



Faciliter le choix éclairé des parents en matière de sommeil du nourrisson

Erica Goupil, SF, B.Sc., candidate au doctorat

13 mars 2023

Code Mentimeter: 8578 6257

Un mot sur moi

- Sage-femme**
 - 
 - 
 - 
- Professeure et étudiante**
 - 
 - 
- Mère**
 - 
 - 
 - Paul
 - Simon

Plan de la présentation

- ▶ Intentions de la présentation
- ▶ Sommeil du nourrisson: perspective des parents
- ▶ Séance d'échanges
- ▶ Période de questions et mutualisation

Intentions de la présentation

- ▶ Se rapprocher de l'expérience du parent
- ▶ Explorer les enjeux entourant l'exercice de la parentalité
- ▶ Proposer des pistes pour soutenir les parents

Le sommeil du nourrisson perspective des parents

Regards sur le sommeil du nourrisson



Adapté de Lacharité, Pierce, Callile, Baker & Pronovost (2015)

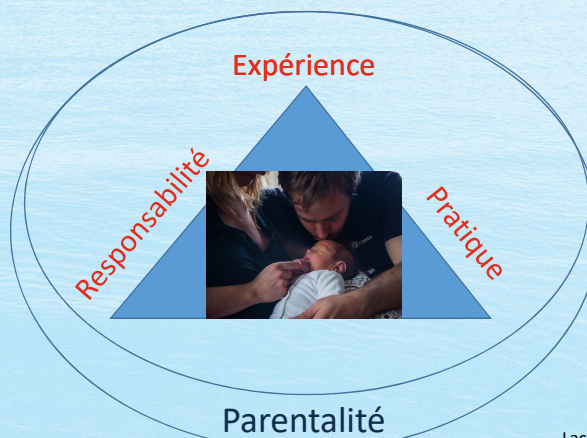
Le sommeil du nourrisson perspective des parents

Enjeux dans l'exercice de la parentalité

Responsabilité

Expérience

Pratique

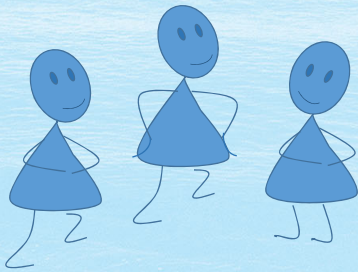


Lacharité, Pierce, Callile, Baker & Pronovost (2015)

Le sommeil du nourrisson perspective des parents

Enjeux dans l'exercice de la parentalité

Responsabilité



Expérience



Pratique



Lacharité, Pierce, Callie, Baker & Pronovost (2015)

Le sommeil du nourrisson perspective des parents

Enjeux dans l'exercice de la parentalité



Le sommeil du nourrisson perspective des parents

▲ Droit parental

« L'autorité parentale, c'est un ensemble de **droits** et **d'obligations** que les parents ont envers leurs enfants du jour de leur naissance jusqu'à l'âge de 18 ans. Grâce à l'autorité parentale, les parents **prennent les décisions** qui affectent le bien-être de leurs enfants.»

Consulté en ligne le 12 novembre 2022, à partir de <https://educaloi.qc.ca/capsules/lautorite-parentale/>

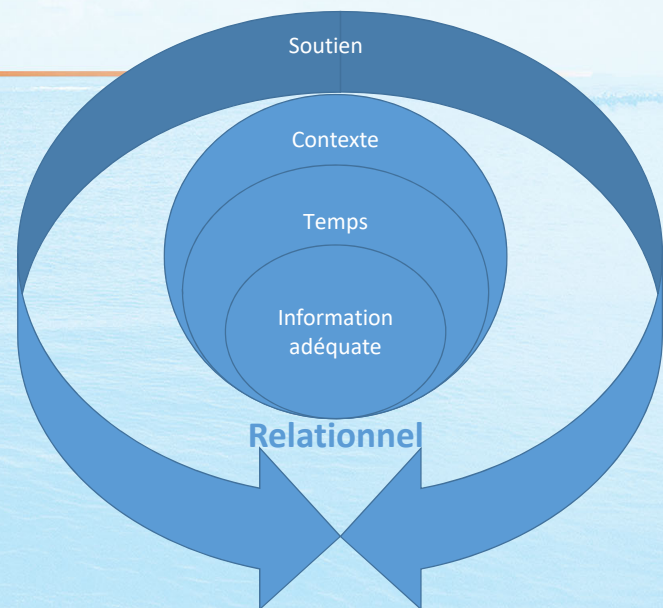
Le sommeil du nourrisson perspective des parents

▲ Faire un choix... éclairé!

«Pour prendre des décisions et faire des choix, l'information adéquate constitue une condition essentielle mais non suffisante. Elle favorise la possibilité de faire des choix, dans la mesure où elle est accompagnée d'une discussion. Cet exercice requiert du soutien et de l'ouverture.» (H. Vadboncoeur, 2004)

Le sommeil du nourrisson perspective des parents

Principes du choix éclairé



Le sommeil du nourrisson perspective des parents

L'arrivée de Sam

Yasmine et Mathieu, tous deux âgés de la trentaine, attendent leur premier enfant. Cette grossesse était profondément désirée et est survenue au moment idéal pour le couple : Mathieu a un travail stable dans la fonction publique et Yasmine travaille comme orthopédagogue dans une école primaire.

Le sommeil du nourrisson perspective des parents

La grossesse de Yasmine se déroule très bien, mais lorsque vient le moment de préparer la maison pour l'arrivée du bébé, Mathieu et Yasmine ne s'entendent pas du tout sur l'endroit où dormira leur enfant.

Le sommeil du nourrisson perspective des parents

Yasmine, qui a un antécédent de dépression majeur, s'inquiète grandement de manquer de sommeil après l'arrivée du bébé et voudrait faire du cododo pour réduire les périodes d'éveil dans la nuit.

Mathieu, pour sa part, est vertement contre le cododo. Ses sœurs, qui ont des enfants en bas âge, lui ont dit que c'était interdit à cause des risques de décès du bébé. Par ailleurs, il a très peur d'écraser le bébé parce qu'il sait qu'il a un sommeil très profond.

Le sommeil du nourrisson perspective des parents

Yasmine propose alors de trouver un lit fermé sur trois côtés qu'ils pourraient coller sur le leur afin de pouvoir allaiter sans avoir à se lever à chaque boire. Bien que Mathieu tienne aussi à ce que Yasmine allaite, il s'oppose d'abord à cette solution, qui n'est pas recommandée par Santé Canada en raison des risques que l'enfant reste coincé entre les deux lits.

Après plusieurs disputes à ce sujet, ils conviennent finalement de trouver un lit « de type cododo », que Mathieu fixe solidement à la base de leur lit.

Le sommeil du nourrisson perspective des parents

À 39 semaines de grossesse, Yasmine, qui désirait un accouchement naturel, donne finalement naissance à bébé Sam par césarienne après 20 heures de travail actif. L'initiation de l'allaitement se passe bien, mais l'adaptation des parents est des plus difficiles.

Le sommeil du nourrisson perspective des parents

Mathieu reproche à Yasmine de s'être épuisée en s'entêtant à vouloir accoucher naturellement.

Yasmine se sent coupable : elle doit réveiller Mathieu pour chaque mise au sein parce qu'elle n'arrive pas à se mobiliser avec Sam dans les bras.

Le sommeil du nourrisson perspective des parents

De retour à la maison, rien ne s'arrange pour la petite famille. Épuisé, Mathieu n'arrive plus à se réveiller pour les boires. Le lit de bébé fixé au leur empêche Yasmine de s'allonger dans le lit sans avoir très mal à sa plaie de césarienne.

Elle reste donc assise dans la chaise berçante avec Sam en peau à peau, puisqu'il hurle chaque fois qu'elle tente de le déposer.

Le sommeil du nourrisson perspective des parents

À votre arrivée au domicile, Yasmine vous semble en hypervigilance et Mathieu est évitant.

Séance d'échanges

▲ Échanges autour des questions suivantes:

- ▲ À la lumière des enjeux que vous percevez dans la situation de Yasmine et Mathieu, comment pourriez-vous les soutenir afin de trouver une solution adaptée à leur contexte pour le sommeil de Sam ?
- ▲ Quelles précautions seraient à prendre pour veiller à préserver l'équilibre précaire de cette famille ?
- ▲ Quels pourraient être les défis personnels et professionnels que vous pourriez rencontrer dans cette situation ?

▲ Un modérateur recueillera vos propositions

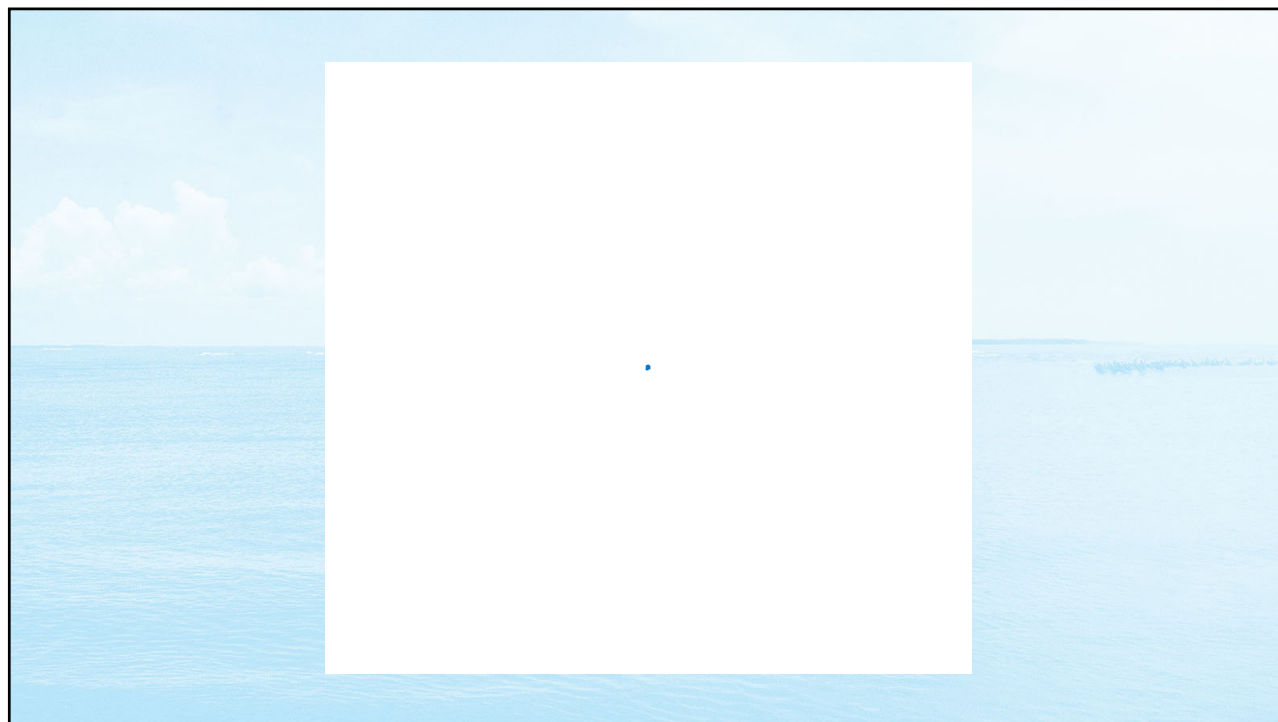
▲ Durée: 25 min.

Séance d'échanges

- ▶ À la lumière des enjeux que vous percevez dans la situation de Yasmine et Mathieu, comment pourriez-vous les soutenir afin de trouver une solution adaptée à leur contexte pour le sommeil de Sam ?
- ▶ Quelles précautions seraient à prendre pour veiller à préserver l'équilibre précaire de cette famille ?
- ▶ Quels pourraient être les défis personnels et professionnels que vous pourriez rencontrer dans cette situation ?

Période de questions et de mutualisation

- ▶ Quels liens pouvez-vous faire entre les intentions de la présentation et votre expérience de la période d'échanges?
 - ▶ Se rapprocher de l'expérience du parent
 - ▶ Explorer les enjeux entourant l'exercice de la parentalité
 - ▶ Proposer des pistes pour soutenir les parents



Bibliographie et crédit photo

- ▶ Balas-Chanel, A. (2013). *La pratique réflexive : un outil de développement des compétences infirmières*. Elsevier Masson.
- ▶ Bronfenbrenner, U. (1986). Ecology of the family as a context for human development : research perspectives. *Developmental Psychology*. 22 : 6, p. 733-742.
- ▶ Chamberland, G., Lavoie, L. & Marquis, D. (2003). *20 formules pédagogiques*. Presses de l'Université du Québec.
- ▶ Goupil, E., Lacharité, C., Gagnier, J.-P. et al.. (2021). L'exercice du dialogue intersectoriel pour le développement d'une éthique de la vulnérabilité : exemple de la formation Vulnérabilité et Familles, défis rencontrés à l'exercice de nos responsabilités. Dans *Vulnérabilités et familles*. Lacharité, C. & Milot, T. (dir.). coll. Les Cahiers du CEIDEF. Trois-Rivières : CEIDEF/ UQTR.
- ▶ Lacharité, C. & Gagnier, J.P. (2009) Introduction. Aller à la rencontre des familles. *Comprendre les familles pour mieux intervenir : repères conceptuels et stratégies d'action*. Montréal : Gaëtan Morin Éditeur, Collection Chenelière Éducation.
- ▶ Lacharité, C., Pierce, T., Calille, S., Baker, M. & Pronovost, M (2015). *Penser la parentalité au Québec : un modèle théorique et un cadre conceptuel pour l'initiative Perspectives parents*. Les cahiers du CEIDEF. N° 3. Trois-Rivières : CEIDEF/UQTR.
- ▶ Paul, M. (2016). *La démarche d'accompagnement : repères méthodologiques et ressources théoriques*. Louvain-la-Neuve : De Boeck Supérieur, 235 p.
- ▶ Vadeboncoeur, H. (2004). *La naissance au Québec à l'aube du troisième millénaire : De quelle humanisation parle-t-on?*. (Thèse de doctorat inédite). Montréal: Université de Montréal.
- ▶ Crédit photo diapo 7: Steeve Lapointe

