



Restitution de l'enquête « sommeil & rythmes de vie des jeunes enfants de 1 à 3 ans »

Introduction

Le Codes de Vaucluse, avec le soutien financier du Conseil général, a réalisé une enquête sur le sommeil et les rythmes de vie des enfants de 1 à 3 ans afin d'établir un état des lieux, un diagnostic partagé et développer un programme départemental sur ce thème auprès des professionnels de la petite enfance.

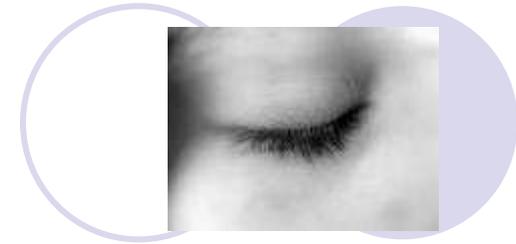
Cette enquête a été proposée dans tous les lieux d'accueil de la petite enfance soit 140 structures dans le Vaucluse.

Structuration de l'enquête



- **Le public concerné** : Les enfants de 1 à 3 ans
- **Qui a été interrogé** : Les professionnels de la petite enfance.
- **Quelles structures** :
 - Crèches (120 établissements dans le Vaucluse)
 - RAM (Relais Assistante Maternelle)
 - Lieux multi accueils, haltes garderies
- **Quand** : De mai 2011 à juillet 2011
- **Comment** : Un questionnaire par structure (envoyé par courrier) à remplir en équipe.

L'échantillon interrogé



- 53 assistantes maternelles
- 46 crèches
- 3 crèches familiales
- **17 lieux multi accueils**
- 5 haltes garderies
- 1 lieu multi accueil parental
- **TOTAL : 125 réponses**

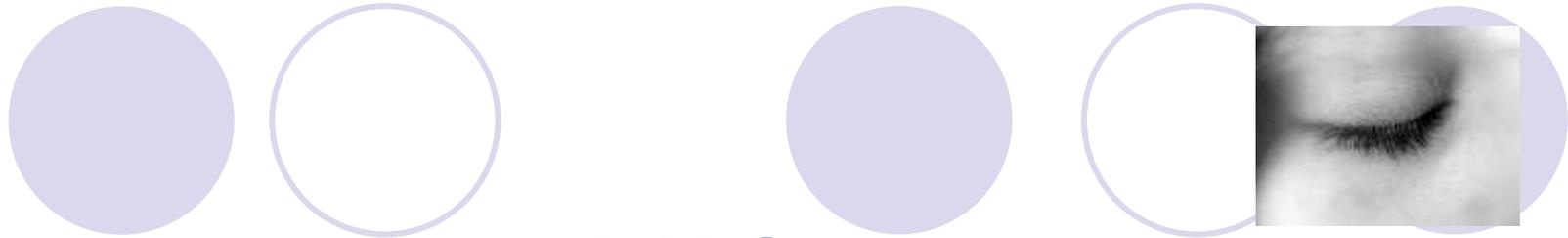
Etat des lieux de la prise en compte du sommeil dans les structures de garde

- La question du sommeil fait-elle partie de vos préoccupations professionnelles?
- **Majeure** : 114 réponses
- **Secondaire** : 6 réponses
- **N'en fait pas partie** : 3 réponses
- **Non réponse** : 2



2. Pourquoi ? : 116 réponses

- Pour le développement physique, psychomoteur, psychoaffectif, psychique et intellectuel de l'enfant : 39 réponses
- C'est Important : 20 réponses
- C'est primordial : 4 réponses
- C'est un besoin fondamental : 16 réponses
- Respect du rythme de l'enfant : 16 réponses
- Respect du bien-être et de l'équilibre de l'enfant : 22 réponses

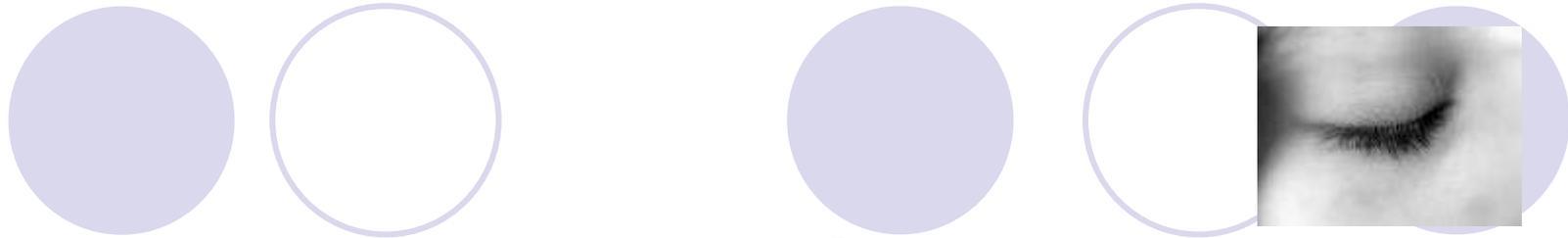


3. Avez-vous la possibilité, dans votre structure, d'organiser au mieux le respect des temps de repos de chaque enfant?

- **Oui** : 112 réponses
- **Non** : 13 réponses (Soit 9 crèches, 2 halte garderies, 2 multi accueils)

* Précisez (118 réponses)

- A.M : 1 chambre par enfant (27X)
- Enfant couché à son rythme (25X)
- Dortoir en fonction de l'âge (18X) + Dortoir par rythme de sommeil (1X)
- Adulte présent durant le temps de sommeil (16X)
- Respect des habitudes; des besoins de chacun (12X)
- Un seul dortoir (10X)
- Sommeil échelonné (10X)
- Même lit (11X), individualisé (4X)



4. Avez-vous pu mettre en place un environnement favorable au sommeil de chaque enfant?

- **D'un point de vue matériel :**

Oui : 109 réponses

Non : 15 réponses (Soit 10 crèches, 1 halte garderie, 1 A.M, 3 multi accueils)

Non réponse : 1

4. Avez-vous pu mettre en place un environnement favorable au sommeil de chaque enfant?



► Précisez : 112 réponses

- Lits individualisés : 42 réponses
- lits spécifiques : 20 réponses
- Objets de transition divers : 42 réponses
- Pénombre : 17 réponses
- Une chambre par enfant : 16 réponses A.M
- Maximum de silence : 9 réponses
- Dortoirs spacieux : 8 réponses
- Problèmes de dortoir: 7 réponses
- Trop d'enfants : 5 réponses
- Climatisation : 3 réponses
- Possibilité pour les parents de personnaliser le lit : 2 réponses



4. Avez-vous pu mettre en place un environnement favorable au sommeil de chaque enfant?

► D'un point de vue organisationnel et humain :

- **Oui** : 115 réponses
- **Non** : 8 réponses (soit 6 crèches, 1 multi Accueil parental, 1 multi Accueil)
- **Non réponse** : 2

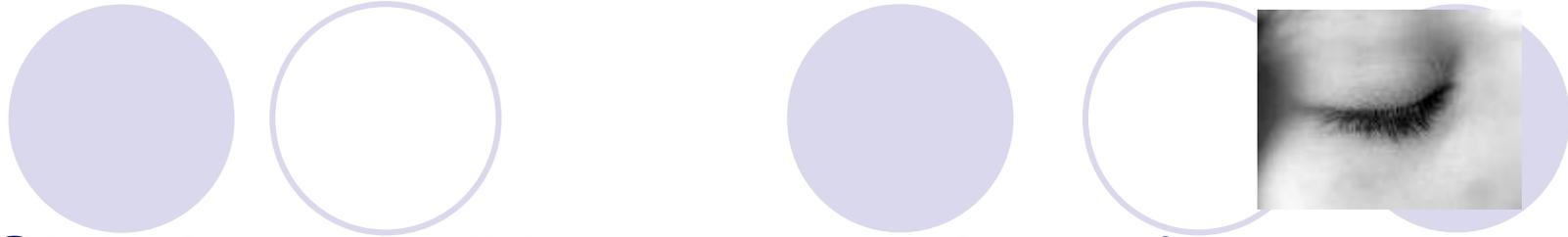
* **Précisez : 102 réponses**

- Personnel présent dans le dortoir : **37 réponses**
- Accompagnement à l'endormissement : **20 réponses**
- Respect du rythme : **20 réponses**
- A.M : journée organisée en fonction du besoin de sommeil avec des rituels : **8 réponses**
- Réveils échelonnés : **5 réponses**
- Dortoir dans la salle de jeux, il faut ranger les lits à chaque fois : **3 réponses**
- Travail en collaboration avec les parents, pas d'arrivée et de départ aux heures de sieste : **2 réponses**
- Planning de surveillance des siestes : **2 réponses**

Les difficultés repérées par les professionnels

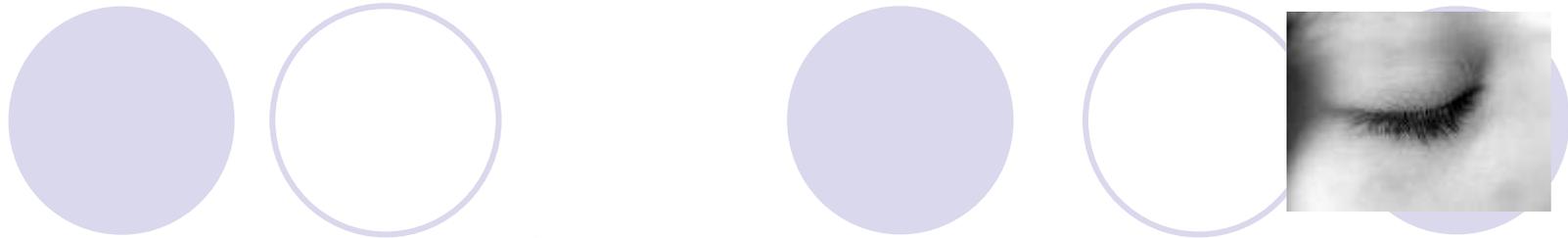
5. Lorsque les enfants arrivent dans votre structure et d'une manière générale, les trouvez-vous ?

- **En Forme** : 19 réponses
- **Fatigués** : 12 réponses (soit 2 crèches, 1 halte garderie, 9 assistantes maternelles)
- **Variable** : 94 réponses



6. Globalement, diriez-vous que les enfants sont plus fatigués?

- **En début de semaine** : 86 réponses (soit 30 crèches, 3 halte garderies, 42 A.M, 8 multi accueils, 3 crèches familiale)
- **En milieu de semaine** : 5 réponses
- **En fin de semaine** : 56 réponses (soit 28 crèches, 3 halte garderies, 9 A.M, 1 multi accueil parental, 14 multi accueils, 1 crèche familiale)
- **Non réponse** : 3



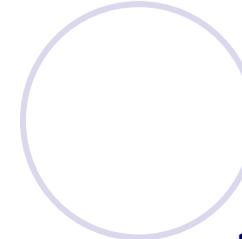
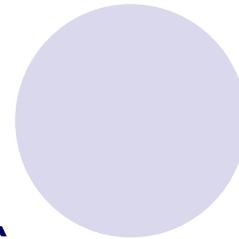
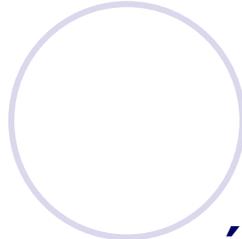
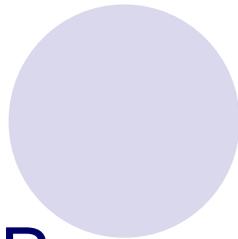
7. Etes-vous sollicités par les parents pour répondre à des préoccupations sur le sommeil de leur enfant?

- **Fréquemment** : 49 réponses
- **Parfois** : 65 réponses
- **Jamais** : 11 réponses (Soit 1 crèche, 10 A.M)



8. Quelles sont leurs préoccupations les plus fréquentes? :110 réponses

- Réveils nocturnes : 48 réponses
- Difficultés d'endormissements : 28 réponses
- Lit parental : 25 réponses
- Difficultés pour le coucher :16 réponses
- Cauchemars : 11 réponses
- Biberons la nuit : 4 réponses
- Réveils très tôt le matin :10 réponses
- Terreurs nocturnes : 7 réponses
- Parents demandent de réveiller l'enfant : 8 réponses
- Demandent des conseils : 5 réponses
- Respecter un rythme : 7 réponses



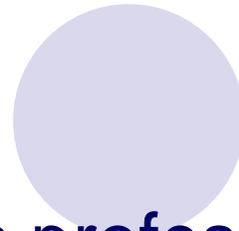
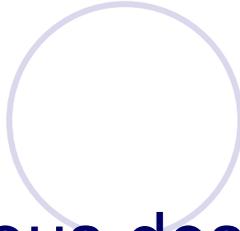
9. Pouvez-vous répondre à ces préoccupations?

- Oui** : 58 réponses
- Parfois** : 62 réponses (Soit 24 crèches, 2 halte garderies, 21 A.M, 1 multi accueil parental, 12 multi accueils, 2 crèches familiales)
- Non** : 0 réponse
- Non réponse** : 5



* Si « Parfois » ou « Non », quelles en sont les raisons de vos difficultés?

- **Manque de temps** : 7 réponses (Soit 3 crèches, 1 multi accueil parental, 3 multi accueils)
- **Connaissances insuffisantes** : 21 réponses (Soit 7 crèches, 6 A.M, 7 multi accueils, 1 crèche familiale)
- **Autres** : 44 réponses
Méconnaissance de la vie privée de la famille ; les parents ne tiennent pas compte des conseils ; prise en charge psychologique nécessaire ; apporter une écoute active
- **Non réponse** : 70



11. Avez-vous des attentes professionnelles particulières concernant la question du sommeil?

- **Oui** : 80 réponses
- **Non** : 43 réponses (Soit 5 crèches, 1 halte garderie, 34 A.M, 2 multi accueils, 1 crèche familiale)
- **Non réponse** : 2



Les attentes des professionnels

- Actualiser les connaissances : 61 réponses
- Améliorer l'aménagement matériel : 37 réponses
- Améliorer les pratiques professionnelles : 40 réponses
- Autres : 16 réponses
Formation et actualisation des connaissances de l'équipe cité 6 fois
Sensibiliser les familles cité 7 fois
- 42 non réponses



11. Avez-vous des idées, des suggestions afin d'améliorer le sommeil des enfants au sein de votre structure? Précisez : 65 réponses

- Réaménager les locaux : 17 réponses
- Créer plusieurs petits dortoirs : 10 réponses
- Réunion parents / équipe : 9 réponses
- Formation des équipes : 6 réponses
- Créer un environnement agréable : 4 réponses
- Plus de personnel pour les bébés : 3 réponses
- Augmenter le nombre d'adulte pour la surveillance des siestes : 3 réponses

12. Selon vous, que faudrait-il pour mettre en œuvre ces idées, ces suggestions? Précisez : 47 réponses

- Formation / Réunion / Analyse de la pratique pour le personnel : 12 réponses
- Formation / Réunion avec et pour les parents : 12 réponses
- Financements : 11 réponses
- Changer de locaux : 8 réponses
- Informer dès la maternité
- Prendre connaissance de ce qui se fait ailleurs

13. Seriez-vous intéressé pour participer à un plan d'action départemental sur la question du sommeil des enfants de 1 à 3 ans?

- Oui : 70 réponses
- Non : 49 réponses (Soit 10 Crèches, 2 Halte Garderies, 32 A.M, 3 Multi Accueils, 2 Crèches Familiales)
- Non réponse : 6

Commentaires libres :

- Problème de la TV (les enfants regardent le film du soir avec les parents) : 5 réponses
- Les parents refusent de frustrer l'enfant : 2 réponses
- Pouvoir agir à titre préventif avant la naissance : 2 réponses