

Les Francas

2022

Marion LEUGER
Psychomotricienne D.E.
et Formatrice

**Les émotions et la
communication bienveillante
avec les jeunes enfants à la
lumière des neurosciences**



Marion Leuger

FORMATRICE

IDÉES REÇUES SUR LA « BIENVEILLANCE »

- ▶ Bienveillance = laxisme
- ▶ « Un adulte bienveillant est un parent qui ne crie pas »
- ▶ « Les enfants élevés dans une approche bienveillante ne se mettent jamais en colère »
- ▶ « Les enfants élevés dans une approche bienveillante sont des enfants roi »
- ▶ « Être bienveillant = dire oui à tout, ne pas savoir dire non »
- ▶ « Être un parent bienveillant = être un parent parfait »



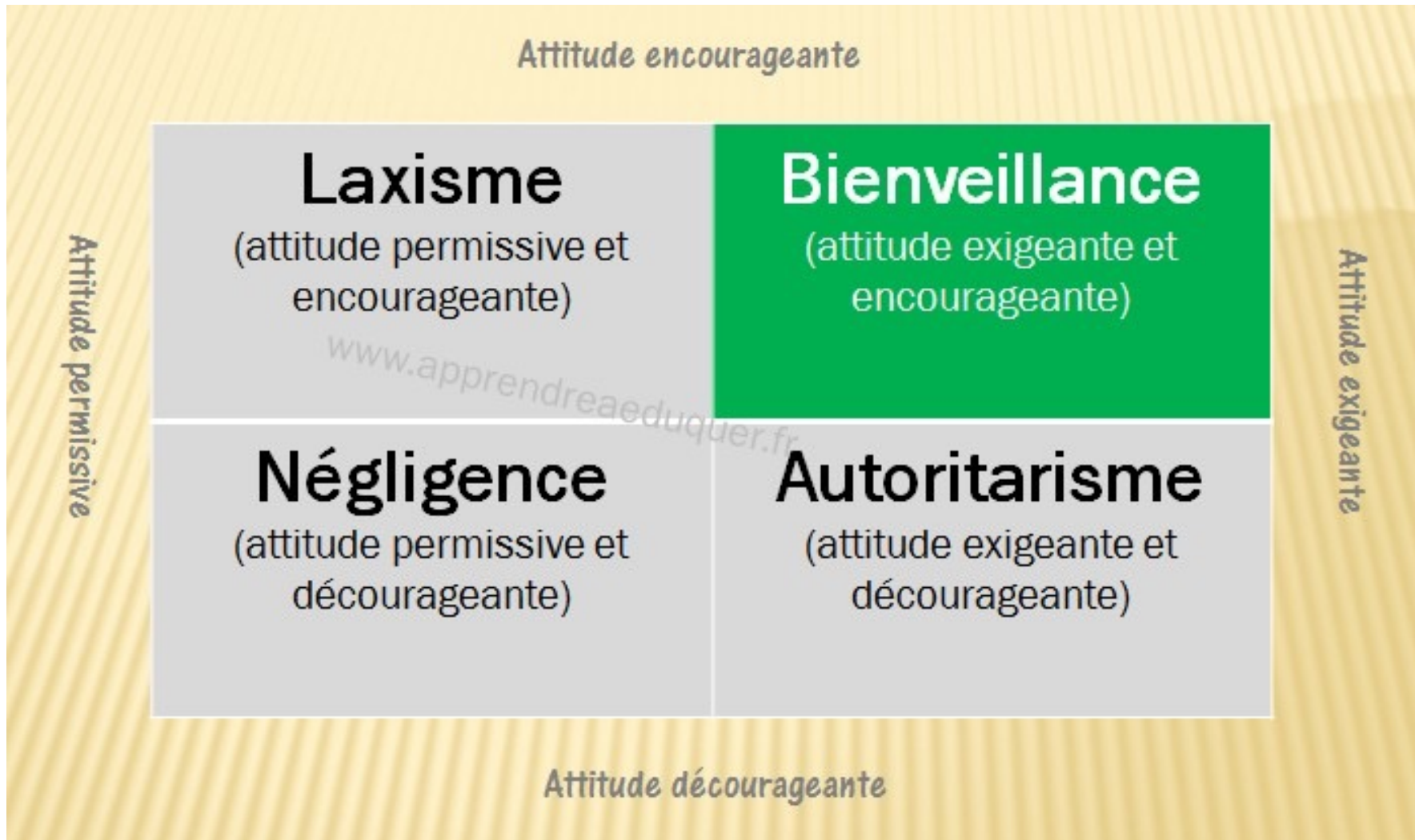
LA « BIENVEILLANCE »... C'EST QUOI ??

- ▶ Définition Larousse : « *Bienveillance = Disposition d'esprit inclinant à la compréhension, à l'indulgence envers autrui.* »
- ▶ Notions de compréhension, d'empathie, de respect, de pardon, et de tolérance envers autrui (de sa personne, de ses ressentis, de ses points de vue, de son vécu...)
- ▶ Avec développement de la « psychologie positive » : +++

DEFINITION SELON LE CONSEIL DE L'EUROPE

Conseil de l'Europe (2009) :

« l'éducation positive est un comportement parental fondé sur l'intérêt supérieur de l'enfant qui vise à l'élever et à le responsabiliser, qui est non violent et lui fournit reconnaissance et assistance, en établissant un ensemble de repères favorisant son plein développement. »

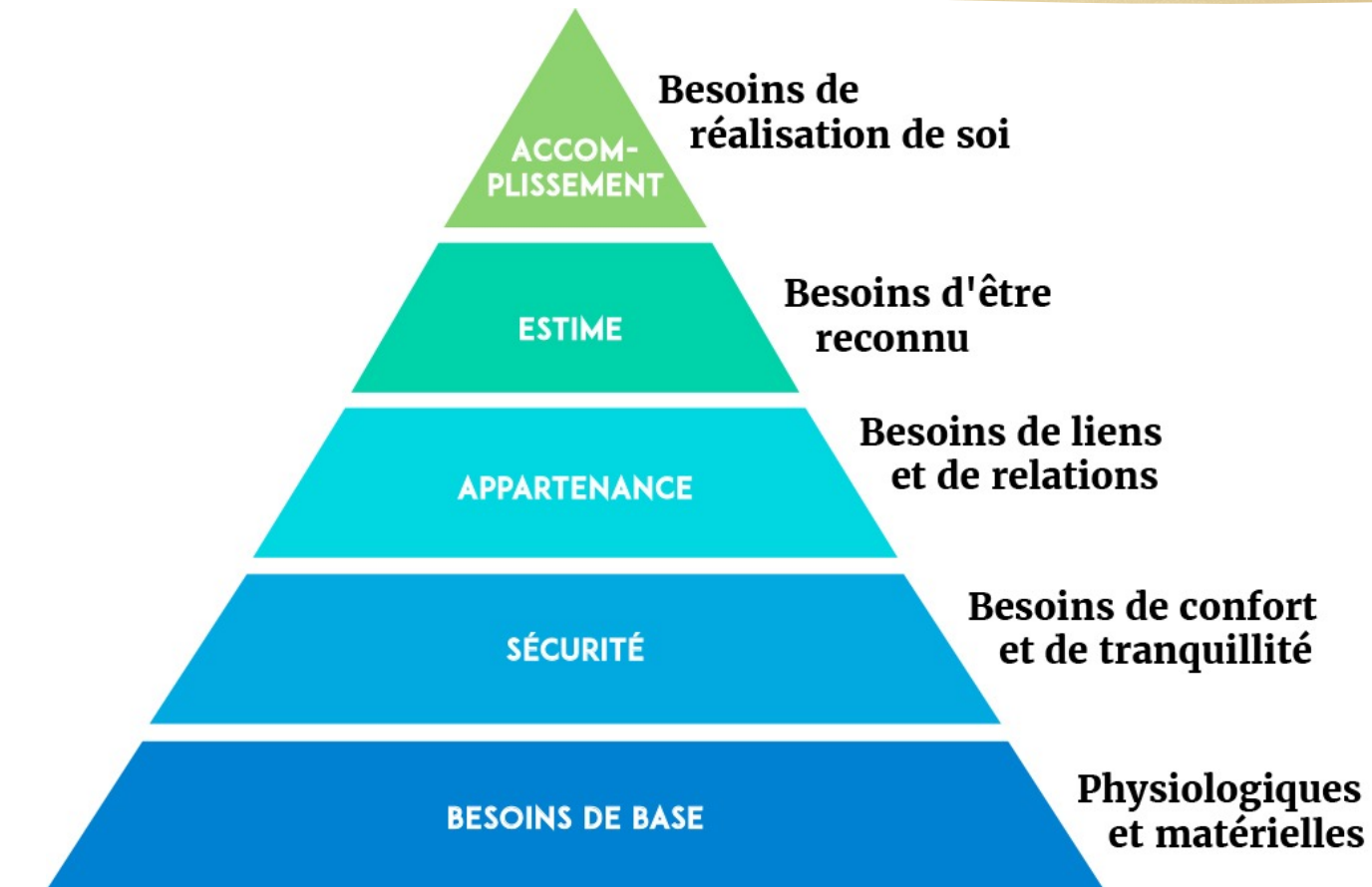


Source : www.apprendreaeduquer.fr

LES BESOINS FONDAMENTAUX

Ce qui est nécessaire d'un point de vue vital, ou nécessaire à la construction, au développement de l'enfant.

LES BESOINS FONDAMENTAUX



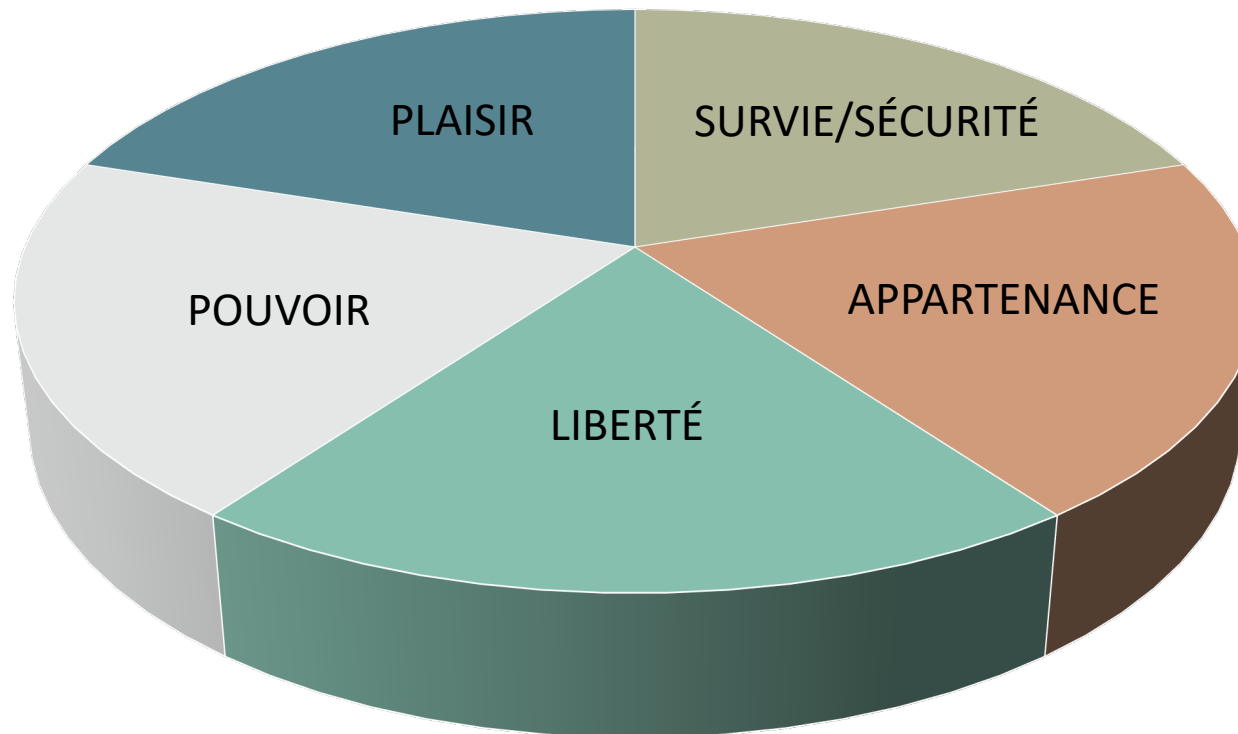
Pyramide de Maslow

Les Besoins
Fondamentaux d'un
Individu

Source : www.comadequat.fr

LES BESOINS

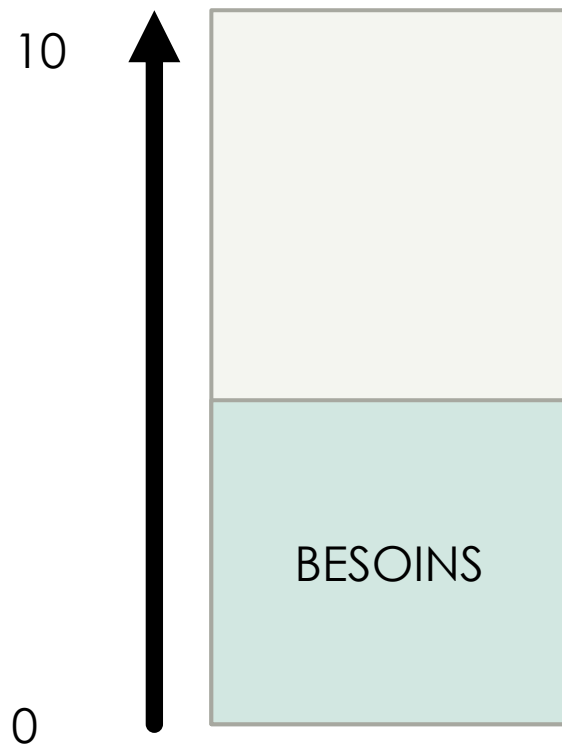
LES BESOINS FONDAMENTAUX



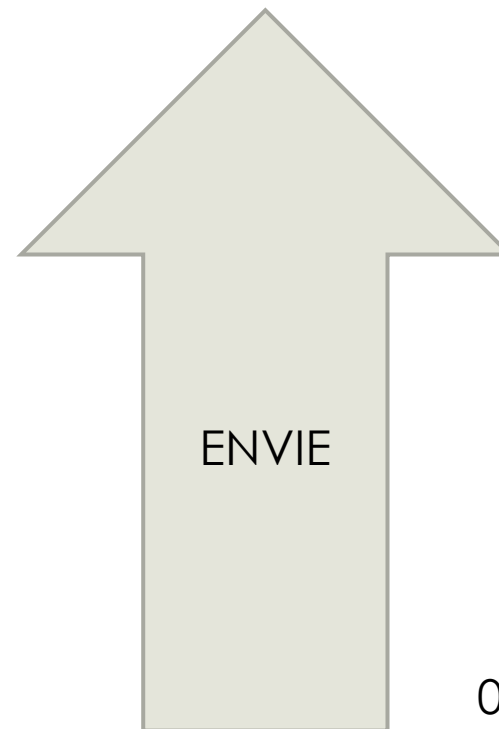
THÉORIE DU CHOIX
William GLASSER

LES BESOINS

- ▶ Accompagner l'enfant à faire la différence entre ENVIE et BESOIN

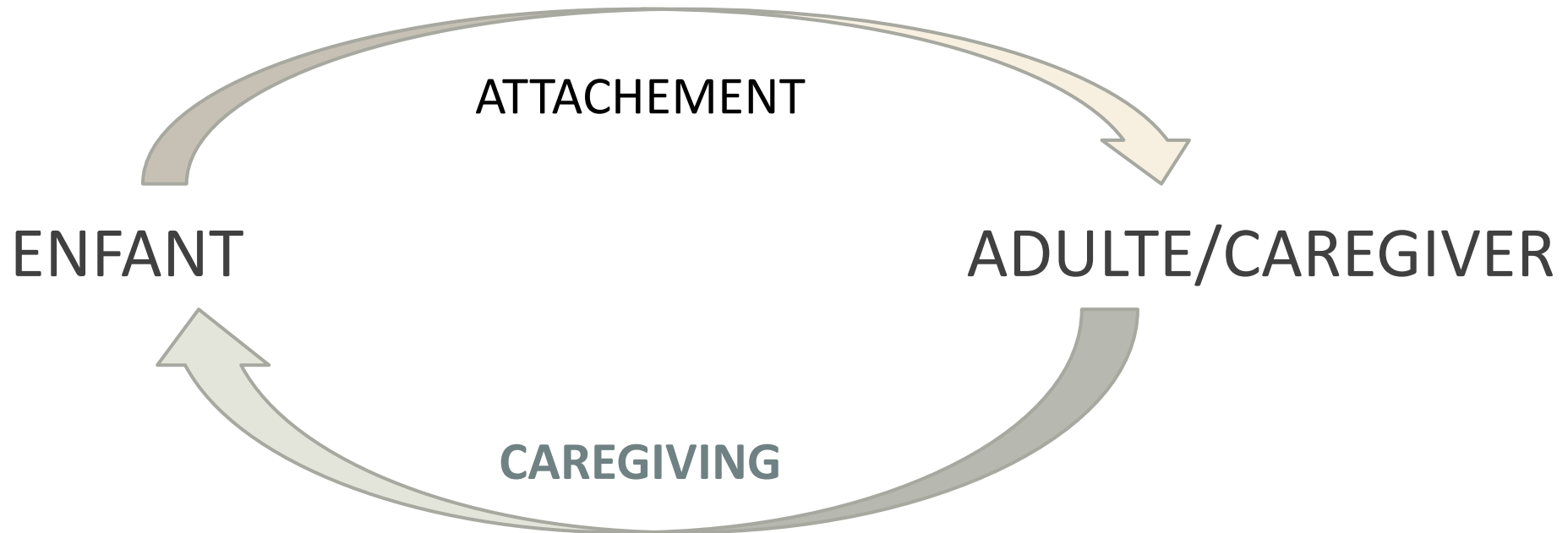


Exemple : 4/10



0 à... l'infini !

THÉORIE DE L'ATTACHEMENT



S'attacher = biologiquement inscrit

LA THÉORIE DE L'ATTACHEMENT

Opposition des 2 systèmes :

→ INSECURITÉ ON
→ EXPLORATION OFF



→ INSÉCURITÉ OFF
→ EXPLORATION ON

LA THÉORIE DE L'ATTACHEMENT

- ▶ Principe du porte-avion :

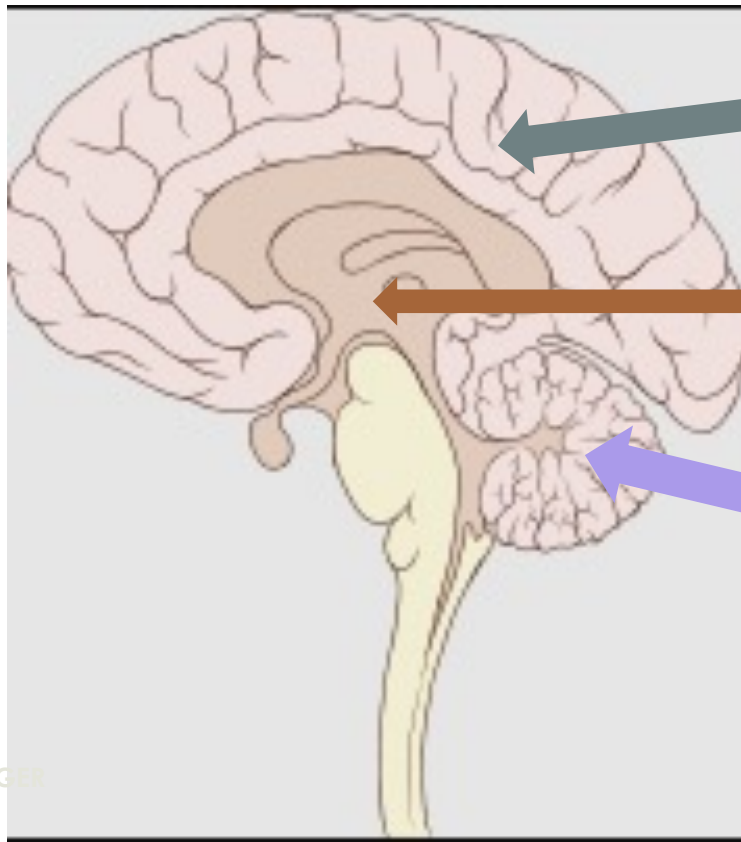


LES NEUROSCIENCES : C'EST QUOI ?

- ▶ « *Ensemble des disciplines étudiant le système nerveux.* » (Larousse)
- ▶ Anatomie et système nerveux, notamment grâce à l'imagerie cérébrale (IRM...)
- ▶ Neurosciences cognitives, affectives, sociales,...

APPORTS DES NEUROSCIENCES

Immaturité cérébrale du jeune enfant :



Cerveau supérieur :

Poussée neuronale +++ vers 5 ans, maturité à 25 ans

Cerveau émotionnel :

Connecté à 80% vers 7-8 ans, maturité vers 17-18 ans

Cerveau archaïque :

Maturité vers 2-3 ans

APPORTS DES NEUROSCIENCES

- ▶ Pas d'automatisme : besoin de plus de temps pour réaliser ses gestes, pour intégrer les consignes et règles de vie, pour faire preuve d'auto-contrôle, etc.
- ▶ En pleine découverte et en plein apprentissage : « chercheur » en herbe
- ▶ Il a mieux à faire, comme... Découvrir, créer, imaginer, jouer !
- ▶ L'enfant a besoin de comprendre les situations et y donner du sens

APPORTS DES NEUROSCIENCES

- ▶ Fragilisées en cas de :
 - ▶ Stress
 - ▶ Manque de sommeil
 - ▶ Préoccupations (à l'école, à la maison...)
- ▶ D'où l'importance d'une bonne hygiène de vie et environnement sécurisant pour l'enfant

APPORTS DES NEUROSCIENCES

Neurones miroirs

- ▶ Neurologue italien (Rizzolatti) au début des années 1990
- ▶ Aires cérébrales qui s'activent quand une personne réalise une action sont les mêmes que chez la personne qui observe l'action ! (alors qu'elle ne fait que regarder).
- ▶ Deux grandes fonctions :
 - 1) Observer et exécuter une action
 - 2) Comprendre et reconnaître l'objectif de l'action

APPORTS DES NEUROSCIENCES

- ▶ En tant qu'ATSEM et professionnels petite enfance, grand rôle dans l'exemple à donner aux enfants dans :
 - ▶ Les gestes du quotidien
 - ▶ La façon de s'exprimer
 - ▶ La façon de gérer des conflits
 - ▶ L'autonomie

LES EMOTIONS PRIMAIRES

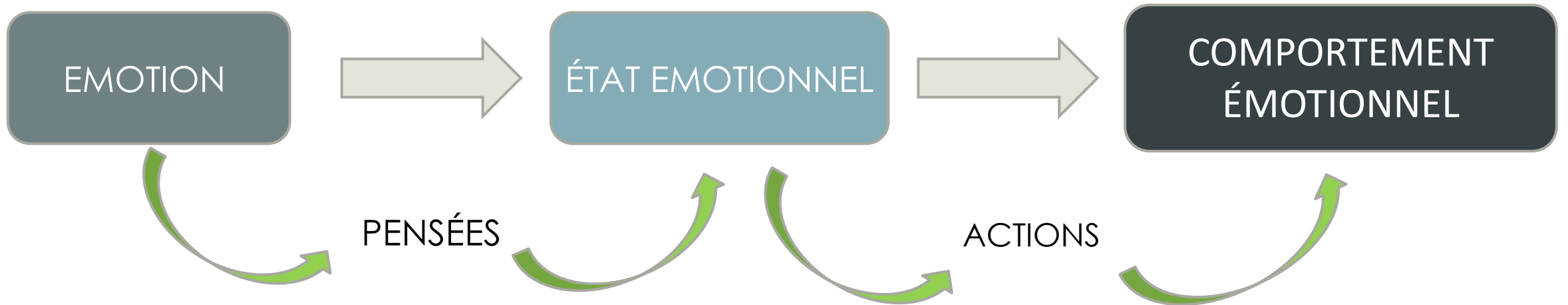
- ▶ COLÈRE
 - ▶ Changement
- ▶ JOIE
 - ▶ Partage
- ▶ TRISTESSE
 - ▶ Réconfort
- ▶ PEUR
 - ▶ Sécurité
- ▶ DÉGOUT
 - ▶ Eviter d'être empoisonné (alimentaire et social)



EMOTIONS ET EDUCATION ÉMOTIONNELLE

- ▶ L'émotion est une manifestation physiologique et psychologique, ne dure que quelques secondes, c'est un signal
 - ▶ 80% de nos décisions journalières sont dictées par nos émotions (Damasio)
- ▶ Suite à l'émotion → état physiologique et psychologique qui dure longtemps = état émotionnel
- ▶ Etat émotionnel amplifié ou atténué par les pensées que la personne vivra à cet instant
- ▶ Etat émotionnel → comportement (acceptable ou non), réactions

EMOTIONS ET EDUCATION ÉMOTIONNELLE



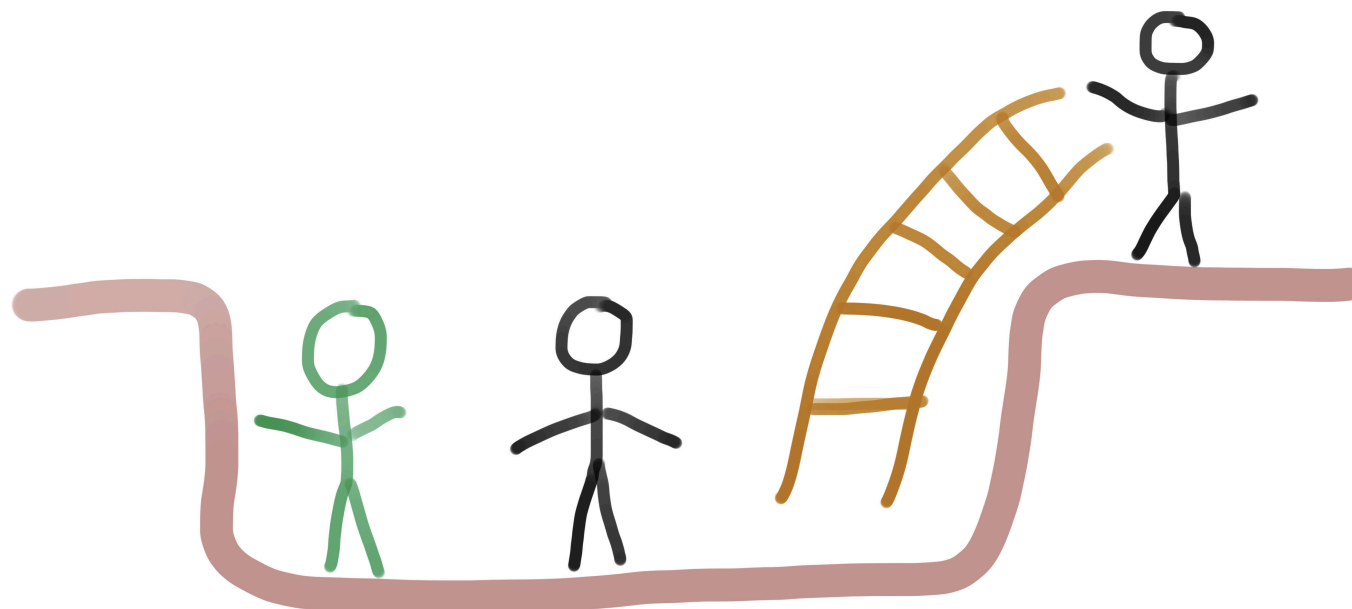
PREMIERS SOINS ÉMOTIONNELS

EMPATHIE



PREMIERS SOINS ÉMOTIONNELS

EMPATHIE



BASES DE LA COMMUNICATION BIENVEILLANTE

- ▶ Être dans une démarche de « prendre soin » de l'autre, de l'enfant : sans violences, sans punitions, sans humiliations
- ▶ Utiliser les Conséquences Educatives plutôt que les Punitions
- ▶ Favoriser les Encouragements
- ▶ Faire preuve d'Empathie
- ▶ Être à l'écoute et se montrer respectueux des émotions de l'enfant

BASES DE LA COMMUNICATION BIENVEILLANTE

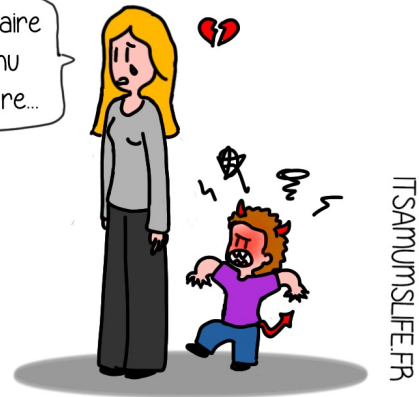
- ▶ Distinguer la personne de son comportement
- ▶ Apporter un cadre éducatif ferme et sécurisant, offrant liberté, sécurité et repères
- ▶ Favoriser l'autonomie et le développement de l'estime de soi
- ▶ Permettre à l'enfant de s'auto-réguler et de prendre conscience de ses responsabilités en tant qu'individu

BASES DE LA COMMUNICATION BIENVEILLANTE

- ▶ Empathie : « *Je te sens très énervé* »
- ▶ Se montrer respectueux des émotions : « *C'est vrai que ça fait mal de tomber* »
- ▶ Distinguer la personne de son comportement : « *C'est ce que tu fais qui me déplaît ; toi je continue de t'aimer/t'apprécier* »



On ne sait plus quoi faire avec lui, c'est devenu un vrai petit monstre...



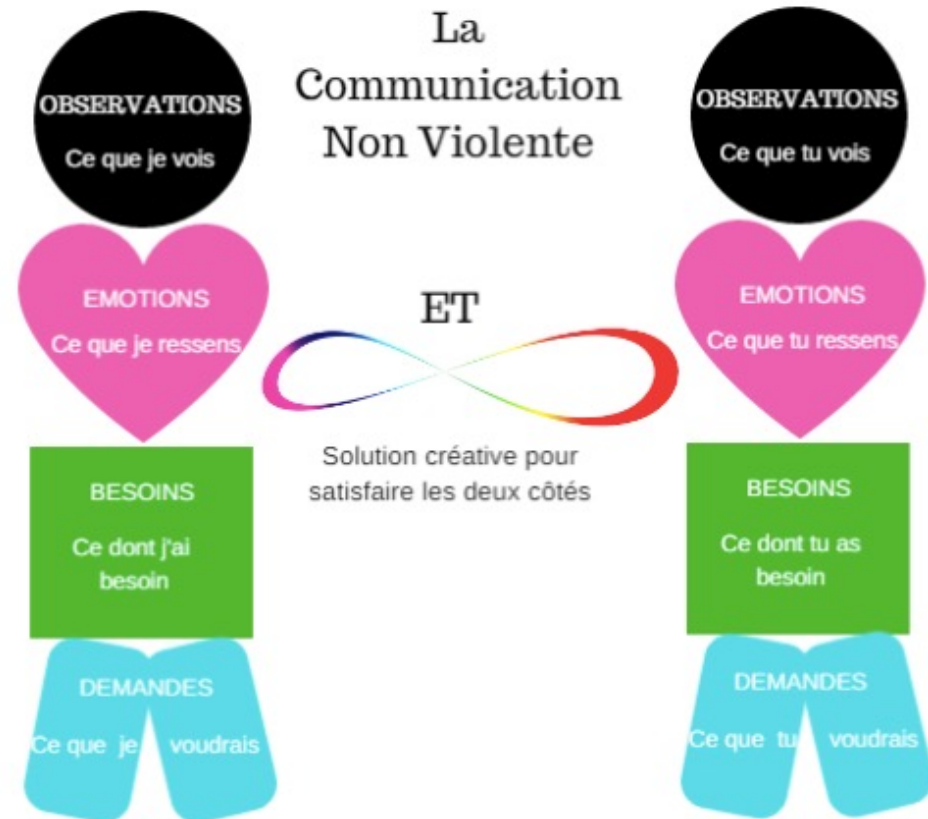
Les étiquettes...

L'enfant finit par se conformer à l'image que l'adulte a de lui. Il devient ce qu'on dit de lui.

Image : Héroïse Weiner – It's a Mum's life

BASES DE LA COMMUNICATION NON VIOLENTE

Les 4 étapes de la CNV



www.apprendreaeducuer.fr

POSER UN CADRE FERME ET BIENVEILLANT

**« Toutes les émotions sont légitimes,
tous les comportements ne sont pas acceptables. »**

(Dr H. Ginott)

Par moment, l'enfant a besoin que l'adulte le guide pour :

- ▶ Connaitre les comportements adaptés/attendus
- ▶ Savoir les comportements qui sont interdits/non tolérés
- ▶ Apprendre à faire la différence bien/mal
- ▶ Apprendre à faire la différence désir/besoin
- ▶ Exprimer ses émotions de manière adaptée
- ▶ Prendre confiance en lui et faire ses propres expériences

POSER UN CADRE FERME ET BIENVEILLANT

- ▶ Favoriser les formulations positives :
 - ▶ « Ici on marche » (au lieu de : « Ne cours pas »)
 - ▶ « Parle doucement » (au lieu de « ne crie pas »)
- ▶ Donner une consigne à la fois
 - ▶ « Prends ton manteau (pause) et ton bonnet (pause) »
- ▶ Un code warning
 - ▶ « C'est la dernière fois que je te le dis, ensuite il y aura une conséquence si la règle n'est pas respectée » (plutôt que « ça suffit maintenant »)

POSER UN CADRE FERME ET BIENVEILLANT

- ▶ La règles des « 4 R » pour poser une sanction :

(Psychologues de KidzEtFamily, issu de la Discipline Positive)

- ▶ **Reconnue d'avance** (conséquence prévisible et énoncée en amont)
- ▶ **Reliée au problème** (sanction en lien avec le problème rencontré)
- ▶ **Raisnable** (pas de sanction démesurée !)
- ▶ **Respectueuse** (sans violence)

POSER UN CADRE FERME ET BIENVEILLANT

- ▶ Conséquences éducatives constructives à moyen et long terme :
 - ▶ Réparation
 - ▶ Réparation matérielle, nettoyer, soigner la personne blessée, participer au rachat du matériel dégradé...
 - ▶ Réflexion et recherche de solution à froid :
 - ▶ « *De quoi tu aurais besoin pour...* »
 - ▶ « *Que pourrais-tu faire pour éviter que la prochaine fois il se passe...* »
 - ▶ « *Quel code pourrait-on mettre en place pour que je t'aide à...* »
 - ▶ « *Quand il se passe ceci, de quoi tu aurais besoin pour que...* »