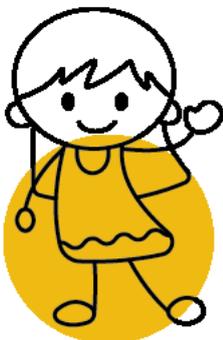


EAJE Marie Angèle Randon
Moulézan



Axe Pédagogique

2024-2025





COMMUNICATION ET EMOTIONS A LA CRECHE

Le développement émotionnel des jeunes enfants

Les enfants grandissent et évoluent en fonction de leurs expériences extérieures et de leur monde intérieur. Il est essentiel de les laisser vivre pleinement leurs émotions pour qu'ils puissent apprendre à les gérer.

Les adultes jouent un rôle clé dans ce processus en leur fournissant les moyens de reconnaître et d'exprimer leurs émotions de façon appropriée.

L'expression des émotions chez les nourrissons

Les nouveau-nés possèdent une forte sensibilité sensorielle et communiquent leurs besoins par des pleurs ou des mimiques. Ces expressions ne signifient pas toujours tristesse, mais plutôt des signaux de besoins fondamentaux comme manger ou être câliné. Mettre des mots sur ce qu'ils ressentent aide les enfants à se familiariser avec leurs émotions et à les exprimer. Des gestes, des expressions faciales et la répétition des situations sont importants pour les aider à construire leur répertoire émotionnel.



Dès la naissance, les enfants identifient des émotions fondamentales :

- **Détresse** : Manifestée par des pleurs, elle est un signal d'alerte lié à la tristesse qu'il ne faut pas ignorer.
- **Surprise** : Peut-être positive (étonnement) ou négative (peur d'un bruit inconnu).
- **Consentement** : Les enfants montrent leur plaisir ou frustration en fonction des expériences proposées. Quand il est dans l'acceptation, c'est lié à la joie, quand il est dans le refus, c'est lié à la frustration, la colère.
- **Intérêt** : Ils manifestent leur curiosité par des préférences pour certaines activités. C'est une émotion liée à la curiosité naturelle qui engendre de l'émerveillement.
- **Dégoût** : Lié aux sensations olfactives et gustatives.

Comprendre ces émotions permet aux adultes de mieux interagir avec les enfants.

Développer leur intelligence émotionnelle

Les enfants sont très réceptifs aux émotions qui les entourent. Dès la grossesse, ils absorbent les émotions des autres, souvent sans distinction de leur propre identité. Ceci peut entraîner du stress si les émotions sont mal comprises ou trop intenses.

Les jeunes enfants vivent de véritables “tempêtes émotionnelles” et nécessitent l'aide des adultes pour les aider à exprimer leurs émotions et mieux vivre ces moments difficiles.

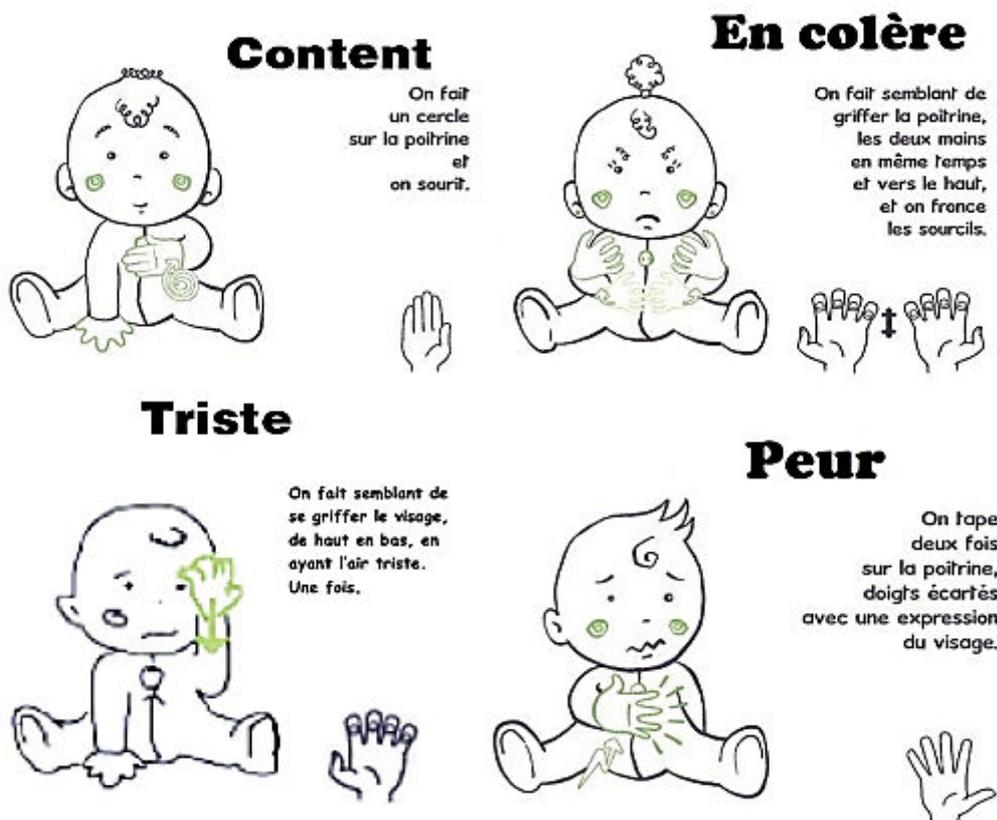
Leurs neurones miroirs leur permettent de capter les émotions des autres, mais ils ont besoin de temps pour comprendre les leurs.



Stratégies pédagogiques pour accompagner les émotions

Plusieurs techniques sont utilisées pour aider les enfants à gérer leurs émotions :

- **Parole bienveillante** : Un langage simple et positif pour nommer les émotions est fondamental.
- **Utilisation de la communication gestuelle** : Signer aide les enfants à exprimer leurs émotions sans frustration.
- **Posture professionnelle** : Se mettre à leur hauteur, observer et répondre adéquatement à leurs émotions.
- **Histoires et théâtre** : Présenter des émotions par le jeu ou des livres permet aux enfants de les intégrer de manière imagée.
- **Film "Vice-Versa"** : Les émotions principales du film servent de base pour apprendre à reconnaître les émotions.
- **La malle pédagogique « Apprivoiser les émotions »** : conçue par le Relais Loisirs Handicap 30, appuie notre action pédagogique en proposant des objets symboliques que les enfants peuvent s'approprier.



Accompagnement des crises émotionnelles



Les enfants doivent pouvoir vivre et exprimer leurs émotions sans les réprimer. L'objectif est de valider l'émotion tout en enseignant des comportements adaptés.

Par exemple, comprendre qu'un enfant n'est pas simplement capricieux, mais que son cerveau est en plein développement, est crucial. L'enfant ne fait pas une colère, il est en colère. L'enfant a parfaitement le droit d'avoir peur, d'être triste... Les comportements impulsifs, comme mordre ou sauter, sont des réflexes liés à l'immaturation de leur cerveau. L'empathie et la compréhension sont donc primordiales.

C'est pourquoi les enfants ont besoin de notre soutien d'adulte pour gérer leurs émotions. Aidons-les à reconnaître les émotions de base, comme la joie, la tristesse, la colère, la peur, la surprise et le dégoût.

C'est en apprenant à nos enfants à vivre avec leurs émotions (et non à les réprimer) que nous leur permettons de développer leur « intelligence émotionnelle ».

Exprimer nos propres émotions devant les enfants : Reconnaissons nos propres ressentis et verbalisons-le aux enfants.

Il est particulièrement important de faire preuve d'empathie et de patience. D'après la pédiatre Catherine Gueguen, ce n'est que vers l'âge de "5/6 ans, que l'enfant commence donc à contrôler un peu mieux ses émotions négatives, à comprendre leurs causes et à savoir les surmonter".

Il est donc nécessaire que l'émotion de l'enfant puisse s'exprimer, être reconnue par l'adulte. Le but n'est pas de stopper la crise émotionnelle mais de l'accompagner.

Ce qu'il faut éviter et privilégier :

A ÉVITER : Nier les émotions, minimiser leur importance, culpabiliser l'enfant ou répondre par la colère.

A PRIVILÉGIER : Valider l'émotion sans s'y identifier, utiliser des mots pour refléter l'émotion de l'enfant et éviter tout jugement. La communication empathique est essentielle pour aider les enfants à se sentir compris et à apprendre progressivement à gérer leurs émotions.

BIBLIOGRAPHIE

Pour les adultes

- Petite enfance et neurosciences. Christine SCHUHL, Josette SERRES. Ed. Chronique sociale, 2021
- Au cœur des émotions de l'enfant. Isabelle Filliozat. Ed. Marabout, 2011
- J'ai tout essayé ! – Isabelle FILLIOZAT. Ed. Jean-Claude Lattès, janvier 2013
- Ce que disent les bébés avant de savoir parler : les neuf mimiques qui expriment leurs émotions. Paul C. HOLINGER et Kalia DONER. Ed. France loisirs, juin 2004
- L'agressivité chez l'enfant de 0 à 5 ans. Sylvie BOURCIER. Ed. du CHU Sainte-Justine, 2008
- Et si on revisitait certaines idées sur les jeunes enfants ? – Anne-Marie FONTAINE et Josette SERRES. Ed. Philippe Duval, 2020
- Signer et accompagner les émotions de votre enfant. Isabelle Cottenceau. Hachette, 2022
- Gérer ses émotions : des réactions indispensables. Olivier NUNGE et Simonne MORTERA. Ed. Jouvence, 1998
- L'intelligence émotionnelle. Daniel GOLEMAN. Ed. J'ai lu, octobre 2014
- La sécurité émotionnelle des l'enfant. Dr Anne RAYNAUD. Marabout

Pour les enfants

- ✓ Grosse colère. Mireille D'ALLANCE. L'école des loisirs
- ✓ La couleur des émotions. Anna LLENAS. Ed. Glénat Jeunesse
- ✓ A l'intérieur de moi. Aurélia GAUD. Ed. Actes Sud Junior
- ✓ Non, non et non ! – Mireille D'ALLANCE. L'école des loisirs
- ✓ Le livre qui a peur. Cédric RAMADIER.
- ✓ Aujourd'hui je suis. Mies VAN HOUT. Minedition
- ✓ Parfois je me sens... Anthony BRONE
- ✓ Le loup qui apprivoisait ses émotions. Oranne LALLEMAND. Auzou éditions

- ✓ Nina en colère. Christine NAUMANN-VILLEMIN. L'école des loisirs

