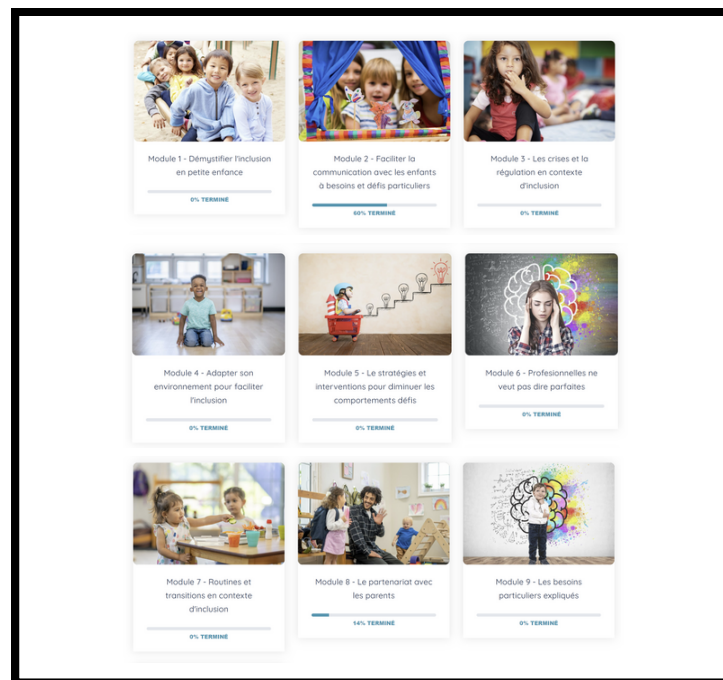


# Intégrer facilement les compétences socio- émotionnelles dans vos routines

Communauté de pratique – 90 min



# Objectifs de la communauté



## Outils Connexance

Utiliser des outils de la plateforme pour enrichir vos routines.



## Opportunités

Repérer les moments d'apprentissage socio-émotionnel.



## Actions concrètes

Repartir avec au moins une action concrète à intégrer.

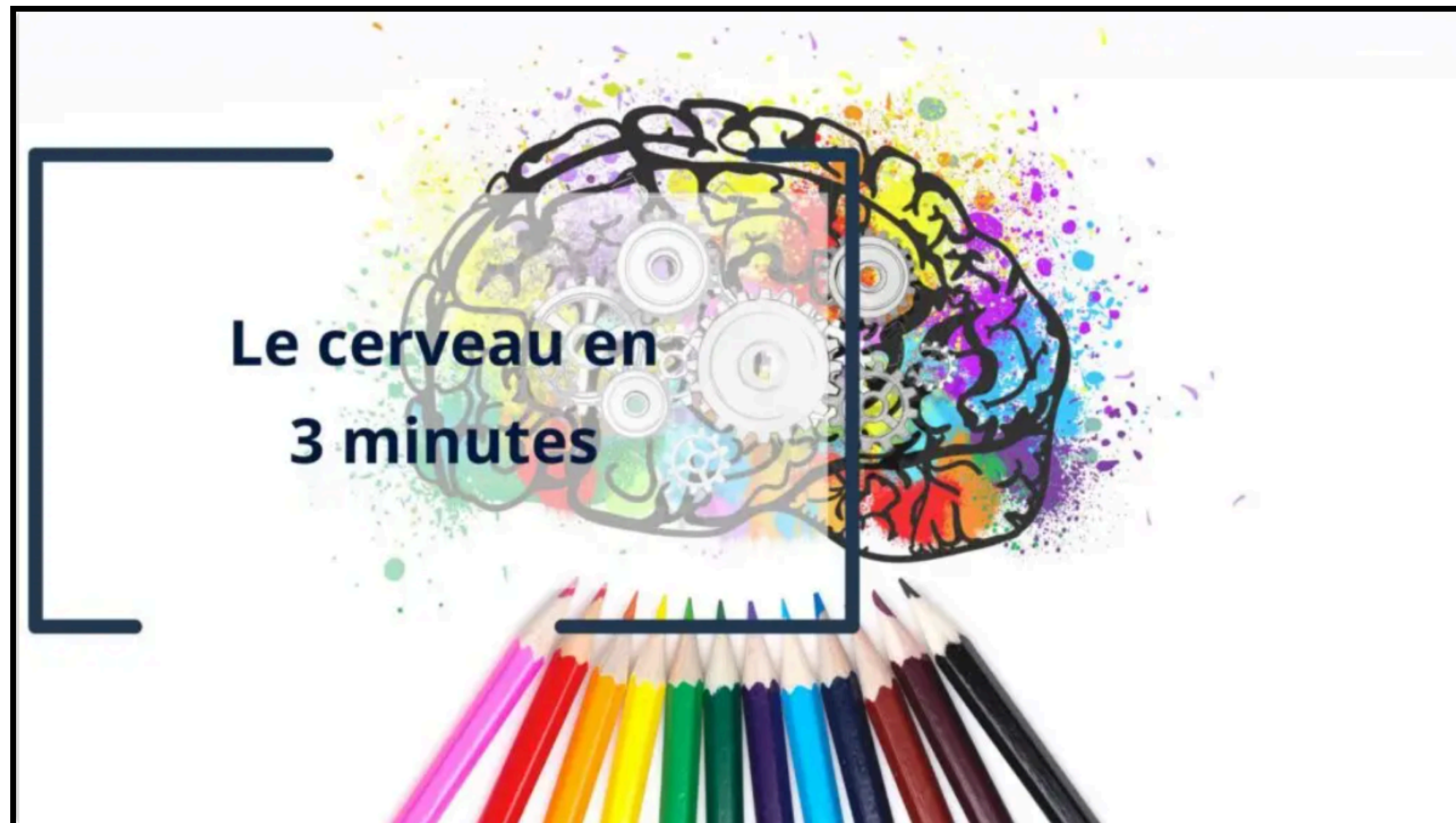


## Collaboration

Renforcer le soutien mutuel entre éducatrices.

# Le cerveau en 3 minutes

## Module 3



Comment les trois grandes zones du cerveau réagissent quand les enfants vivent une émotion forte.

# CE QUI SE PASSE DANS LE CERVEAU D'UN ENFANT STRESSÉ



**1. Quand un enfant vit un stress (réel ou perçu), cela active l'amygdale et entraîne une réponse de fuite, d'attaque ou d'immobilisation.**

Dans cette situation, un enfant ne peut pas, par lui-même, gérer ses émotions, ses conflits ou ses difficultés.



# CE QUI SE PASSE DANS LE CERVEAU D'UN ENFANT STRESSÉ



## 2. Le cerveau libère du Cortisol ET de l'adrénaline dans le corps.

C'est la combinaison parfaite pour avoir de la difficulté à se concentrer, à contrôler ses émotions et ses comportements.

→ Un enfant qui explose tente de survivre à ce qu'il ressent.



# CE QUI SE PASSE DANS LE CERVEAU D'UN ENFANT STRESSÉ



### **3. Baisse de la disponibilité émotionnelle et cognitive**

Quand ces hormones montent, le cerveau émotionnel prend toute la place. L'enfant devient moins disponible pour interagir et pour faire des apprentissages.

**Parler d'un problème pendant une  
crise est donc inutile !!!**

# CE QUI SE PASSE DANS LE CERVEAU D'UN ENFANT STRESSÉ

**4. Si un enfant est laissé seul face à son stress, ce stress peut devenir toxique et nuire à son développement cérébral,**

particulièrement au niveau du cortex préfrontal, la zone du cerveau responsable de la réflexion, du recul et du contrôle de soi (le siège des fonctions exécutives).



## CE QUI SE PASSE DANS LE CERVEAU D'UN ENFANT STRESSÉ

**5. À long terme, un stress répété sans soutien affaiblit les connexions neuronales et endommage les fonctions du cerveau.**



# L'être humain est un être de lien



L'humain est biologiquement programmé pour apprendre lorsqu'il est en relation avec un autre humain. Cette relation lui permet de développer, peu à peu, ses capacités à :

- Réfléchir et réfléchir avant d'agir,
- Se calmer
- prendre du recul et résoudre des problèmes
- Réguler ses émotions

**En aidant l'enfant à se calmer, l'adulte co-régule et soutient la maturation de son cerveau.**

# QUAND UN ADULTE EST BIENVEILLANT ET COMPRÉHENSIF AVEC UN ENFANT...



## 1. On fait mûrir le cortex «Orbitofrontal»



Ce cortex nous permet de mieux comprendre les émotions de l'autre

Avoir un **comportement empathique, bienveillant envers l'enfant** va générer chez lui, **la possibilité de l'être également**

# QUAND UN ADULTE EST BIENVEILLANT ET COMPRÉHENSIF AVEC UN ENFANT...



**2. Le cortex «Orbitofrontal» permet également de développer un sens moral et éthique**



**Permet à l'enfant d'arriver à faire des choix et d'évaluer** les différentes possibilités qui lui sont offertes pour **choisir la meilleure option**

# QUAND UN ADULTE EST BIENVEILLANT ET COMPRÉHENSIF AVEC UN ENFANT...



**3. On fait mûrir l'hippocampe.**  
**L'hippocampe est responsable de la mémoire**



**Quand on est gentil** avec  
un enfant, ça **l'aide à**  
**retenir, à apprendre**

# QUAND UN ADULTE EST BIENVEILLANT ET COMPRÉHENSIF AVEC UN ENFANT...



4. Quand un adulte est bienveillant avec un être humain...

**Son cerveau et celui de l'autre personne sécrètent de l'ocytocine**



L'ocytocine est la molécule de l'empathie et de l'amour

# QUAND UN ADULTE EST BIENVEILLANT ET COMPRÉHENSIF AVEC UN ENFANT..

## 5. Il y aura ensuite sécrétion de dopamine



La dopamine est la molécule qui génère **motivation, élan, créativité**



# QUAND UN ADULTE EST BIENVEILLANT ET COMPRÉHENSIF AVEC UN ENFANT..

## 6. Sécrétion de sérotonine et d'endorphine



La molécule qui **stabilise l'humeur** et la molécule du bien-être



# LE LIEN SOCIAL POSITIF DÉCLENCHE UN APPRENTISSAGE INTELLECTUEL, SOCIAL, CRÉATIF, ÉMOTIONNEL ET UN ÉTAT DE BIEN-ÊTRE



# LE LIEN SOCIAL POSITIF DÉCLENCHE UN APPRENTISSAGE INTELLECTUEL, SOCIAL, CRÉATIF, ÉMOTIONNEL ET UN ÉTAT DE BIEN-ÊTRE



**Motivation**



**Réflexion**



**Empathie**



**Bien-être**



**Mémoire**



**Apprentissages**

# Ce que la bienveillance implique



## Un ton doux

C'est une façon d'apaiser l'enfant et de lui envoyer le message qu'il est en sécurité avec nous.



## validation / écoute active

Quand un enfant se sent compris, sa tension baisse et la coopération devient plus naturelle.



## Une posture de proximité

La proximité physique rassure, crée du lien et montre qu'on est présent pour aider.



## Ralentir !!!

En demandant - et en faisant - soi-même respecte le rythme naturellement plus lent des enfants

**La bienveillance permet aux enfants de s'épanouir et de développer leur intelligence émotionnelle et relationnelle**

# En résumé



Ce que nous reflétons dans nos interactions soutient le développement **OPTIMAL** des enfants et influence leur façon de comprendre le monde.



La gentillesse aide à réduire et à éviter le stress chez l'enfant, le rendant plus disponible pour apprendre et interagir.

**Même la meilleure stratégie au monde NE peut PAS aider un enfant à apprendre si elle n'est pas accompagnée de bienveillance.**



Concrètement, qu'est-ce qu'on doit travailler pour aider les enfants à devenir plus matures émotionnellement et socialement ?

**Ben les compétences socio-émotionnelles quoi ! 😊**

# Pourquoi les compétences socio-émotionnelles sont-elles essentielles ?



**Coréguler les émotions**



**S'épanouir en société**

**TOUT CE QUE LES ENFANTS APPRENNENT À TRAVERS LE JEU EST TRANSFÉRABLE  
DURANT LES MOMENTS DE DÉFI : ATTENTES ET RETENU**

# L'outil des compétences socio-émotionnelles

## MODULE 3

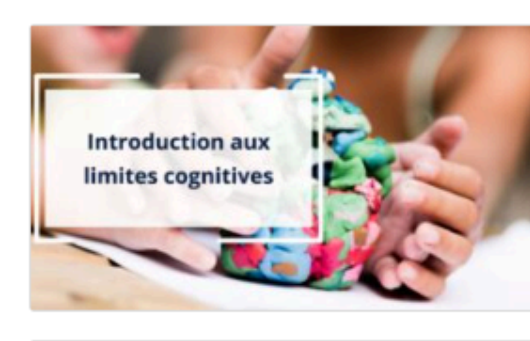
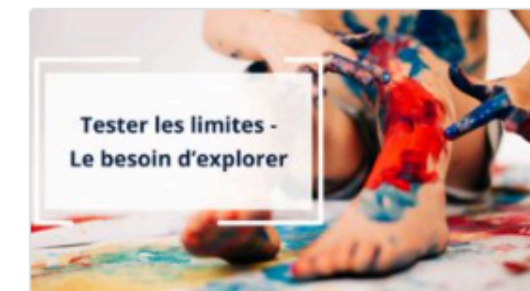
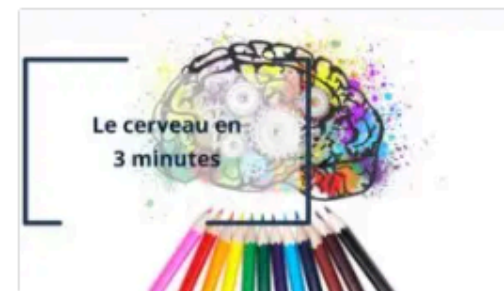
Des stratégies simples

Faciles à intégrer

Adaptées à tous les enfants

Qui favorisent les apprentissages

### Module 3 - Les crises et la régulation émotionnelle



# Activité de groupe pour :

## La pratique des compétences socio-émotionnelles

Module 3 – Les crises et la régulation émotionnelle > Les crises et la régulation émotionnelle > La pratique des compé...

EN COURS



- Vous approprier l'outil
- Repartir avec une action
  - concrète et facile
  - pour travailler une compétence
  - dès la semaine prochaine

# Activité de groupe

**Travailler une  
compétence dans un  
moment précis**



## Étape 1 - Comprendre les stratégies



**C'est le moment de :**

**1. Découvrir sur quelle compétence socio-émotionnelle vous allez travailler.**

**2. Lire les différentes stratégies de l'outil et surligner celles que vous aimeriez essayer avec les enfants.**

*Sentez-vous très à l'aise de nous demander des explications aux besoins.*



## Étape 2 - Faire les liens et choisir quoi essayer

**Chacune votre tour, c'est le moment de :**

**1. Discuter en groupe**

- **d'une stratégie que vous aimeriez essayer et**
- **d'expliquer pourquoi vous aimeriez la pratiquer avec les enfants.**

**2. Concrètement, écrivez de quelle façon vous pourriez intégrer la stratégie au moment qui vous a été attribué, dès lundi.**



# Retour

- 1. Qu'avez-vous décidé d'intégrer dans vos routines et comment ?**
- 2. Pensez-vous que ça pourrait être facile de travailler les autres compétences socio-émotionnelles à travers vos routines ?**



## **Des pratiques qui influencent le climat éducatif**

**Intégrer ces pratiques socio-émotionnelles améliore**

- **La qualité des interactions**
- **La régulation émotionnelle des enfants**
- **Le climat éducatif en général**

**Les comportements difficiles diminuent parce que les enfants ont appris d'autres façons de réagir**

# Connexance

La plateforme de l'inclusion

9 Modules de ressources  
conçues pour votre  
réalité professionnelle.



Module 1 - Démystifier l'inclusion  
en petite enfance

0% TERMINÉ



Module 2 - Faciliter la  
communication avec les enfants  
à besoins et défis particuliers

60% TERMINÉ



Module 3 - Les crises et la  
régulation en contexte  
d'inclusion

0% TERMINÉ



Module 4 - Adapter son  
environnement pour faciliter  
l'inclusion

0% TERMINÉ



Module 5 - Les stratégies et  
interventions pour diminuer les  
comportements défis

0% TERMINÉ



Module 6 - Professionnelles ne  
veut pas dire parfaites

0% TERMINÉ



Module 7 - Routines et  
transitions en contexte  
d'inclusion

0% TERMINÉ



Module 8 - Le partenariat avec  
les parents

14% TERMINÉ



Module 9 - Les besoins  
particuliers expliqués

0% TERMINÉ