

Ensemble sur le même bateau !



CONFERENCE **INEMO**

Apprendre aux jeunes enfants à gérer leur impulsivité et leurs émotions

Dr. Marine Houssa Dr. Alexandra Volckaert

1

Qu'est-ce qu'un enfant difficile?



Enfant difficile? Emotions Impulsivité

2

Qu'est-ce qu'un enfant difficile?

Agitation 	Opposition, désobéissance 	Provocation 
Agressivité 	Impulsivité 	Instabilité émotionnelle 

Enfant difficile? Emotions Impulsivité

3

Comprendre les troubles du comportements comme un **continuum...**

Enfant difficile? Emotions Impulsivité

4

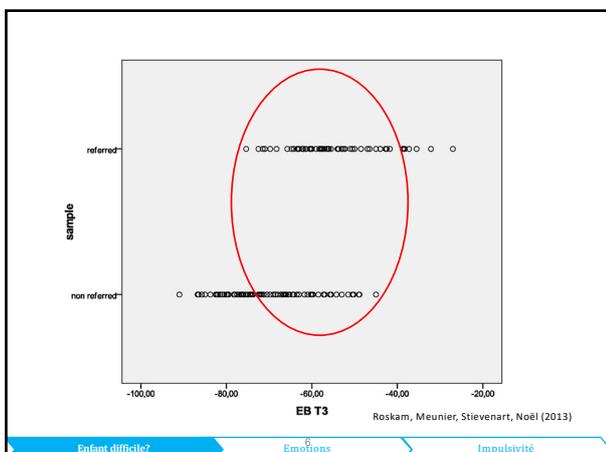
De quoi parle-t-on avant 6 ans?

- Pas de diagnostic avant l'âge scolaire
- Nombreuses plaintes en consultation avant cet âge
- 1 par classe en moyenne

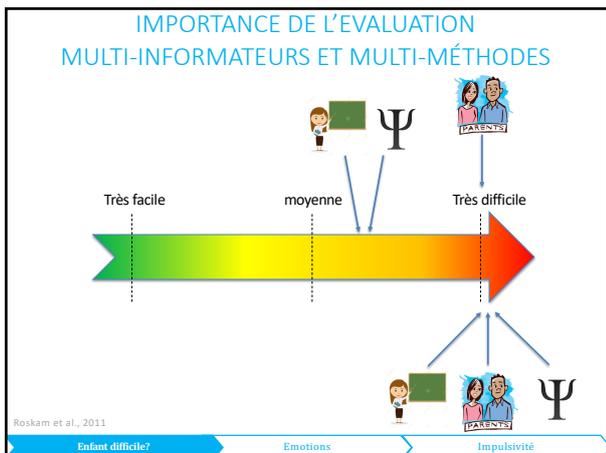
→ engendrent souvent des difficultés dans les relations familiales, sociales ainsi que dans les apprentissages scolaires
(Campbell, Shaw & Gilliom, 2000; Roskam, Noël & Schelstraete, 2011).

Enfant difficile? Emotions Impulsivité

5



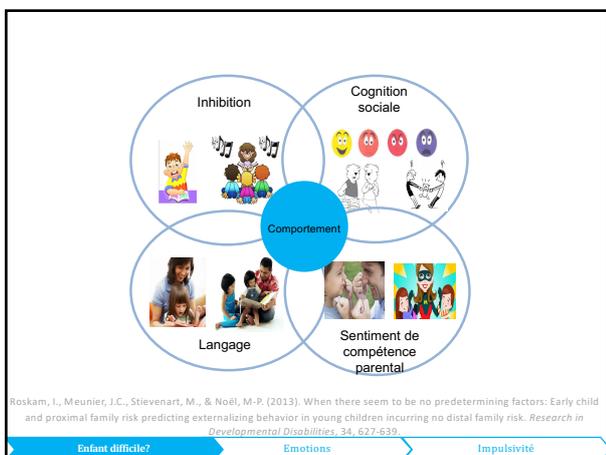
6



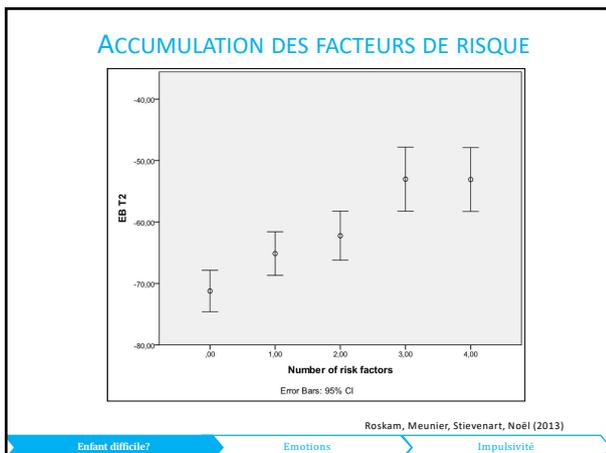
7



8



9



10



11

Qu'entend-on par compétences sociales et émotionnelles?

Processus cognitifs permettant de comprendre les situations sociales et d'émettre des comportements sociaux adaptés

Identification et compréhension des émotions



Capacité à résoudre un problème social

Comprendre ce que l'autre voit, croit, pense, veut ou désire

Capacité à réfléchir à la meilleure façon de réagir devant un problème

Enfant difficile?
Emotions
Impulsivité

12

Concrètement...

- Comprendre ses émotions et celles des autres
- Apprendre à parler à propos des émotions
- Comprendre la perspective de l'autre et ce qu'il désire
- Apprendre à créer des nouvelles manières de réagir en situation sociale
- Reconnaître que plusieurs façons de réagir peuvent être bonnes dans une même situation sociale





Enfant difficile?
Emotions
Impulsivité

13

Comment soutenir les compétences sociales et émotionnelles?

- Par le jeu
- Par le bricolage
- Par la musique
- Par la lecture d'histoires
- En regardant des extraits de dessins animés
- En discutant sur leur vécu
- Par des petits jeux de rôle




Raconte-moi ce qui est en train de se passer!

Est-ce que c'est bien ou pas bien? Pourquoi?

Si c'est pas bien, que ferais-tu?

Enfant difficile?
Emotions
Impulsivité

14

Quelques petits trucs!

- ✓ Quand quelqu'un te donne quelque chose de beau ou quand tu fais quelque chose d'excitant, tu ressens de la joie.
- ✓ Quand quelqu'un te fait quelque chose de désagréable exprès, tu te sens en colère.
- ✓ Ce n'est pas bien de se moquer de quelqu'un.
- ✓ C'est bien d'aider quelqu'un à réaliser une tâche.

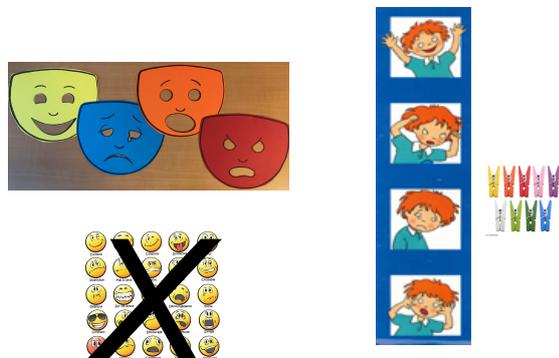





Enfant difficile?
Emotions
Impulsivité

15

L'émomètre et le masque des émotions:



Enfant difficile? Emotions Impulsivité

16



INEMO asbl - www.inemo.be

Enfant difficile? Emotions Impulsivité

17

Par le jeu...



Jeux de visages

+ Utilisation du miroir

Enfant difficile? Emotions Impulsivité

18

Par le jeu...

Enfant difficile? Emotions Impulsivité

19

Par des dessins animés...

Important de poser des questions aux enfants :

- **Reconnaissance** de l'émotion
- **Cause** de l'émotion
- **Conséquence** de l'émotion

Enfant difficile? Emotions Impulsivité

20

Par la lecture d'histoires...

Enfant difficile? Emotions Impulsivité

21

Par la lecture d'histoires...

Enfant difficile? Emotions Impulsivité

22

Par des bricolages...
Le thermomètre des émotions

Quelles sont les causes de ma tristesse / comment je suis quand je suis triste ?

Qu'est-ce que je fais pour ne plus être triste?

Enfant difficile? Emotions Impulsivité

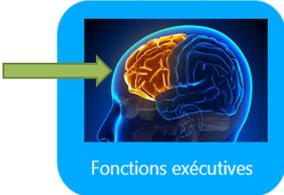
23

Comment apprendre aux enfants à gérer leur impulsivité

Enfant difficile? Emotions Impulsivité

24

Que sont les fonctions exécutives ?



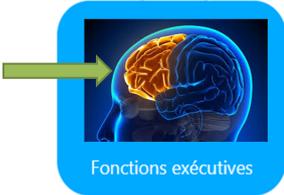
Fonctions exécutives

Enfant difficile? Emotions Impulsivité

25

Que sont les fonctions exécutives ?

Développement Processus cognitif



Fonctions exécutives

Composantes Rôles

Enfant difficile? Emotions Impulsivité

26

Que sont les fonctions exécutives ?



Fonctions exécutives

Processus cognitif

- Adaptation
- Routines insuffisantes
- Situations nouvelles

Enfant difficile? Emotions Impulsivité

27

Que sont les fonctions exécutives ?



Rôles

- Contrôle émotionnel
- Interactions sociales
- Régulation du comportement
 - Contrôle comportements impulsifs
 - Suivi d'instructions
- Coordination des actions/pensées pour atteindre un but

Enfant difficile? Emotions Impulsivité

28

Que sont les fonctions exécutives ?



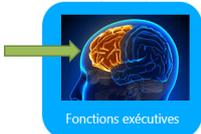
Composantes

- Attention
- Inhibition
- Mémoire de travail
- Flexibilité

Enfant difficile? Emotions Impulsivité

29

Que sont les fonctions exécutives ?



Développement

- Maturation
 - Tardive
 - Par vague
- Développement asynchrone
- U inversé
- Boost période préscolaire

Enfant difficile? Emotions Impulsivité

30

De l'importance du développement des FE...

- Fort importante déjà en maternelle : Permettent
 - d'être plus auto-régulé
 - D'avoir de meilleures compétences sociales (lien notamment avec la compréhension des émotions)
 - D'avoir de meilleures capacités d'apprentissage

➔ **Un contrôle du comportement de manière générale**

Enfant difficile?
Emotions
Impulsivité

31

De l'importance du développement des FE...

- Suivi de 1000 enfants à partir de 3 ans et jusqu'à l'âge adulte (32 ans)
- Mesure de leurs capacités de self-control par questionnaires (parents & enseignants), observations dans situation et tâches motrices et cognitives

Moffitt & al. (2011, Proc of the Nat Academy of science)

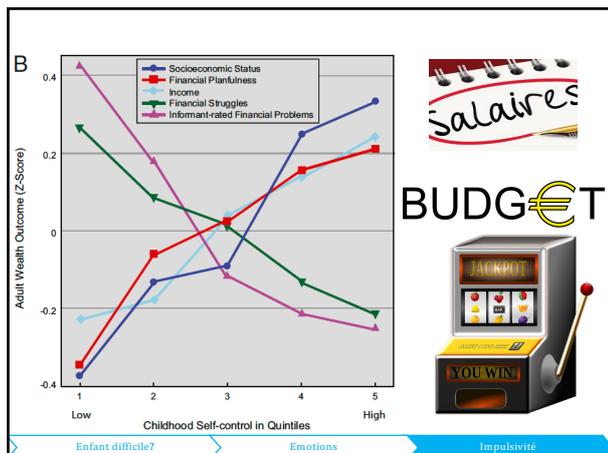
Enfant difficile?
Emotions
Impulsivité

32

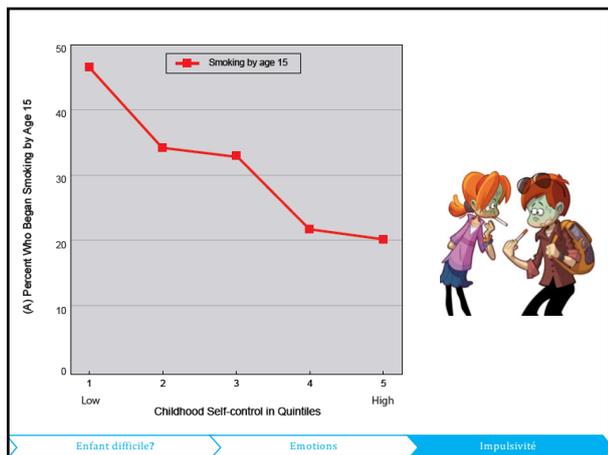
Childhood Self-control Quintile	Percent Who Left School With No Educational Qualifications
1 (Low)	42
2	22
3	19
4	9
5 (High)	5

Enfant difficile?
Emotions
Impulsivité

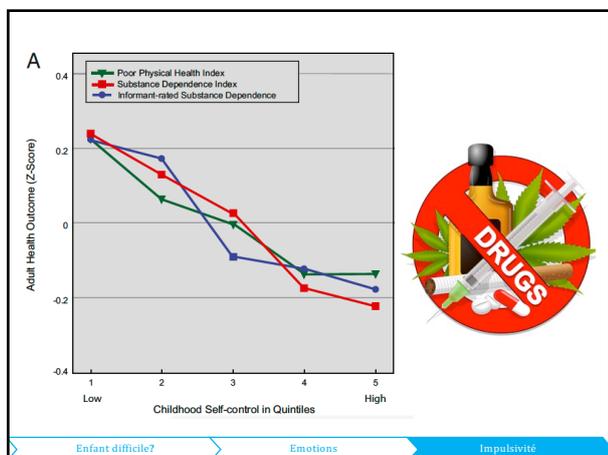
33



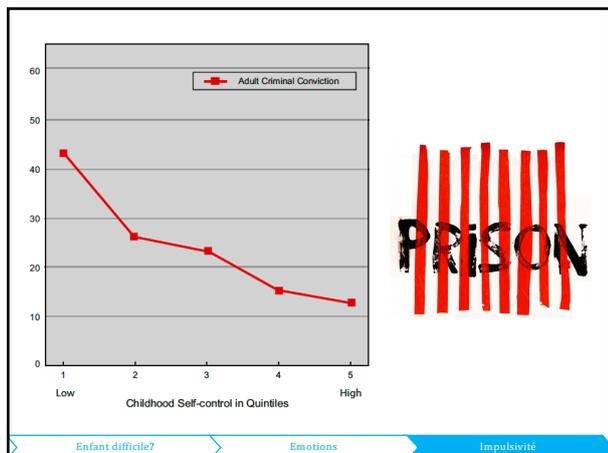
34



35



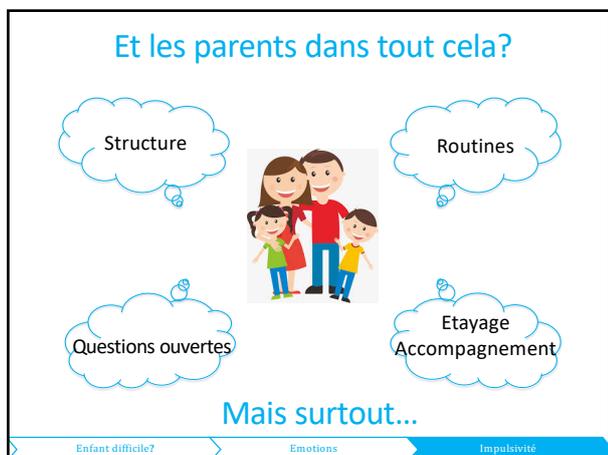
36



37



38



39

Importance du renforcement positif!

Enfant difficile? Emotions Impulsivité

40

Entrainement de l'inhibition

Inhibition :

- capacité à retenir une réponse prédominante
- capacité à interrompre une réponse en cours
- contrôler son comportement
- ne pas prêter attention à des distracteurs

Enfant difficile? Emotions Impulsivité

41

Comment travailler l'inhibition?

Inhibition d'une réponse prédominante

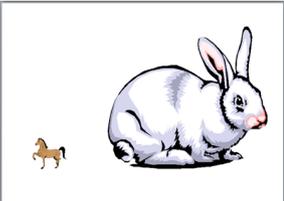
Enfant difficile? Emotions Impulsivité

42

Comment travailler l'inhibition?

Inhibition d'une réponse prédominante

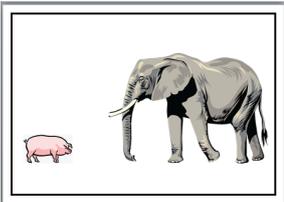
Dis moi le plus vite possible quel est le plus grand en réalité



Enfant difficile? Emotions Impulsivité

43

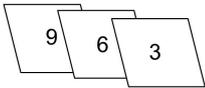
Augmentation de la complexité :



44

Comment travailler l'inhibition?

Interruption d'une réponse en cours



Enfant difficile? Emotions Impulsivité

45

Comment travailler l'inhibition?

Contrôle du comportement



Enfant difficile? Emotions Impulsivité

46

Comment travailler l'inhibition?

Inhibition des distracteurs



Enfant difficile? Emotions Impulsivité

47

Pictogrammes



Mr Stop
« Stop, je réfléchis et puis j'agis »



Enfant difficile? Emotions Impulsivité

48

Pictogrammes

Mme Zen
« je suis calme »

Enfant difficile? Emotions Impulsivité

49

Pictogrammes

Déetective
« je surveille »

Enfant difficile? Emotions Impulsivité

50

Lecture d'histoires

Enfant difficile? Emotions Impulsivité

51

MERCI POUR VOTRE ATTENTION...

WWW.INEMO.BE



52
