

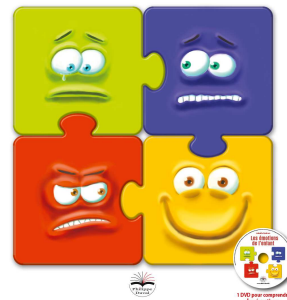
# LA RÉGULATION ÉMOTIONNELLE CHEZ L'ENFANT: UNE PERSPECTIVE DÉVELOPPEMENTALE

Prof. Isabelle Roskam

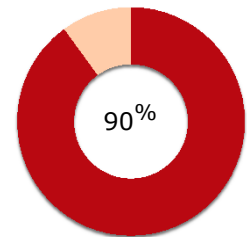
 **UCLouvain**

## Les émotions de l'enfant

Isabelle Roskam



Culpabilité    Amour    Honte  
 Abattement    Agacement  
 Colère    Fierté  
 Sérénité    STRESS    déception  
 Frustration    Gratitude  
 Enthousiasme    Jalousie    Tristesse  
 Emerveillement  
 Ennui    Joie    Embarras



## LES EMOTIONS

**REAGIR**



**NOUS  
CONNAITRE**

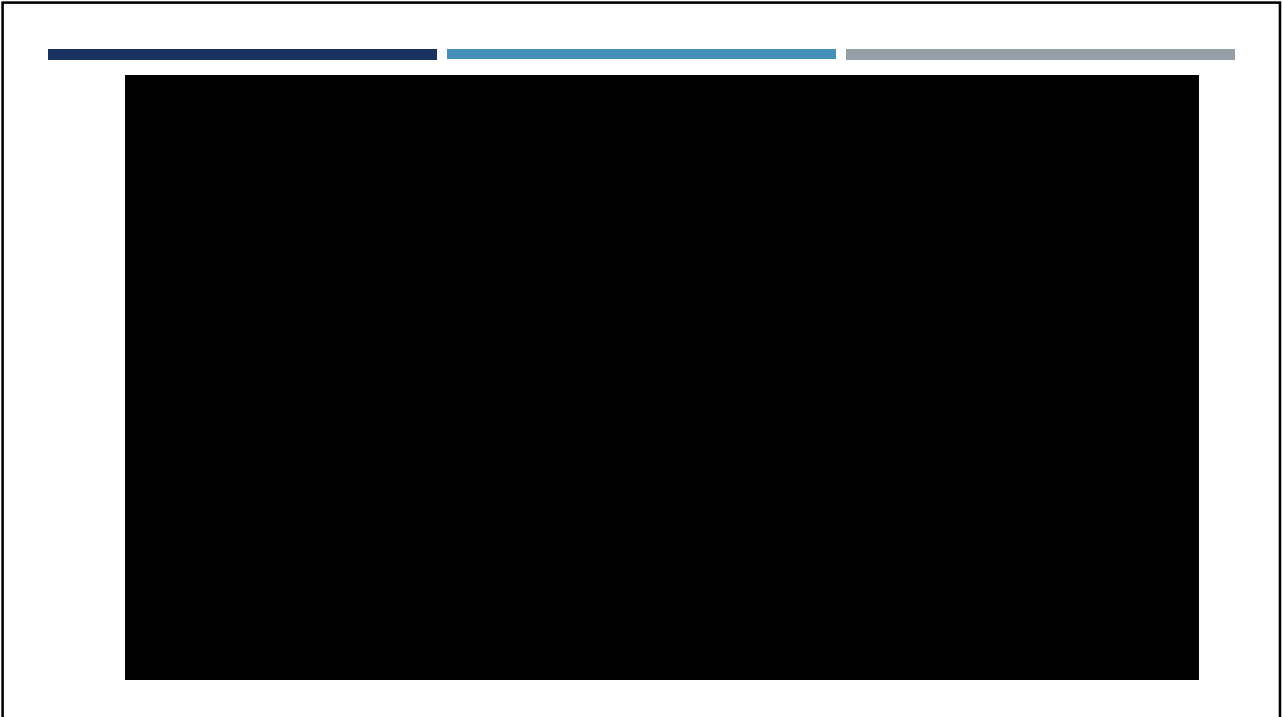
**INFORMER LES  
AUTRES**  
sur nous/le monde

**ANTICIPER**

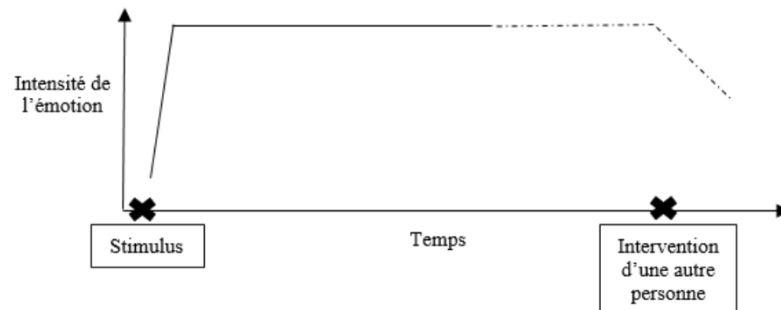
## LES COMPÉTENCES ÉMOTIONNELLES CHEZ L'ADULTE

Face à ses émotions, l'adulte est capable de:

- Les identifier
- Les comprendre
- Les exprimer
- Les utiliser
- Réguler ses propres émotions et celles des autres



## LE BÉBÉ ET SES ÉMOTIONS



## LA RÉGULATION ÉMOTIONNELLE CHEZ L'ENFANT

- Comment la capacité à contrôler ses émotions se développe-t-elle ?
- Quelle compétence est acquise à quel âge?
- Comment les différentes compétences s'intègrent les unes aux autres?

## LA RÉGULATION ÉMOTIONNELLE

Stratégies intrapersonnelles

Stratégies  
interpersonnelles

## LA RÉGULATION ÉMOTIONNELLE

### Stratégies intrapersonnelles



### Stratégies interpersonnelles



## LE DÉVELOPPEMENT DE LA RÉGULATION ÉMOTIONNELLE

- Stade indifférencié (0-3 mois)
- Emergence des signes émotionnels différenciés (3 mois-2 ans)
- Développement de la régulation émotionnelle interpersonnelle (3-6 ans)
- Intériorisation des stratégies de régulation émotionnelle (6-10 ans)

## STADE INDIFFÉRENCIÉ (0-3 MOIS)



## STADE INDIFFÉRENCIÉ (0-3 MOIS)



- Indifférenciation des signes émotionnels (réflexes)
- Transparence des signes internes
- Régulation interpersonnelle > intrapersonnelle

## STADE INDIFFÉRENCIÉ (0-3 MOIS)

### Stratégies intrapersonnelles

- Succion



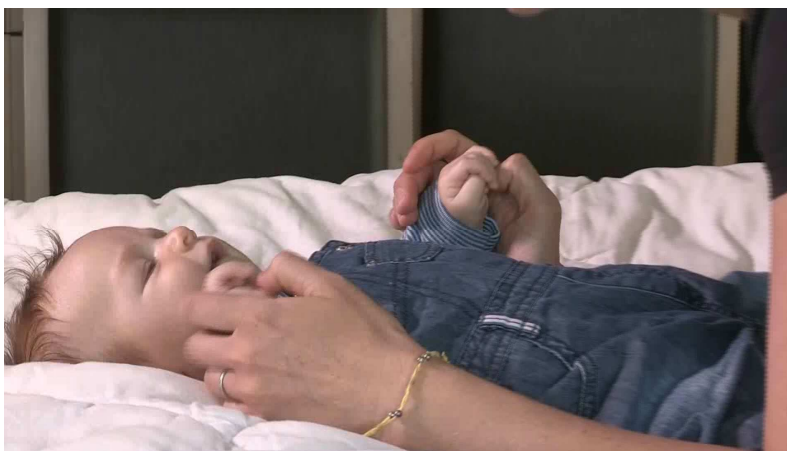
- Regard



### Stratégies interpersonnelles



## STADE INDIFFÉRENCIÉ (0-3 MOIS)



Imitation précoce

Capacité à repérer  
des synchronies

## EMERGENCE DES SIGNES ÉMOTIONNELS DIFFÉRENCIÉS (3 MOIS-2 ANS)

- Différenciation de l'expression des émotions
- Prise de conscience des réactions émotionnelles
- Enrichissement du répertoire des stratégies régulatrices

## EMERGENCE DES SIGNES ÉMOTIONNELS DIFFÉRENCIÉS (3 MOIS-2 ANS)

- **Différenciation de l'expression des émotions**
- Prise de conscience des réactions émotionnelles
- Enrichissement du répertoire des stratégies régulatrices





## EMERGENCE DES SIGNES ÉMOTIONNELS DIFFÉRENCIÉS (3 MOIS-2 ANS)

- Différenciation de l'expression des émotions
- **Prise de conscience des réactions émotionnelles**
- Enrichissement du répertoire des stratégies régulatrices



## EMERGENCE DES SIGNES ÉMOTIONNELS DIFFÉRENCIÉS (3 MOIS-2 ANS)

- Le co-régulateur donne sens à l'expérience émotionnelle du bébé
- Le co-régulateur est le miroir du bébé
- Le bébé peut voir ses émotions
- Le bébé peut concevoir ses émotions



## EMERGENCE DES SIGNES ÉMOTIONNELS DIFFÉRENCIÉS (3 MOIS-2 ANS)

- Différenciation de l'expression des émotions
- Prise de conscience des réactions émotionnelles
- **Enrichissement du répertoire des stratégies régulatrices**



## EMERGENCE DES SIGNES ÉMOTIONNELS DIFFÉRENCIÉS (3 MOIS-2 ANS)

- L'enfant continue d'utiliser des stratégies qu'il possédait déjà au stade précédent :
  - Exemple : La succion
  - Exemple: Se détourner de la source de l'émotion



## EMERGENCE DES SIGNES ÉMOTIONNELS DIFFÉRENCIÉS (3 MOIS-2 ANS)

- Le bébé utilise des stratégies qu'il a observées chez ses co-régulateurs
  - Le bébé a associé des émotions avec des comportements de régulation
  - Exemple: Etre pris dans les bras
  - Exemple: Prendre des objets



## EMERGENCE DES SIGNES ÉMOTIONNELS DIFFÉRENCIÉS (3 MOIS-2 ANS)

- Le bébé découvre de nouvelles stratégies:
  - La fonction symbolique = « faire semblant » :
    - L'enfant joue et rejoue ses émotions
    - L'enfant joue et rejoue les émotions des personnes de son entourage
    - L'enfant joue au co-régulateur



## DÉVELOPPEMENT DE LA RÉGULATION INTRAPERSONNELLE (3-6 ANS)

- Autonomisation
- Langage
- Dimension réflexive

## DÉVELOPPEMENT DE LA RÉGULATION INTRAPERSONNELLE (3-6 ANS)

- **Autonomisation**
- Langage
- Dimension réflexive



## DÉVELOPPEMENT DE LA RÉGULATION INTRAPERSONNELLE (3-6 ANS)

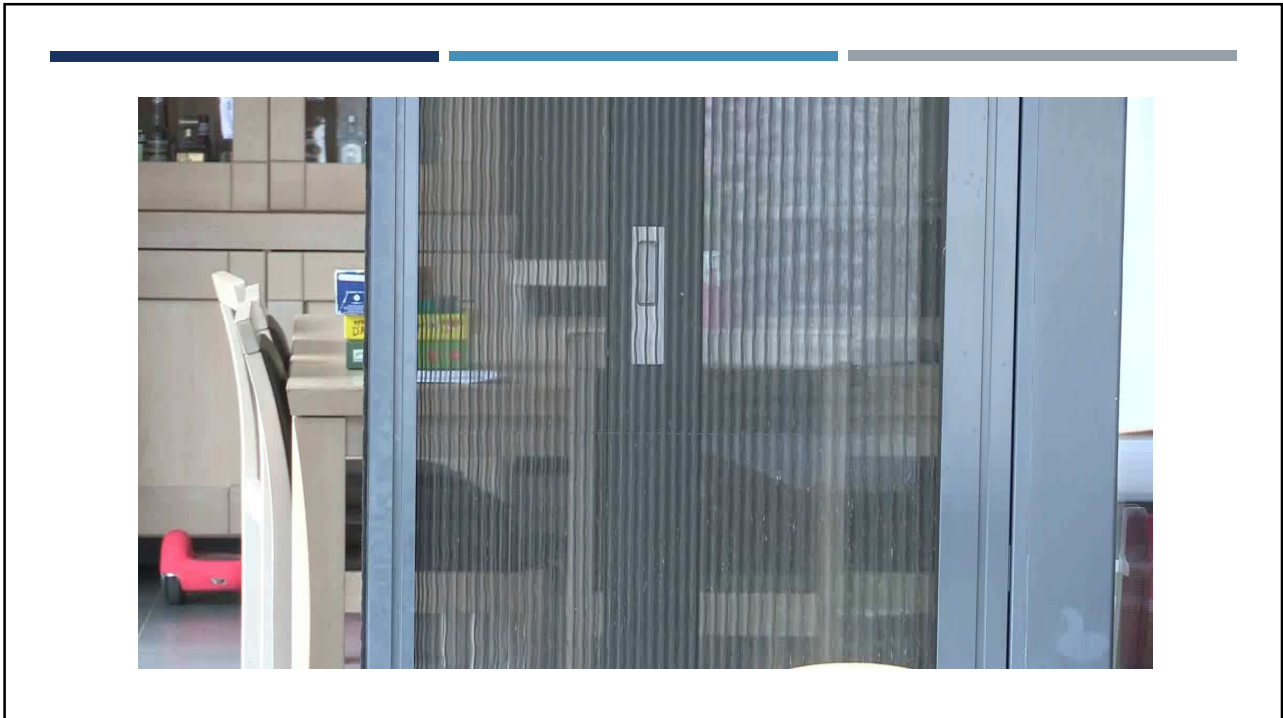
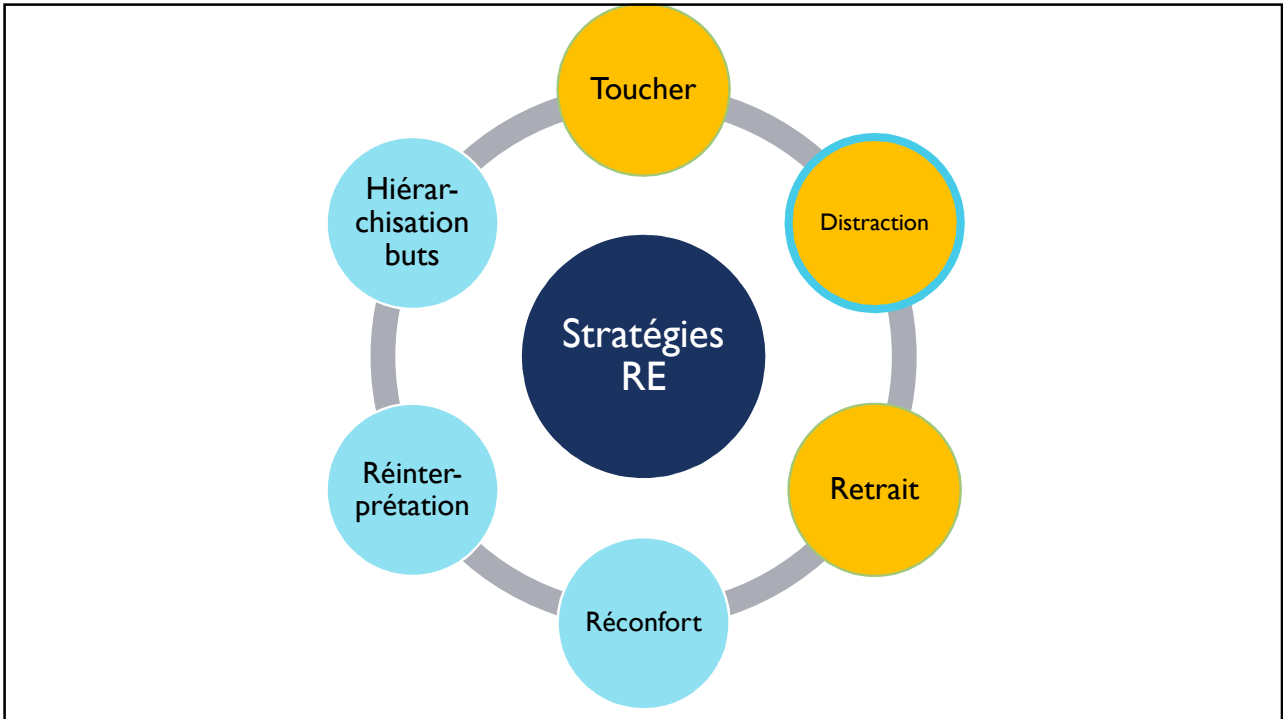
- Autonomisation
- **Langage**
- Dimension réflexive



## DÉVELOPPEMENT DE LA RÉGULATION INTRAPERSONNELLE (3-6 ANS)

- Autonomisation
- Langage
- **Dimension réflexive**





## INTÉRIORISATION DES STRATÉGIES DE RÉGULATION ÉMOTIONNELLE (6-10 ANS)

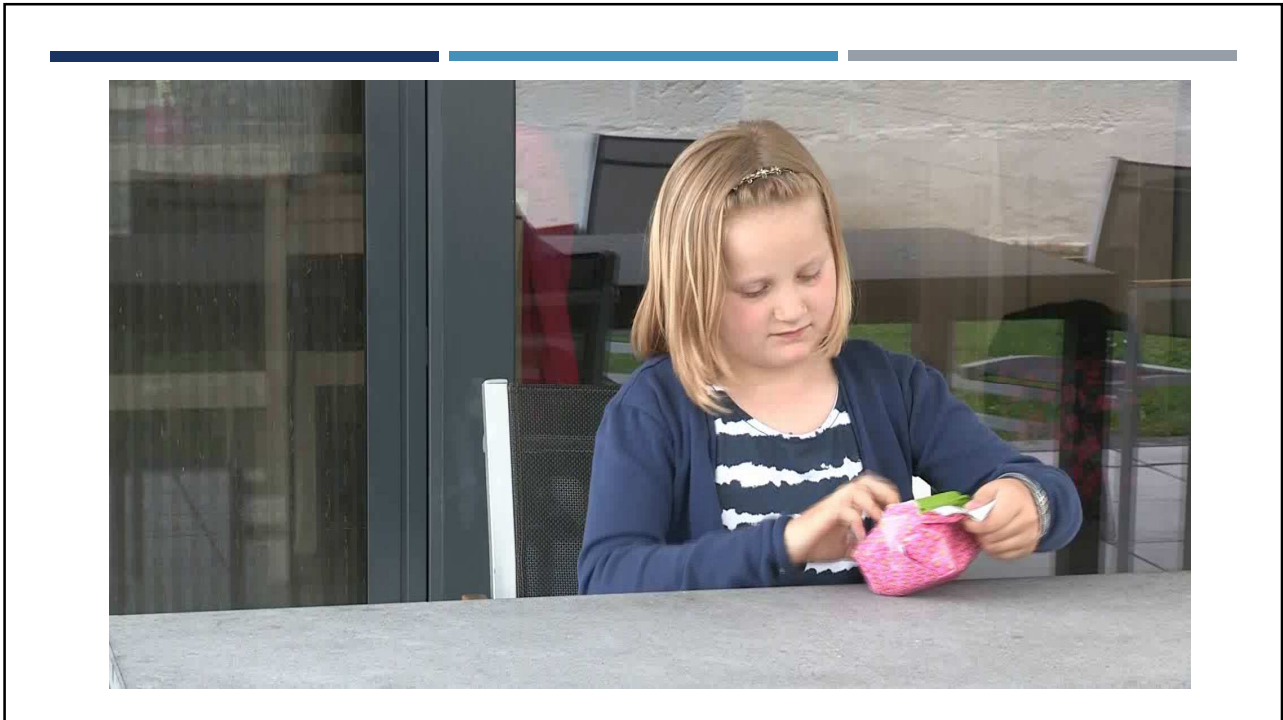
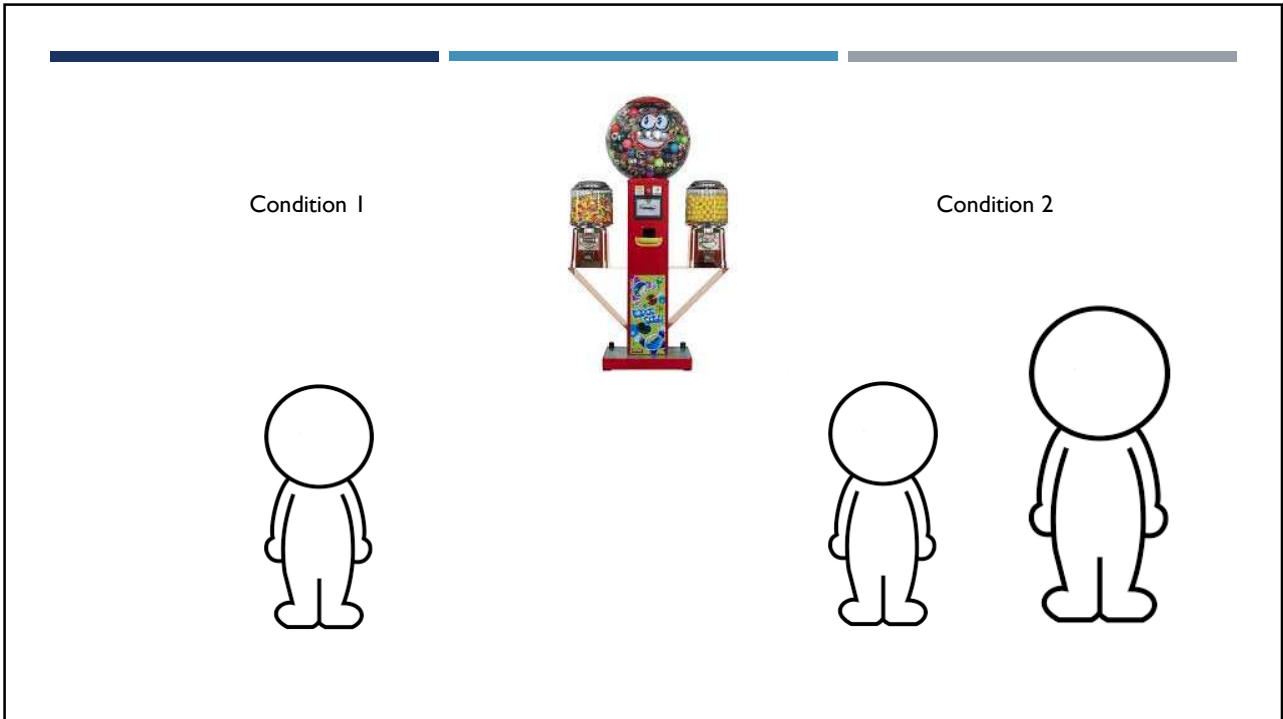
- Miniaturisation des signes émotionnels
- Différenciation composante expressive/intéroceptive



## INTÉRIORISATION DES STRATÉGIES DE RÉGULATION ÉMOTIONNELLE (6-10 ANS)

- **Miniaturisation des signes émotionnels**
- Différenciation composante expressive/intéroceptive







## INTÉRIORISATION DES STRATÉGIES DE RÉGULATION ÉMOTIONNELLE (6-10 ANS)

- Miniaturisation des signes émotionnels
- **Différenciation composante expressive/intéroceptive**



## A RETENIR...

- Le contrôle des émotions chez l'enfant se développe de 0 à 10 ans
- Au début de la vie: les stratégies interpersonnelles > intrapersonnelles
- Élargissement du répertoire au fil du développement...
- Importance des corégulateurs, processus transactionnel

