

Enfants : Accueillir leurs émotions et les aider à les gérer

En une journée (formation de 6h)

Toute personne amenée à vivre ou travailler au contact d'enfants se trouve tôt ou tard confrontée à la question de l'accueil des émotions. Ainsi, colère, tristesse, anxiété, agressivité, jalousie et autres émotions jalonnent le parcours développemental de l'enfant et l'intensité de ces manifestations peut souvent dérouter les adultes. En outre, la structuration cérébrale toute particulière des enfants au niveau émotionnel requiert des professionnels le déploiement de compétences spécifiques leur permettant d'assurer un accueil bienveillant et efficace de ces manifestations.

Public cible

- Cette formation est ouverte à tout public, à tout parent, grand-parent, puériculteur, accueillant, éducateur, infirmier, assistant social ou intervenant en relation d'aide avec les enfants de 0 à 12 ans

Objectifs

- Comprendre le rôle des émotions, leur utilité d'un point de vue psychosomatique et l'importance de les laisser s'exprimer
- Comprendre l'origine biologique des émotions et le lien qu'elles permettent d'établir entre le psychisme et le corps de l'enfant
- Appréhender le fonctionnement du cerveau de l'enfant et la manière dont l'adulte peut l'aider à apprendre à gérer ses émotions au quotidien
- Utiliser des outils pour accueillir avec bienveillance toute émotion et aider l'enfant à l'exprimer de manière adéquate
- Rester zen : trucs et astuces pour gérer ses émotions face aux émotions de l'enfant

Contenu

- Définir le rôle des différentes émotions et les besoins qui y sont associés
- Pouvoir différencier un besoin d'un désir
- Comprendre pourquoi l'émotion d'un enfant s'exprime parfois sous la forme d'une « crise »
- Accueillir son émotion en y mettant une signification et des limites contenant et sécurisantes
- Les différentes phases d'une émotion et focus particulier sur la colère et la peur
- Qu'est-ce que l'intelligence émotionnelle
- Repérer les signaux de souffrance ou de difficultés développementales chez l'enfant
- Difficultés et atouts de l'enfant qui a « du caractère »
- Qu'est-ce que l'hypersensibilité et comment se manifeste-t-elle chez l'enfant ?
- Outils concrets pour aider les enfants à développer leur conscience émotionnelle et leur empathie
- Trucs et astuces pour les adultes afin d'éviter les débordements et pour rester calme

Méthodologie

- Pédagogie active et participative adaptée aux situations vécues par les participants
- Approche diversifiée privilégiant la variété, le dynamisme et le concret dans l'apprentissage
- Apports théoriques, mises en situation et exercices pratiques
- Présentation d'outils
- Échanges, partages des vécues et expériences issues de la pratique du formateur et des participants