
Programme de Formation

Émotions et régulation émotionnelle : comprendre les émotions du jeune enfant pour mieux l'accompagner au quotidien

Organisation

Durée : 14 heures

Mode d'organisation : Présentiel

Contenu pédagogique



Public visé

Professionnels de la petite enfance accueillant des enfants de 0 à 6 ans : auxiliaires de puériculture, éducateurs de jeunes enfants, professionnels de crèche, assistants maternels, agents d'accueil et personnels intervenant auprès des jeunes enfants



Objectifs pédagogiques

Différencier émotion, sentiment, comportement et besoin.

Les principales fonctions d'une émotion

Identifier les principales étapes du développement émotionnel chez le jeune enfant.

Comprendre le rôle des émotions dans le développement global de l'enfant.

Repérer les mécanismes de la régulation émotionnelle selon l'âge de l'enfant.

Adapter leur posture professionnelle pour accompagner les émotions de manière sécurisante et bienveillante.

Prévenir les attitudes pouvant relever des Violences Educatives Ordinaires

Mettre en œuvre des pratiques favorisant les compétences psychosociales et la sécurité affective des enfants.

Construire un outil et un plan d'action transférable dans leur pratique professionnelle



Description

Installer un cadre sécurisant et recueillir les représentations

Créer un climat de confiance

Les conditions favorables à un apprentissage chez l'adulte

Lien entre sécurité, disponibilité psychique et expression émotionnelle

Place du professionnel comme garant du cadre

Comprendre ce qu'est une émotion

Définition de l'émotion

Les composantes d'une émotion

Différence entre émotion/sentiment/besoin et comportement

Les émotions agréables et désagréables

Les émotions primaires et les émotions plus complexes



Notion d'intensité émotionnelle
Expérimentation

Les fonctions des émotions et le lien avec les besoins

Les émotions : signaux internes
Les émotions : moyen de communication
Lien entre émotion, besoin et action
Les besoins physiologiques, affectifs, relationnels et de sécurité
Différence entre reconnaître un besoin et accéder à toutes les demandes
Modèle SIEBC
Analyse de situations rencontrées par les participants
Jeu

Le développement émotionnel de la naissance à 6 ans

Les capacités émotionnelles du nourrisson
L'expression corporelle et les pleurs : 1ers moyens de communication
Reconnaissance progressive des émotions
Développement du langage émotionnel
Appariation des émotions liées à la conscience de soi
Développement progressif de l'inhibition, de l'attente et de la résolution de conflits
Les variations individuelles liées au tempérament, au langage, au vécu et au contexte
Les limites d'une approche trop rigide par âge
Analyse de cas pratiques.

Attachement, sécurité affective et co-régulation

La théorie de l'attachement
La base de sécurité
La disponibilité émotionnelle de l'adulte
Les effets des séparations et des transitions
La co-régulation
La place des repères, rituels et objets familiers
Echanges
Mises en situation

Observer les comportements et accompagner les débordements émotionnels

Accueillir l'émotion/acceptation/comportement
Les facteurs de débordement
Les signes précurseurs
Les 3 temps d'intervention
La nécessité de poser une limite claire, brève et sécurisante
Etude de cas

Verbaliser, écouter et utiliser la Communication non Violente

Les principes de l'écoute bienveillante
La reformulation
Le langage descriptif

Le message « Je »
Les 4 repères de la CNV
La posture « ferme et chaleureuse »
Le chacal versus la Girafe

Prévenir les Violences Educatives Ordinaires et ajuster sa posture

Définition VEO

Différences : poser une limite/faire peur/sanctionner/protéger/réparer

Les effets possibles de l'insécurité relationnelle

La bientraitance : démarche concrète et quotidienne

Le cycle de réaction de l'adulte

Outils de régulation possibles

Développer les compétences émotionnelles par le jeu et le quotidien

Les compétences émotionnelles

Les compétences sociales

L'intérêt du jeu, des histoires, des chansons, des images et du mouvement

La nécessité d'utiliser ces outils dans les moments calmes, et pas seulement pendant la crise

Création d'un outil

Synthèse et transfert dans la pratique professionnelle

Bilan

Evaluation

Plan d'action



Prérequis

Aucun



Modalités pédagogiques

La formation s'appuie sur une pédagogie active et expérientielle permettant aux participants de comprendre les mécanismes émotionnels tout en développant des réponses professionnelles adaptées aux situations rencontrées au quotidien.

Les méthodes mobilisées alternent :

- Apports théoriques actualisés issus des neurosciences affectives, de la psychologie du développement et des travaux sur l'attachement.
- Réflexions collectives autour des représentations et croyances relatives aux émotions.
- Analyse de pratiques professionnelles à partir de situations vécues.
- Études de cas issues du terrain de la petite enfance.
- Observation et analyse de vidéos illustrant les réactions émotionnelles des jeunes enfants.
- Mises en situation et jeux de rôle permettant d'expérimenter différentes postures d'accompagnement.
- Ateliers de construction d'outils favorisant l'expression et la régulation émotionnelle.
- Travaux en sous-groupes favorisant l'intelligence collective et les échanges d'expériences.
- Quiz et exercices d'ancrage des connaissances tout au long de la formation.

Cette démarche pédagogique vise à renforcer les capacités d'observation, de compréhension et d'accompagnement des émotions afin de favoriser le bien-être de l'enfant et la qualité de la relation éducative



Moyens et supports pédagogiques

Salle de formation adaptée à la pédagogie pour adultes munie d'un vidéo projecteur et d'un tableau blanc

Visionnage de supports numériques : PDF, e-books, présentations PowerPoint, vidéos

Support de formation/ressources documentaires mis à disposition du stagiaire dans son espace extranet



Modalités d'évaluation et de suivi

- ☐ Évaluation diagnostique en début de formation par autositionnement
- ☐ Évaluation formative tout au long de la formation au travers d'exercices, d'études de cas, de mises en situation et d'échanges avec le formateur
- ☐ Évaluation sommative des acquis par questionnaire d'une durée de 15 à 30 mn
- ☐ Évaluation de la satisfaction des participants en fin de formation.
- ☐ Évaluation à 6 mois portant sur l'application des acquis et l'atteinte des objectifs de la formation.
- ☐ Remise d'une attestation de fin de formation