vers d'autres sites du monde entier se consacrant à l'allaitement et des renseignements dans huit langues (anglais, français, chinois, allemand, espagnol, italien, portugais et suédois).



III. Impact de la migration

Soutien aux programmes

GRUNOV, V. et S. Stoevel. Guide pour la planification par la collectivité : *Favoriser la collaboration des organismes pour mieux aider les nouveaux arrivants*, Citoyenneté et Immigration Canada, 1997.

Network Committee to Assist Survivors of War and Torture. *Comprendre la souffrance cachée : Préparation à fournir une aide initiale aux survivants de la guerre et de la torture*, Ottawa (Ontario), Association canadienne pour la santé mentale, 2000.

PRICE, K. (éd.). *Community Support for Survivors of Torture: A Manual*. Toronto (Ontario), Centre canadien pour victimes de torture, 1995.

WASTIE, S. « Comment soutenir les familles qui risquent de perdre leur langue maternelle », *Interaction* (été 1994).

Cadre pour une planification à visage humain

Le Cadre pour une planification à visage humain désigne un cours de formation élaboré par le Haut Commissariat des Nations Unies pour les réfugiés (UNHCR) en 1989. Axé sur la participation très active des apprenants, cet atelier de deux jours présente un cadre d'analyse qui sert à comprendre l'interrelation entre les rôles socioéconomiques des nouveaux arrivants et les changements qu'occasionnent leur départ du pays d'origine, arrivée dans un pays d'adoption et établissement éventuel au Canada. Une fois familiarisés avec ces facteurs, les groupes de parrainage et les fournisseurs de services peuvent planifier les interventions les plus appropriées pour favoriser l'intégration des nouveaux arrivants et prévenir, dans la mesure du possible, toute erreur coûteuse. La présentation du cadre d'analyse est suivie d'un examen de plusieurs études de cas afin de donner aux participants la chance de discuter, en petit groupe et en classe, des défis variés qui attendent les nouveaux arrivants au pays.

Pour de plus amples renseignements, communiquer avec :

Jasmina Stebelsky

Coordonnatrice

Tél. : (613) 520-2600, poste 1137 Courriel : jstebels@ccs.carleton.ca

Télec. : (613) 520-3676

Théorie et recherche

BEISER, M., F. Hou, I. Hyman et M. Tousignant. *Étude des nouveaux enfants immigrants qui grandissent en tant que Canadiens*, Direction générale de la recherche appliquée, Développement des ressources humaines Canada, 1998.

BEISER, M., A. Shik et M. Curyk. *New Canadian Children And Youth Study Literature Review*, Santé Canada, 1999..

CONSEIL CANADIEN DE DÉVELOPPEMENT SOCIAL. *Le progrès des enfants au Canada, 1999-2000*.

HARVEY, L. et J.L. Kunz. *Les jeunes immigrants au Canada*, Ottawa (Ontario), Conseil canadien de développement social, 2000.



HERMAN, J.L. *Trauma and Recovery: The Aftermath of Violence from Domestic Abuse to Political Terror*, New York (NY), Basic Books, 1992.

SANTÉ CANADA. *Recherche sur l'immigration et la santé au Canada : Un aperçu*, Ottawa (Ontario), Ministère des Travaux publics et des services gouvernementaux du Canada, 1999.

VAN DER KOLK, B.A., A.C. McFarlane et L. Weisaeth. *Traumatic Stress: The Effects of Overwhelming Experience on Mind, Body, and Society*, New York (NY), The Guilford Press, 1996.

WILLIAMS, C.L. et J. Westermeyer. *Refugee Mental Health in Resettlement Countries*. Washington, DC, Hemisphere Publishing Corporation, 1986.

Vidéocassettes

Le long parcours des immigrants :

une expérience à partager et trousse multimédia de formation

Citoyenneté et immigration Canada, Burnaby (C.-B.), Open Learning Agency, 2000.

Pour commander la vidéocassette, s'adresser à :

Site Web : www.walkamilecanada.com

Tél. : (604) 431-3210 ou 1 800 663-1653

Peut aussi être empruntée de :

Westcoast Multicultural and Diversity Services

Multicultural Canada. 1991. 25 min.

Écrit et produit par : Cathy Miller

Notes à l'intention des consultants et formateurs fournies par : Dawn Gordon, consultante en relations interraciales

Pour commander la vidéocassette, s'adresser à :

Unit C, 9005 Centaurus Circle

Burnaby, BC V3J 7N4

Tél. : (604) 420-3066

Télec. : (604) 420-3095

Peut aussi être empruntée de :

Westcoast Multicultural and Diversity Services

Essential Connections: Ten Keys to Culturally Sensitive Child Care. 1993

Far West Laboratory Centre for Child and Family Studies

Bureau of Publications, Sales Unit

California Department of Education

PO Box 271 Sacramento, CA 95802-0271

Tél. : (916) 445-1260

Peut aussi être empruntée de :

Westcoast Multicultural and Diversity Services



Sources d'information et de soutien supplémentaires

Affiliation of Multicultural Societies and Service Agencies (AMSSA), C.-B.

385 South Boundary Road
Vancouver, BC V5K 4S1

Tél. : (604) 718-2777 Courriel : amssa@amssa.org
Télé. : (604) 298-0747 Site Web : www.amssa.org

L'Affiliation of Multicultural Societies and Service Agencies (AMSSA) de la Colombie-Britannique est une coalition qui englobe plus de 80 organismes offrant des programmes multiculturels et des services d'établissement aux immigrants de toute la province. L'AMSSA milite en faveur d'une société juste et équitable qui valorise la diversité culturelle au Canada.

Conseil canadien pour les réfugiés

6839, rue Drolet, bureau 302
Montréal (Québec), H2S 2T1

Tél. : (514) 277-7223 Courriel : ccr@web.net
Télé. : (514) 277-1447 Site Web : www.web.net/~ccr

Le Conseil canadien pour les réfugiés est un organisme de regroupement sans but lucratif qui se voue à la défense des droits et à la protection des réfugiés au Canada et dans le monde, et à l'établissement des réfugiés et des immigrants au Canada. Ses membres sont des organismes impliqués dans l'établissement, le parrainage et la protection des réfugiés et des immigrants. Le Conseil est au service de ses membres pour leurs besoins en matière d'échange d'informations et d'expériences, et de défense des droits.

Fondation canadienne des relations raciales

4576, rue Yonge, bureau 701
Toronto (Ontario) M2N 6N4

Tél. : 1 416 952-3500 Courriel : info@crr.ca
Sans frais : 1 888 240-4936 Site Web : www.crr.ca
Télé. : 1 416 952-3326
Télé. sans frais : 1 888 399-0333

La Fondation canadienne des relations raciales s'est fixé comme objectif de contribuer à l'essor d'une société canadienne plus harmonieuse, qui admet les manifestations racistes de son passé et reconnaît la présence du racisme aujourd'hui. Elle s'engage à bâtir un avenir juste et équitable pour tous les Canadiens et toutes les Canadiennes.

Changing Together...A Centre for Immigrant Women

#103, 10010 - 107 A Ave
Edmonton, AB T5H 4H8

Tél. : (780) 421-0175 Courriel : changing@icrossroads.com
Télé. : (780) 426-2225 Site Web : www.icrossroads.com/~changing

Fondé en 1984, Changing Together est un organisme de bienfaisance à but non lucratif qui est géré et fréquenté par des femmes immigrantes. Il s'est donné pour mission d'aider les femmes et les familles immigrantes d'Edmonton et des environs à surmonter les obstacles personnels et systémiques qui les empêchent de participer pleinement à la société canadienne.



Projet Profils culturels

Centre AMNI

Faculté de travail social, Université de Toronto

246, rue Bloor O., bureau 100

Toronto (Ontario) M5S 1A1

Tél. : 416 946-3699 Courriel : u.george@utoronto.ca

Télé. : 416 978-7072 Site Web : www.cwr.utoronto.ca/cultural

Chaque profil culturel donne un aperçu de la vie et des coutumes du pays examiné. Bien que ces profils abordent certaines coutumes, ils ne couvrent pas toutes les facettes de la vie et peuvent ne pas s'appliquer dans la même mesure à tous les nouveaux arrivants originaires du pays. Chaque profil est disponible en version papier et en ligne.

Intégration-Net

Site Web : <http://integration-net.cic.gc.ca/>

Créé par Citoyenneté et Immigration Canada (CIC), Intégration-Net se veut un outil de communication d'information et de recherche pour faciliter le travail des Canadiens œuvrant dans le domaine de l'établissement des nouveaux arrivants. Il fournit aussi un moyen de favoriser l'échange, aux niveaux national et international, d'informations et d'idées sur les meilleures pratiques en matière de stratégie et de services d'intégration, et ce, afin que l'expérience de tous puisse être mise à profit.

Metropolis International

Site Web : www.international.metropolis.net

Site Web canadien : www.canada.metropolis.net

Le Projet international Metropolis coordonne un ensemble d'activités exécutées par des membres d'organisations de recherche et d'élaboration de politiques publiques qui partagent l'objectif d'améliorer les politiques sur l'immigration par l'application des résultats de la recherche universitaire. Ce projet vise à créer un réseau dynamique de chercheurs et de décideurs et à fournir à tous les paliers de gouvernement, organismes communautaires et entreprises des renseignements fiables pour étayer leurs politiques et leurs programmes.

The Ontario Coalition of Agencies Serving Immigrants (OCASI)

110, av. Eglinton O., bureau 200

Toronto (Ontario) M4R 1A3

Tél. : 416 322-4950 Courriel : generalmail@ocasi.org

Télé. : 416 322-8084 Site Web : www.ocasi.org

Fondé en 1978, l'OCASI représente un regroupement d'organismes de services aux immigrants et coordonne les solutions à leurs préoccupations et besoins communs. Organisme de bienfaisance enregistré, l'OCASI est dirigé par un conseil d'administration bénévole. Plus d'une centaine d'organismes communautaires ontariens figurent parmi ses membres.

World Education Services-Canada

45, rue Charles Street E., bureau 700

Toronto (Ontario) M4Y 1S2

Tél. : 416 972-0070

Télé. : 416 972-9004 Courriel : ontario@wes.org

Sans frais : 1 866 343- 0070 Site Web : www.wes.org



World Education Services (WES) est un organisme à but non lucratif offrant des évaluations exactes et fiables des programmes de formation suivis ailleurs qu'au Canada et aux États-Unis. Sa mission consiste à faciliter l'intégration des personnes formées à l'étranger au milieu du travail et aux établissements d'enseignement de leur pays d'adoption.

IV. Maintien de pratiques efficaces

Livres pour enfants

Voici une liste de livres pour enfants qui reflètent l'expérience des immigrants et des réfugiés.

ADOFF, A. *Black is Brown is Tan*, HarperCollins Publishers, 1992.

AJMERA, M. et R. Anna Versola. *Children from Australia to Zimbabwe. A photographic Journey Around the World*, Watertown (MA), Charlesbridge Publishing, 1997.

BERNHARD, E. et D. Bernhard. *A Ride on Mother's Back: A Day of Baby Carrying Around the World*, New York (NY), Gulliver Books/Harcourt Brace and Company, 1996.

CARPENTER, S. *Bounce Me, Tickle Me, Hug Me: Lap Rhymes and Play Rhymes from Around the World*, Toronto (Ontario), The Parent-Child Mother Goose Program, 1997.

CUMMINGS, P. *My Aunt Came Back*, Toronto (Ontario), HarperCollins Canada, 1998.

GILMORE, R. *A Gift For Gita*, Toronto (Ontario), Second Story Press, 1988.

JOHNSON, A. *Tell Me a Story, Mama*, New York (NY), Orchard Books, 1992.

KEENS-DOUGLAS, R. *Le mystère de l'île aux épices*, Toronto (Ontario), Annick Press Ltd, 1992.

MILORD, S. *Hands Around the World*, Williamson Publishing, 1992.

MUNSCH, R. *From Far Away*, Toronto (Ontario), Annick Press, 1995.

Soutien aux programmes

AD HOC COMMITTEE ON PARENTING IN A CULTURALLY DIVERSE SOCIETY. *L'art d'être parent dans une société multiculturelle : Un manuel à l'intention des animateurs*, Ottawa (Ontario), Société d'aide à l'enfance d'Ottawa-Carleton, 1995.

BERNHARD, J.K., M.L. Lefebvre, G. Ghud et R. Lange. *Paths to Equity: Cultural, Linguistic and Racial Diversity in Canadian Early Childhood Education*, Toronto (Ontario), York Lanes Press, 1995.

BROWN, D. *Mama's Little Baby: The Black Woman's Guide to pregnancy, childbirth, and baby's first year*, New York (NY), Plume Books, 1998.



CHANGING TOGETHER...A CENTRE FOR IMMIGRANT WOMEN. *Family Life and the Law in Canada: A Workshop Manual Dedicated to the Prevention of Violence Within Immigrant Families*, Edmonton (Alberta).

CHUD, G. et R. Fahlman. *Early Childhood Education for a Multicultural Society: A Handbook for Educators*, Vancouver (C.-B.), Pacific Educational Press, 1985.

CHUD, G. et R. Fahlman. *Honouring Diversity within Child Care and Early Education: An Instructor's Guide*, Vancouver (C.-B.), Ministry of Skills, Training and Labour, 1995.

COMER J.P. et A.F. Poussaint. *Raising Black Children - Two leading psychiatrists confront the educational, social, and emotional problems facing Black children*, New York (NY), Plume Books, 1992.

DOTSCH, J. *Non-Biased Children's Assessment Kit*, Willowdale (Ontario), Bias-free Early Childhood Services.

GONZALEZ-MENA, J. *Multicultural Issues in Child Care*, Toronto (Ontario), Mayfield Publishing Company, 1993.

GREEY, M. *Honouring Diversity: A Cross-Cultural Approach to Infant Development for Babies with Special Needs*, Toronto (Ontario), Centennial Infant and Child Centre, 1994.

HEWES, J., C. Massing et L. Singh. *Many Ways to Grow: Responding to Cultural Diversity in Early Childhood Settings*. Edmonton (Alberta), Alberta Association for Young Children, 1995.

HOUSTON, M.W. « Raconte-moi une histoire (et raconte-la moi encore une fois) : Appuyer la littératie (sic) pour les enfants d'âge préscolaire issus de familles bilingues », *Interaction* (printemps 1995).

KEATS, D.M. *Culture and the Child: A Guide for Professionals in Child Care and Development*, Toronto (Ontario), John Wiley and Sons, 1997.

MALLORY, B.L. et R.S. New (éd.). *Diversity and Developmentally Appropriate Practices: Challenges for Early Childhood Education*, New York (NY), Teachers College Press, 1994.

MANGIONE, P.L. *Infant/Toddler Caregiving: A Guide to Culturally Sensitive Care*, Sacramento (CA), California Department of Education, 1995.

METROPOLITAN IMMIGRANT SETTLEMENT ASSOCIATION (MISA), documentation utilisée lors des ateliers sur la sensibilisation à la violence familiale, Halifax (N.-É.).

WAXLER-MORRISON, N., J. Anderson et E. Richardson. *Cross-Cultural Caring: A Handbook for Health Professionals*, Vancouver (C.-B.), UBC Press, 1990.



WESTCOAST CHILDCARE RESOURCE CENTRE. *Towards Partnership: Multi-Language Resources for Families in Child Care*, 2000.

WESTCOAST MULTICULTURAL AND DIVERSITY SERVICES. *Welcoming Newcomer Families in Child Care Programs: Resource Package* (trousse d'accueil des nouveaux arrivants disponible en chinois, en persan, en khmer, en panjabi, en serbo-croate, en somali, en espagnol et en vietnamien), 1998.

YWCA du Canada. *Jouer avec les arcs-en-ciel: Un programme national de jeu pour les enfants réfugiés au Canada*, 1999.

Sources d'information et de soutien supplémentaires

Changing the Legacy: Trauma Survivors as Parents

Centre de santé des femmes St. Joseph's
30 The Queensway
Toronto (Ontario) M6R 1B5
Tél. : 416 530-6850 Courriel : kaldad@stjoe.on.ca
Télec. : 416 530-6629

Ce projet d'une durée de trois ans est mené conjointement par le Centre de santé des femmes St. Joseph's et le YWCA du Grand Toronto. Il a pour but d'examiner les répercussions multigénérationnelles des traumatismes psychologiques sur les familles à risque du quartier de Parkdale sud à Toronto. Ses composantes sont les suivantes : présentation et documentation écrite dans cinq langues, en langage simple; counseling pour les mères de familles victimes de traumatismes; intervention de groupe ou axée sur le jeu à l'intention des enfants; production d'un manuel de référence destiné aux fournisseurs de services.

Immigrant and Visible Minority Women Against Abuse

C.P. 6704
Ottawa (Ontario) K2A 0E0
Tél. : (613) 729-3145 Courriel : infomail@ivmwaa.com
Télec. : (613) 729-9308 Site Web : www.ivmwaa.ottawa.on.ca

Organisme communautaire établi dans la région d'Ottawa-Carleton, Immigrant and Visible Minority Women Against Abuse (IVMWAA) aide les immigrants et les membres des minorités visibles à éliminer toutes les formes de violence faite aux femmes. Pour accroître l'accès des femmes victimes de violence aux programmes réguliers et communautaires, cet organisme offre également un service d'intervention d'urgence adapté à la culture et un service d'interprétation.

'I Thought it Would be Better by Now': Parenting After Violence

Centre de santé des femmes St. Joseph's
30 The Queensway
Toronto (Ontario) M6R 1B5
Tél. : 416 530-6850 Courriel : kaldad@stjoe.on.ca
Télec. : 416 530-6629



Mis en œuvre dans quartier à risque et hétéroclite de Parkdale à Toronto, ce projet aide les femmes et les enfants de cette collectivité à composer avec les répercussions de la violence familiale et ses séquelles sur leurs relations réciproques. Il aborde des questions qui concernent particulièrement les communautés multiraciales et multiethniques de Parkdale et prépare une intervention communautaire et préventive pour tenter de rompre le cycle de la violence familiale.

Multilanguage Services

Calgary Public Library
616 MacLeod Trail SE
Calgary, AB T2G 2M2
Tél. : (403) 260-2694
Télec. : (403) 237-5393

Westcoast Multicultural and Diversity Services (WMDS)

3rd Floor, 210 West Broadway
Vancouver, BC V5Y 3W2
Tél. : (604) 709-8366 Courriel : wmds@wstcoast.org
Télec. : (604) 709-5622 Site Web : www.wstcoast.org

WMDS fournit des ressources, des renseignements et de la formation dans le but de promouvoir la mise en œuvre de programmes multiculturels, non racistes et impartiaux de soins aux enfants. Le WMDS encourage les tout-petits, leur famille et les personnes qui en prennent soin à valoriser la diversité culturelle et les droits de l'homme. Cet organisme favorise la lutte contre les préjugés et la discrimination fondés sur les capacités, l'âge, la classe sociale, la race, le langage, l'apparence, la culture, l'orientation sexuelle, la famille, la spiritualité ou religion et l'immigration récente dans un pays. Ses services sont offerts dans la région de Vancouver et dans toute la Colombie-Britannique.



L'attachement

L'ATTACHEMENT C'EST :

- le lien affectif entre les enfants et les personnes qui en prennent soin;
- l'expression de son affection envers les enfants et la réceptivité à leurs besoins.

Les familles et les communautés du monde entier ont différentes façons d'exprimer leur attachement. Nous pouvons tous apprendre les uns des autres.

Pourquoi l'attachement est-il si important?

- Il permet aux enfants d'exprimer leur affection, de se sentir en confiance et en sécurité.
- Il stimule la croissance et le développement des enfants.

COMMENT POUVONS-NOUS FAVORISER L'ATTACHEMENT?

Bébés

- Prenez, touchez et embrassez votre bébé plusieurs fois par jour.
- Tenez-le contre vous lorsque vous le nourrissez.
- Regardez-le dans les yeux et souriez-lui.
- Massez-le avec un peu d'huile. Assurez-vous d'avoir les mains chaudes.
- Lorsqu'il pleure, prenez-le dans vos bras. Il apprendra ainsi que vous l'aimez et que vous pouvez répondre à ses besoins.
- Chantez-lui des chansons. Il a besoin d'entendre souvent votre voix.
- Parlez-lui doucement. Il ne comprendra pas les mots que vous employez, mais aimera le son de votre voix.
- Transportez-le dans un porte-bébé lorsque vous faites d'autres activités. Il a besoin de proximité physique.

Jeunes enfants

- Lisez une histoire à votre enfant et assoyez-le sur vos genoux. Les bambins aiment les histoires qui ont des rimes et des illustrations colorées.
- Jouez à différents jeux et faites-vous rire tous les deux.
- Prenez aussi le temps de vous détendre ensemble. Bercez doucement votre enfant et chantez-lui des chansons apaisantes.
Serrez-le dans vos bras et embrassez-le. Les jeunes enfants ont besoin de se sentir aimés et en sécurité.
- Enseignez-lui de nouveaux mots en les répétant souvent. Encouragez votre enfant à répéter les mots après vous.
- Chantez des chansons. Faites jouer votre musique préférée et dansez avec votre petit.
- Soyez attentif à votre enfant et écoutez-le quand il parle.

Dans votre famille, que faites-vous pour
cultiver l'amour, la confiance et la sécurité?

l'amour c'est...

JOUER
ÊTRE AIMÉ
SE FAIRE CLINER



aujourd'hui... et pour demain

la sécurité c'est...

LE RÉCONFORT
L'APPARTENANCE
LA CONFIANCE



aujourd'hui... et pour demain

l'attachement c'est...

LE RESPECT
L'APPRENTISSAGE
L'ÉCOUTE



aujourd'hui... et pour demain