

# Accompagner les émotions des enfants

---

## Les émotions au quotidien

Pierre, 20 mois, est concentré depuis de longues minutes, il essaie d'emboîter deux tubes en cartons de tailles différentes... Au moment où il réussit l'emboîtement, son visage s'éclaire... L'accueillante qui l'a observé avec attention et intérêt, en évitant d'intervenir pendant son activité, participe avec empathie à sa joie et lui dit: «je vois que tu es content d'être arrivé à emboîter les tubes». Louis, 15 mois, observe lui aussi la scène à distance, s'approche et prend l'un des deux tubes, puis s'éloigne. Pierre rougit, se redresse et poursuit Louis en criant... Il semble très fâché.

## Il y a les émotions des enfants mais aussi celles des adultes.

Cette scène, comme tant d'autres dans un milieu d'accueil, montre combien la vie au sein d'un groupe de jeunes enfants (de moins de trois ans), ne va pas de soi: source de découverte, de joie, de plaisir partagés mais aussi de frustration qui peut générer colère, tristesse, etc. Cette scène montre aussi le rôle central de l'adulte, de la professionnelle qui a à «penser» ses pratiques éducatives, à acquérir des attitudes conscientes et réfléchies (concertées si elle travaille en équipe), sans se laisser emporter par ses réactions émotionnelles.

## Des questions-clés à se poser face aux émotions exprimées par un enfant dans une situation du quotidien:

Qu'exprime-t-il ? Que puis-je comprendre de ce qu'il me «dit»? de ce qu'il vit?  
Quel écho, quelle émotion la situation suscite-t-elle en moi? Une émotion sans doute différente de celle d'une autre personne, toujours liée à mon histoire, mes expériences, ma culture et mon éducation...  
Quelles attitudes «vivre» et quel accompagnement assurer auprès des enfants?  
Comment ajuster les interventions auprès des enfants pour soutenir l'expression de leur vécu et en tenant compte de leur niveau de développement?  
Comment soutenir l'enfant dans son apprentissage progressif de la gestion des émotions?

## L'émotion a une fonction positive!

Elle est une forme d'expression pour l'enfant: à travers elle, celui-ci exprime quelque chose de lui, de ce qu'il vit dans une situation: je suis content, je suis fâché, je suis triste, je suis jaloux, je suis soulagé... Comme souligne Filliozat, «pleurer, crier, trembler sont des remèdes aux inévitables tensions de la vie (...). L'émotion permet de se récupérer, de se reconstruire après une blessure. Un événement blessant, un accident, une épreuve, une injustice ne deviennent traumatismes que si on ne laisse pas libre cours à l'expression des sentiments qu'ils suscitent». D'où l'importance d'une attitude d'écoute, de respect, de non jugement et bienveillance sans chercher à résoudre, donner de leçons...

## L'émotion d'un jeune enfant et son accompagnement

### L'accompagnement par l'adulte se joue dans l'idéal à trois niveaux.

De manière préventive, l'adulte aménage des situations éducatives qui favorisent bien-être et implication de tous et chacun des enfants en tenant compte non seulement de leurs besoins, mais aussi de l'expression de leur intérêt en situation (choix des jeux, aménagement de l'espace, etc.).

Il porte une attention particulière aux conditions qui favorisent les mille et une façons dont de jeunes enfants peuvent s'exprimer: aménagement de moments privilégiés de relation, rencontre autour du livre et d'autres objets culturels, etc. Agir, c'est «s'exprimer», c'est aussi «réguler les émotions», souligne le référentiel psychopédagogique, «oser la qualité».

En situation, l'adulte assure une présence sécurisante, voire «contenante»: une attention bienveillante et empathique à l'égard de l'enfant et de ses émotions.

Enfin, l'adulte peut intervenir au plus proche de ce qui se passe, de ce qui se vit et de ce qui se joue. Il repère, il accueille, il prend en compte, il met parfois des mots sur les émotions. Il importe que l'enfant soit reconnu dans ce qu'il vit sans que cela ne soit déformé.

## Des points de vigilance

L'enfant ne se réduit pas à l'émotion qu'il exprime. Un enfant qui se fâche n'est pas un colérique... Un enfant qui pleure n'est pas un pleurnichard...  
Évitons les étiquetages: l'enfant risque de s'ajuster à l'image négative que l'adulte lui renvoie sans cesse.  
Privilégions donc l'image positive témoin de la confiance accordée à l'enfant...

Attention aux préjugés sexistes: un petit garçon a autant le droit d'exprimer son chagrin par des pleurs qu'une petite fille...

Évitons toute forme de disqualification: par exemple, la colère - qui est une réaction saine à une frustration - peut conduire un jeune enfant à adopter des comportements agressifs. S'il importe de marquer son désaccord par rapport à l'acte qui nuit à un autre enfant, d'accompagner l'enfant dans l'acquisition d'autres comportements, il est tout aussi essentiel de ne pas le juger (ex.: «tu es méchant...»).

L'accompagnement des émotions est particulièrement complexe car les émotions, les comportements, les scènes dont nous sommes témoins réactivent souvent en nous des vécus personnels et des croyances dont nous n'avons pas toujours conscience et pourtant qui influencent notre attitude.

En conclusion, accueillir toutes les émotions, ce n'est pas tout permettre. Donner pleinement le droit d'être à l'émotion est différent de permettre tous les comportements qui en découlent.

Florence PIRARD  
Conseillère psychopédagogique

Marthe TOUSSAINT  
Coordinatrice accueil