



## ACCOMPAGNER LES PEURS ET ANXIETES DE L'ENFANT DE LA NAISSANCE A 9 ANS

Angoisse de séparation, peur des monstres, peur du noir, peur des évaluations à l'école sont les peurs les plus connues des enfants. Plus ou moins intenses, elles peuvent impacter leur développement, leurs relations et même parfois, empêcher la réalisation de leurs activités quotidiennes. Quelles soient petites ou grandes, les dépasser ouvre les portes du courage et de l'estime de soi. Pour cela, les enfants ont besoin de s'appuyer sur un adulte qui en les guidant dans la gestion de leurs émotions, leur permette de les apprivoiser.

Cette formation permettra aux professionnel-le-s de comprendre les rouages des peurs infantiles, afin d'être en mesure d'aider les enfants à les dépasser.

### Public cible :

Professionnel-le-s intervenant auprès d'enfants de la naissance à 9 ans

### Prérequis

Aucun prérequis n'est exigé pour suivre cette formation

### Objectifs :

- Reconnaître les différentes formes de peurs et d'anxiétés chez l'enfant et en identifier l'origine.
- Repérer les signes de l'apparition des différents troubles et les mettre en lien avec l'âge de l'enfant et les facteurs de risque contextuels
- Ajuster son comportement et ses attitudes pour apaiser l'enfant et réduire ses peurs
- Conseiller et orienter les parents vers un accompagnement complémentaire adapté si nécessaire

[epe57.fr](http://epe57.fr)

1 rue du Coëtlosquet – 57000 Metz  
Tél. **03 87 69 04 87** – Email : [info@epe57.fr](mailto:info@epe57.fr)

Association loi 1908 - Membre de la Fnepe, association reconnue d'utilité publique - Siret : 78 000 532 800 015 - Code NAF : 9499Z  
Organisme de Formation certifié Qualiopi - Numéro de Déclaration d'Activité (NDA) : 41 57 00075 57

## Programme de la formation :

### 1<sup>ère</sup> journée

- Définition des émotions, des sentiments, de la peur
- Les différentes étapes du mécanisme émotionnel : charge, tension, décharge et récupération
- Les fonctions des émotions
- Les émotions des enfants en lien avec l'immaturation cérébrale
- Le rôle des neurones miroirs
- La représentation des émotions des enfants
- Les violences éducatives ordinaires

### 2<sup>ème</sup> journée

- Les différentes formes de peur chez l'enfant, les sources, les peurs innées/les peurs acquises.
- Le repérage et l'accompagnement des peurs des enfants
- Différencier les peurs normales des peurs pathologiques
- Comment maîtriser ses peurs ?
- Et l'enfant qui n'a jamais peur.
- Quelques outils pour accompagner les peurs des enfants

### 3<sup>ème</sup> journée

- Points clés et recommandations pratiques
- Des jeux pour diminuer l'anxiété
- Le syndrome du stress post traumatique
- L'écoute empathique, un besoin fondamental
- Consolider l'estime de soi et la confiance en soi
- La théorie de l'attachement

### Journée REX / Consolidation

- Retour d'expérience sur le terrain /consolidation des connaissances et techniques.
- Partage d'expérimentations
- Recueil des questionnements
- Echanges et analyse de situations professionnelles
- Mutualisation d'outils

## Méthodes pédagogiques :

- Apports théoriques
- Mise en commun et analyse de situations rencontrées par les participant·e·s dans leur pratique professionnelle
- Jeux de rôles et études de situations
- Analyse de documents vidéo

## Modalités d'évaluation des acquis d'apprentissage :

- La validation des acquis se fait tout au long de la formation au travers d'exercices d'application et d'études de cas.
- Un quizz d'évaluation des acquis est remis à chaque participant·e au terme de la formation.

## Durée de la formation :

4 Jours - 28 Heures

## Proposition de dates :

22,23,24 avril ET 22 mai 2025

## Tarif :

**980 € NET / stagiaire**

## Formatrice :

**Catherine SUPPER**, Educatrice de Jeunes Enfants et formatrice

## Les + de cette formation :

Verbatims de stagiaires ayant déjà suivi cette formation :

« Des supports ludiques variés et expliqués », « Une formation vivante et interactive », « Un espace d'expression », « Une formatrice disponible, à l'écoute, sans jugement » « Un espace ressource pour les professionnels en questionnement »