

Travailler avec les émotions : comment accueillir ses propres émotions pour être en mesure d'accueillir celles des enfants (2021)

Centre Régional d'Études, d'Actions et d'Informations
EN FAVEUR DES PERSONNES EN SITUATION DE VULNÉRABILITÉ • GRAND EST

SIÈGE SOCIAL : Cité Administrative Tirlet • 5 rue de la Charrière • Bât. 3 • 51036 CHÂLONS EN CHAMPAGNE CEDEX
TÉL. : 03 26 68 35 71 • E-MAIL : chalons@creai-grand-est.fr • SITE : www.creai-grand-est.fr

ANTENNE LORRAINE : 1 rue du Vivarais • 54500 VANDŒUVRE-LÈS-NANCY
TÉL. : 03 83 37 90 81 • E-MAIL : nancy@creai-grand-est.fr

ANTENNE ALSACE : 80 avenue du Neuhof • 67100 STRASBOURG
TÉL. : 03 88 41 86 37 • E-MAIL : strasbourg@creai-grand-est.fr



Table des matières

CONTEXTE.....	3
OBJECTIFS DE LA FORMATION.....	3
PROGRAMME ET OBJECTIFS.....	3
PUBLIC.....	4
INTERVENANT PRESSENTI.....	5
MODALITES PEDAGOGIQUES.....	5
MOYENS PEDAGOGIQUES.....	5
MOYENS PERMETTANT D'APPRECIER LES ACQUIS DE LA FORMATION.....	5
EVALUATION DE LA FORMATION.....	5
SANCTION DE LA FORMATION.....	5

CONTEXTE

Dans la société, un peu partout, nous sommes amenés à entendre parler des émotions. La publicité y fait appel sans cesse et le flux d'informations que nous recevons en permanence en provoque beaucoup. Nous sommes encouragés à apprendre à les gérer mais est-ce seulement possible ? Et si oui, comment ? Dans notre quotidien, tout un chacun est soumis à des stimuli, internes ou externes qui génèrent des émotions que nous arrivons plus ou moins bien à accueillir. Les ateliers d'éducation bienveillante qui mettent les émotions de l'enfant au cœur de la relation parentale sont nombreux et ne désempassent pas, et certains livres sont des best-sellers.

Les neurosciences révèlent au fil des découvertes, l'importance du travail émotionnel et de la mécanique en jeu. L'émotion, est un pilier dans la relation éducative. L'Autre, par ses difficultés, par ses comportements, par ses habitudes, provoque des émotions qui viennent nourrir la relation. Parfois de façon positive, parfois malheureusement de façon plus difficile, allant jusqu'à perturber le lien.

La responsabilité des personnels éducatifs est grande quant à sa capacité à apprivoiser ses émotions pour pouvoir travailler avec et conscientiser qu'elles représentent en réalité, un média à la relation éducative. Il est capital de comprendre le processus émotionnel pour agir en responsabilité et accompagner l'enfant dans ses émotions, qui trop souvent, le débordent. En effet, l'enfant et l'adulte ne sont pas égaux face aux émotions. Et encore moins l'enfant qui a vécu des traumatismes et qui n'a pas pu construire, faute de sentiment de sécurité suffisant, les mécanismes de gestion des émotions qui s'acquièrent au fil des expériences.

Par ailleurs, les équipes éducatives font face à des situations de plus en plus complexes qui peuvent les mettre en difficulté et qui nécessitent des trésors d'ingéniosité pour accompagner au mieux l'enfant. Les professionnels sont donc invités à renforcer leur intelligence émotionnelle pour être en mesure d'accompagner les enfants sur le délicat chemin d'une certaine maîtrise émotionnelle.

Pour y arriver, il est bon de se doter d'outils, de construire ensemble des perspectives de prises en charge différentes, afin d'aider l'enfant à développer son intelligence émotionnelle et avoir des outils pour aborder la vie dans le respect de soi et de l'autre. Enfin, c'est quand on réfléchit à sa pratique, que l'on expérimente les émotions que l'on arrive le mieux à comprendre les mécanismes en jeu. L'enfant est sans filtre. Il livre ses émotions sans réfléchir au qu'en dira-t-on. Durant cette formation, les stagiaires seront appelés à revivre un peu de leur spontanéité d'enfant ou tout du moins de s'en souvenir. Très orienté expérimentations et solutions, ce temps de formation ne laissera personne sans impression, sans émotions.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Comprendre ses émotions pour savoir les accueillir
- Comprendre les différentes positions de vie indissociables de l'assertivité et les enjeux d'une communication respectueuse de soi et des autres
- Connaître la mécanique émotionnelle pour favoriser le travail en équipe et les relations avec les différents interlocuteurs de la vie professionnelle

PROGRAMME ET OBJECTIFS

Jour 1 : Les adultes face à leurs émotions

- Présentation de la notion d'émotion de manière ludique
- Comment se servir de nos émotions ?
 - Des sens et des besoins à découvrir

- Les émotions qui nous débordent
- Renforcer la maîtrise de soi :
 - Des outils pour apprendre à gérer la colère
 - Des outils pour apprendre à gérer le stress
- Renforcer la confiance en soi : la résilience, les positions de vie, l'empathie
- Communiquer avec ses émotions
 - La CNV
 - Apprendre à être à l'écoute de soi et de ses besoins

Jour 2 : Les enfants et les émotions

- L'intelligence émotionnelle
 - Définition,
 - Les 5 composantes
 - L'éducation émotionnelle
- Les spécificités des émotions chez l'enfant :
 - Le développement des émotions chez l'enfant
 - Un enjeu : la confiance et l'estime de soi
- Faire émerger un positionnement collectif ancré dans l'éducation émotionnelle et structurant pour les pratiques

Objectifs pédagogiques poursuivis pour les stagiaires :

- *Apprendre à utiliser les émotions comme matériel de base à la relation éducative*
- *Développer des compétences communicationnelles individuelles et collectives*
- *Acquérir des outils permettant le développement de l'intelligence émotionnelle*

PUBLIC

Professionnels des équipes éducatives travaillant auprès d'enfants dans la limite de 15 personnes.

INTERVENANT PRESSENTI

Mme Dominique EICHWALD, conseillère technique, Expert praticienne en psychologie positive appliquée au travail, Master coach, Educatrice Spécialisée

MODALITES PEDAGOGIQUES

- L'animation vise à favoriser l'implication et la participation de tous les professionnels.
- Chaque journée fera l'objet d'apports théoriques mais surtout de mises en situations, de jeux, de tests individuels et collectifs qui permettront de découvrir les aptitudes personnelles et collectives.
- Les exercices ludiques favorisent la créativité et permettent l'émergence du « faire équipe ».

MOYENS PEDAGOGIQUES

- Vidéo projecteur
- Supports de formation remis à chaque participant.
- Tests et jeux sérieux.
- Matériel apporté par l'intervenante pour les travaux en sous-groupes

MOYENS PERMETTANT D'APPRECIER LES ACQUIS DE LA FORMATION

- L'évaluation finale de la formation se déroule sur la base de recueil des impressions de chaque participant à partir d'un questionnaire d'évaluation - anonyme.
- Un compte rendu écrit est adressé à la Direction et reprend essentiellement les renseignements recueillis par le questionnaire.

EVALUATION DE LA FORMATION

L'intervenant vérifiera régulièrement la pertinence de la formation au regard de la théorisation et de l'appropriation de la démarche, cette évaluation est essentiellement qualitative.

L'évaluation finale de la formation se déroule sur la base de recueil des impressions de chaque participant à partir d'un questionnaire d'évaluation - anonyme.

Un compte rendu écrit est adressé au commanditaire et reprend essentiellement les renseignements recueillis par le questionnaire.

Un questionnaire d'évaluation de l'impact de la formation, sera adressé à la Direction de la structure dans les 6 mois suivant la fin de la formation.

SANCTION DE LA FORMATION

Un émargement aura lieu à chaque séance. Une feuille de présence sera établie par le CREA Grand Est et sera signé par demi-journée par les participants et le formateur.

La formation donnera lieu à l'établissement d'une attestation de formation nominative dont les titulaires pourront se prévaloir.



Centre Régional d'Études, d'Actions et d'Informations
EN FAVEUR DES PERSONNES EN SITUATION DE VULNÉRABILITÉ ■ GRAND EST

SIÈGE SOCIAL : Cité Administrative Tirlet ■ 5 rue de la Charrière ■ Bât. 3 ■ 51036 CHÂLONS EN CHAMPAGNE CEDEX
TÉL. : 03 26 68 35 71 ■ E-MAIL : chalons@creai-grand-est.fr ■ SITE : www.creai-grand-est.fr

ANTENNE LORRAINE : 1 rue du Vivarais ■ 54500 VANDŒUVRE-LÈS-NANCY
TÉL. : 03 83 37 90 81 ■ E-MAIL : nancy@creai-grand-est.fr

ANTENNE ALSACE : 80 avenue du Neuhof ■ 67100 STRASBOURG
TÉL. : 03 88 41 86 37 ■ E-MAIL : strasbourg@creai-grand-est.fr

RIB : CRÉDIT MUTUEL 15629 02901 00034545440 69 ■ **IBAN :** FR76 1562 9029 0100 0345 4544 069
ORGANISME DE FORMATION N°21510001051 ■ MEMBRE DE LA FÉDÉRATION DES CREAI