

Propositions pour le déroulement du cours

● Temps – Attention – Tendresse

Contenu / Objectif

Quels sont les facteurs importants permettant d'assurer le bien-être physique et psychologique d'un enfant et donc son développement sain ? Les participant·e·s identifient et nomment ces facteurs. Ils / Elles apprennent en particulier l'importance des trois concepts suivants : temps – attention – tendresse pour garantir un développement sain de leur enfant.

Connaissance de base pour le-la formateur·trice

- ↓ Bon à savoir : Temps – Attention – Tendresse
- ↓ Bon à savoir : Éducation
- ↓ Bon à savoir : Étapes du développement
- ↓ Bon à savoir : Garde d'enfants – accueil extra-familial
- ↓ Bon à savoir : Maladie et santé (avec de nombreux liens)
- ↓ Bon à savoir : Les nourrissons – comment répondre au mieux à leurs besoins
- ↓ Bon à savoir : Temps (en particulier le paragraphe « Avoir du temps pour l'autre – Passer du temps ensemble »)

Vocabulaire

Concepts portant sur les thèmes du bien-être (physique, psychologique), de l'attention et de la tendresse. Description des activités / actions qui assurent le confort et la sécurité de l'enfant : parler, jouer, raconter des histoires, chanter, prendre l'enfant dans ses bras, le réconforter, l'encourager

Documents de cours

- ↓ Feuille de travail 1 : Bien-être physique et psychologique (travail individuel)
- ↓ Feuille de travail 2 : Situations quotidiennes (travail en binôme et en groupe)
- ↓ Feuille de travail 3 : Astuces pour surmonter sa peur (BD)
- ↓ Feuille de travail 4 : Malaika apprend à marcher (BD)
- ↓ Feuille de travail 5 : Slatko sera cuisinier (texte à lire)
- ↓ Illustration 1 : Astuces pour surmonter sa peur (image de départ)

Matériel

- 2 feuilles volantes
- feutres

Déroulement possible Partie 1 :

● Facteurs clés pour le bien-être physique et psychologique

Vous avez besoin des documents de cours suivants :

- ↓ Feuille de travail 1 : Bien-être physique et psychologique (travail individuel)
- ↓ Illustration 1 : Astuces pour surmonter sa peur (image de départ)

Pourquoi un enfant pleure-t-il ? De quoi a-t-il besoin à ce moment ?

Début de la séance plénière avec l'illustration 1 : c'est la nuit, l'enfant est dans son lit, il pleure et tremble. Attendre les réactions spontanées des participant·e·s, sinon leur demander :

- *Que se passe-t-il ?*
- *Que faire à ce moment ?*
- *Pourquoi l'enfant pleure-t-il ?*
- *De quoi a-t-il besoin à ce moment ?*

De quoi ont besoin les enfants pour bien se développer ?

Tous les jours, l'enfant veut essayer et découvrir de nouvelles choses par lui-même.

Quand il se sent bien, il peut mieux apprendre et se développer :

- *De quoi a besoin un enfant pour se sentir bien ?*

Le-la formateur-trice rassemble les avis des participant-e-s sur les deux feuilles mobiles et leur explique les concepts.

Concept de « bien-être physique »

Alimentation, soins, protection

Concept de « bien-être psychologique »

Temps – Attention – Tendresse

Les participant-e-s visualisent sur la feuille de travail les domaines relevant du bien-être psychologique et ceux relevant du bien-être physique et notent sur les feuilles en forme de pétales des activités telles que jouer, parler, chanter, lire, bricoler, faire quelque chose ensemble, baigner son enfant, faire un bisou avant de se coucher, etc.

Les participant-e-s présentent leurs solutions et les complètent.

Déroulement possible Partie 2:

● Situations quotidiennes difficiles: comment dois-je réagir ? Pourquoi mon enfant réagit-il ainsi ? De quoi a besoin mon enfant ?

Vous avez besoin du document de cours suivant :

↓ Feuille de travail 2: Situations quotidiennes (travail en binôme et en groupe)

Travail en binôme

Les participant-e-s choisissent deux ou trois situations se trouvant sur la feuille de travail et imaginent comment ils / elles réagiraient s'ils / elles se trouvaient dans cette situation. Ensuite, ils/elles font leurs propositions pendant la séance plénière. Ces propositions correspondent-elles aux connaissances acquises au sujet des concepts principaux que sont le temps, l'attention et la tendresse ? Dans quelles situations est-il spécialement plus difficile de réagir de manière adéquate (par ex. par manque de temps, sous le stress ou quand on se fait du souci, etc.). Discussion en séance plénière.

Le thème de l'« enfant malade » peut être discuté à partir de quelques illustrations et peut aussi être abordé en conclusion. conTAKT-enfance ne fournit aucun matériel pédagogique sur le sujet.

Ramener quelque chose à la maison pour s'entraîner

Les participant-e-s discutent brièvement avec leur binôme et réfléchissent aux questions suivantes :

- Quelles sont les situations récurrentes et difficiles à gérer pour moi ?
- À quoi ferai-je particulièrement attention la semaine prochaine en ayant en tête les concepts de « Temps – Attention – Tendresse » ?

Pour aller plus loin :

● **Astuces pour surmonter sa peur**

Vous avez besoin du document de cours suivant :

↓ Feuille de travail 3: Astuces pour surmonter sa peur (BD)

Goran voit pendant la nuit d'horribles monstres et se réfugie en criant auprès de ses parents. Sa mère prend ses peurs au sérieux et sait comment Goran peut vaincre les monstres.

● **Malaika apprend à marcher**

Vous avez besoin du document de cours suivant :

↓ Feuille de travail 4: Malaika apprend à marcher (BD)

Malaika peut marcher en tenant la main de son père et de sa mère mais elle essaie maintenant d'y arriver toute seule. La mère encourage sa fille de loin en l'observant et quand finalement elle lui tend les bras et la rattrape quand elle vacille.

● **Slatko sera cuisinier**

Vous avez besoin du document de cours suivant :

↓ Feuille de travail 5: Slatko sera cuisinier (texte à lire)

Dans la cuisine, Slatko aide sa mère à préparer une omelette. Il la réussit très bien. Slatko est fier et veut devenir cuisinier quand il sera plus grand. Mais peut-être voudra-t-il devenir paysan quand il aura vu la ferme où les légumes sont plantés et où le fromage est produit ? Une histoire de curiosité enfantine, d'attention parentale et de temps passé ensemble.

Illustration 1 : Astuces pour surmonter sa peur (image de départ)

- **Image de départ: Astuces pour surmonter sa peur**



[Grande image sur la page suivante »](#)



Bon à savoir: Temps – Attention – Tendresse

● Temps – Attention – Tendresse

Pour qu'un enfant puisse se développer, son **bien-être à la fois physique et psychologique doit être assuré.**

Concernant ses **besoins physiques**, on doit rassasier sa faim et étancher sa soif, le protéger contre d'éventuels dangers ou contre le froid ou la chaleur, et réagir quand il se sent mal et qu'il est malade. Cela comprend donc **l'alimentation, la protection et les soins** (une alimentation adaptée et saine, des vêtements adéquats, l'évaluation des risques d'accident, toute une série d'actions en cas d'inconfort ou de maladies).

Outre la satisfaction de ses besoins physiques, le bien-être de l'enfant dépend d'une personne de référence. Cette dernière comble les **besoins psychologiques** de l'enfant en construisant avec elle une relation stable, en communiquant et interagissant avec lui. Ce type de bien-être est défini comme le **bien-être psychologique. L'enfant a besoin de se sentir en sécurité, il a besoin de la proximité physique et des soins affectueux de sa personne de référence. L'enfant a besoin d'être accepté, reconnu comme un individu unique et a besoin d'être félicité et estimé.**

Ce concept se résume en trois termes:

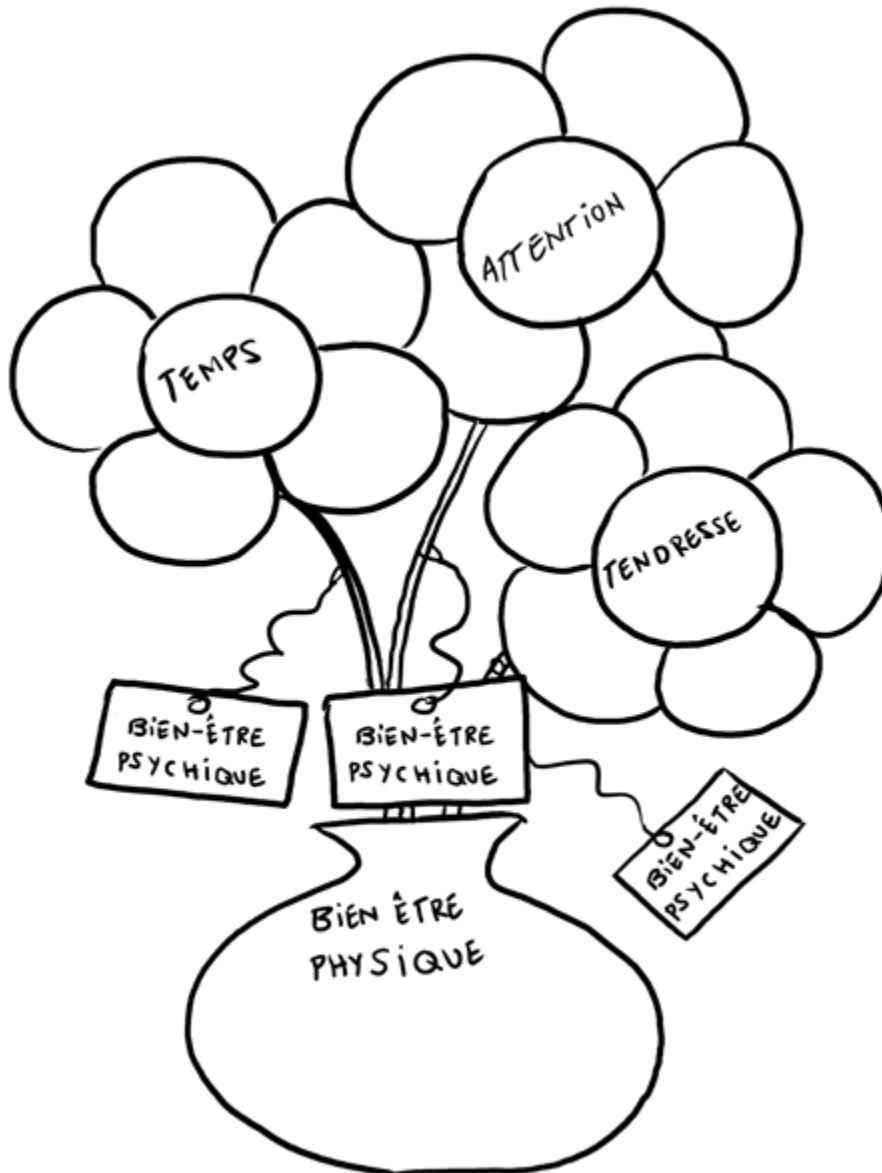
Temps – Attention – Tendresse

La personne de référence doit consacrer du **temps** à l'enfant pour **comprendre ses besoins, jouer** avec lui, lui raconter des histoires. **Jouer, c'est aussi apprendre**, découvrir, essayer, identifier des liens entre les choses, trouver des solutions, etc. Cela implique également de **faire confiance** à l'enfant, de lui laisser le champ libre afin qu'il puisse **faire ses propres expériences**. On peut résumer cela en une image: un enfant grimpe sur une échelle aussi haut qu'il s'en sent lui-même capable. Sa personne de référence est à côté de lui en cas de chute, mais ne l'aide pas à monter plus haut. L'enfant doit y parvenir par lui-même. Un peu plus tard, l'enfant réussit à monter un peu plus haut tout seul et peut être fier de ses progrès. Il est important que la personne de référence prenne l'enfant au sérieux, ne l'ignore et ne le néglige pas. Même lors des activités récurrentes comme les soins du corps, l'habillage ou le déshabillage, ou lors des repas, vous devez prendre votre temps et montrer de l'attention à votre enfant: parlez-lui (même si c'est encore un bébé), répondez à ses sentiments, soyez à l'écoute de ses émotions, faites-lui des compliments ou reconfortez-le. En exprimant leur joie et en restant proches de l'enfant et tendres avec lui, les personnes de référence doivent faire comprendre à l'enfant qu'il est toujours le bienvenu. **Cette attention et les soins affectifs de ses personnes de référence donnent à l'enfant un sentiment de sécurité et de confiance**, essentiel pour son bien-être psychologique.

Le besoin de tendresse et de contact physique varie en fonction de la situation, de la personne et change avec l'âge. **Les réactions de rejet de la part de l'enfant doivent être respectées. Un enfant ne doit pas être étouffé.** Enfin, l'enfant ne doit pas satisfaire les besoins des personnes de référence, mais ce sont au contraire les personnes de référence qui doivent satisfaire les besoins de l'enfant.

Feuille de travail 1: Bien-être physique et psychologique (travail individuel)

● Bien-être physique et psychologique

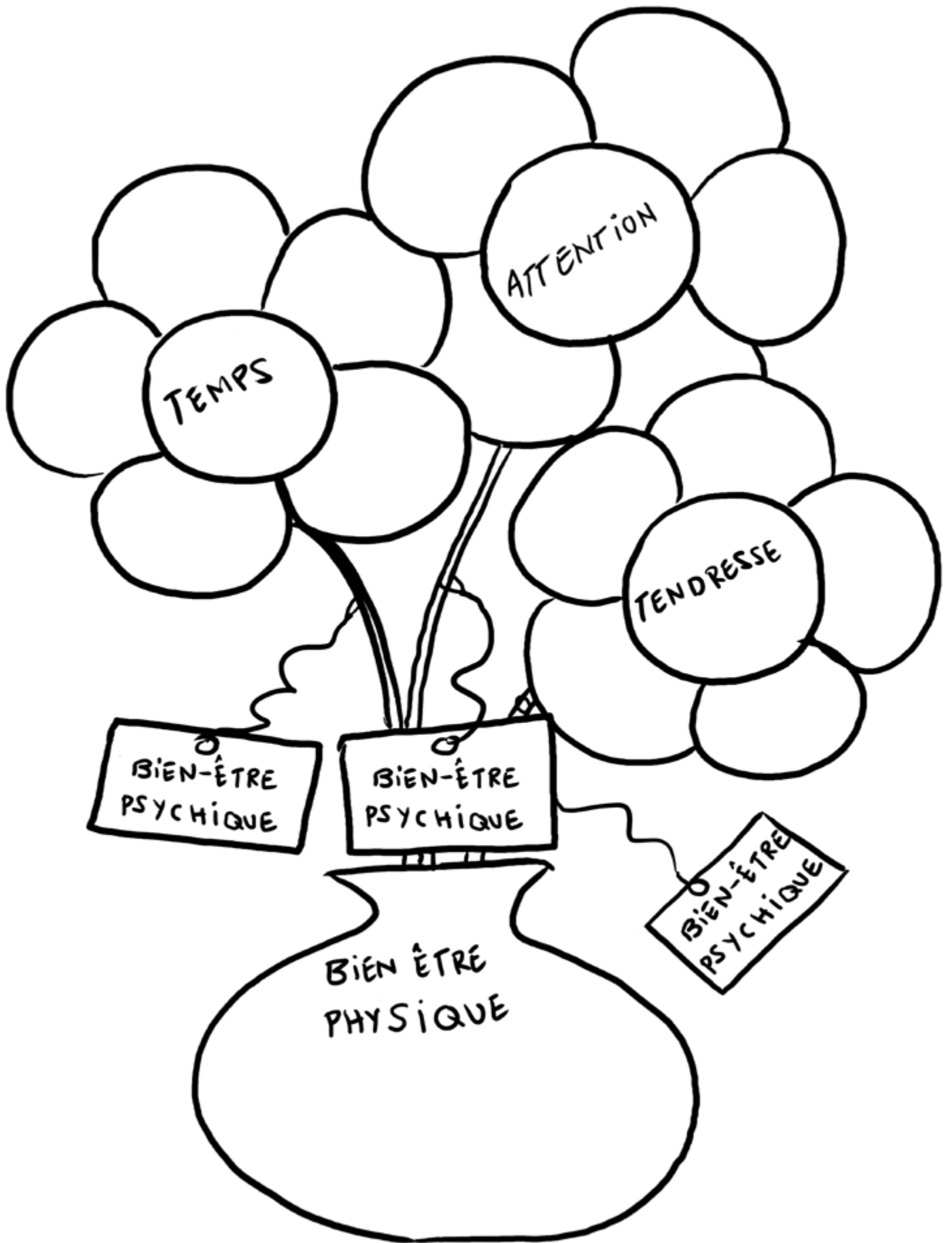


De quoi ont besoin les enfants pour bien se développer ?

Veillez écrire sur le vase les éléments importants pour le **bien-être physique**.

Veillez écrire sur les pétales des fleurs les éléments importants pour le **bien-être psychologique**.

[Grande image sur la page suivante »](#)

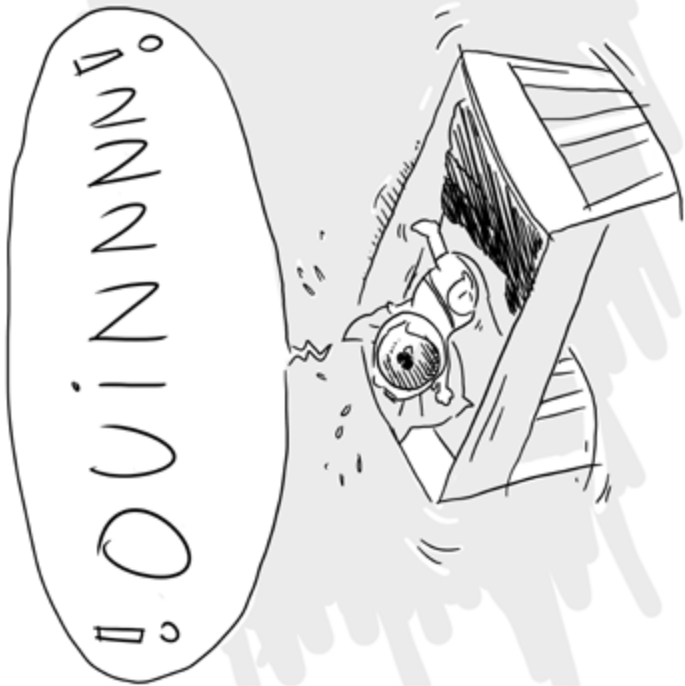


Feuille de travail 2: Situations quotidiennes (travail en binôme et en groupe)

● Situations quotidiennes

Choisissez deux images et échangez avec votre binôme.
Comment réagiriez-vous ?





Feuille de travail 3: Astuces pour surmonter sa peur (BD)

● Astuces pour surmonter sa peur

Goran est dans son lit.
Il pleure et tremble.
Il y a des fantômes dans la chambre.
Goran crie.
Il court vers ses parents.

Goran a besoin de dormir.
Il doit se lever tôt.
Le lendemain, il va à l'école.

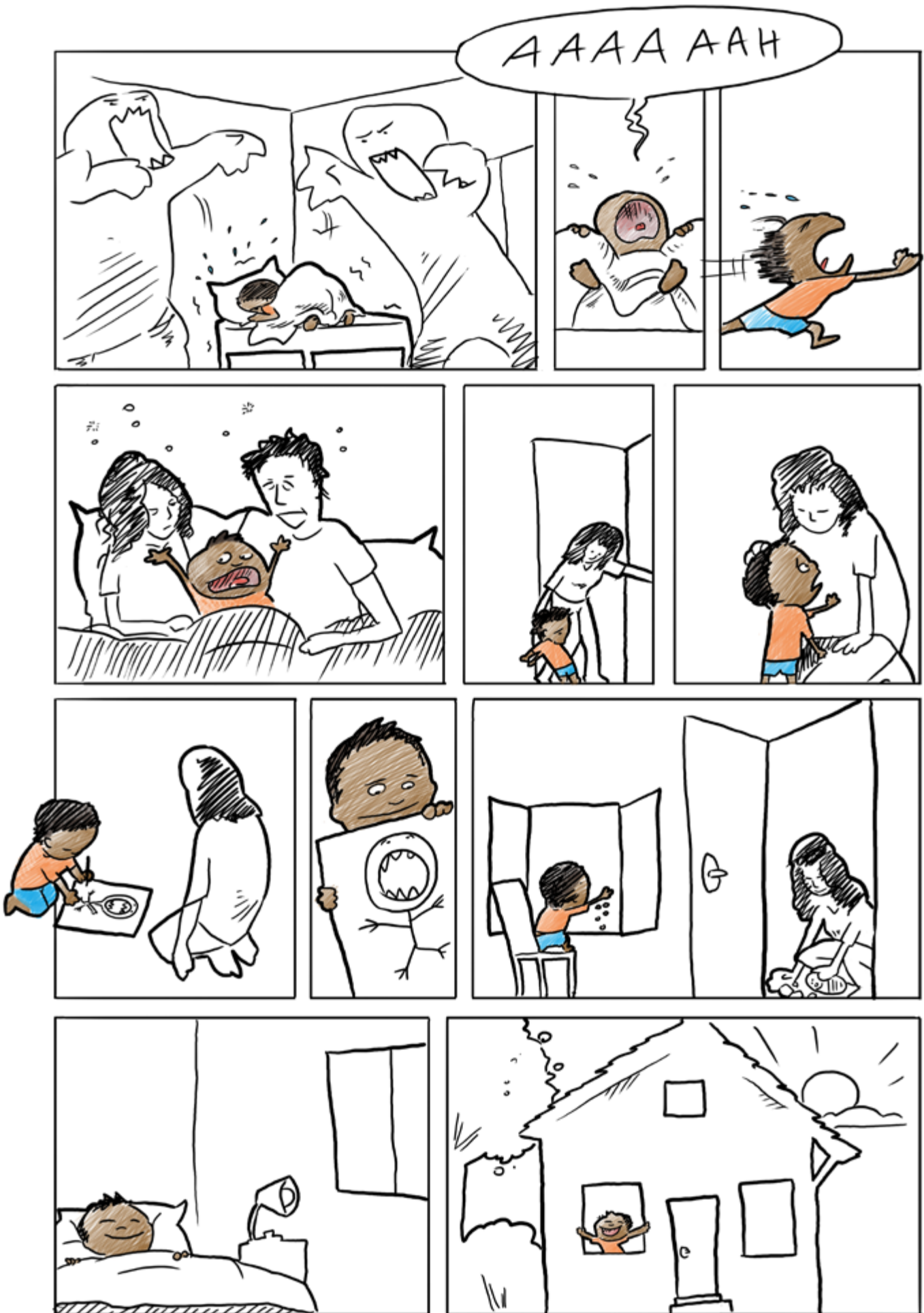
La mère demande à Goran :
« À quoi ressemblent les fantômes ? »
Goran dessine ses fantômes. Ils ont de grandes dents.
Ils veulent manger Goran.

Les fantômes de Goran ont faim.
Mangent-ils des graines ou du pain sec ?
Goran dépose des graines devant sa fenêtre.
Sa mère pose du pain sec devant la porte.

On offre une veilleuse à Goran.
Les fantômes n'aiment pas la lumière.
Une peluche le protège.
Maintenant Goran peut bien dormir.

Le matin, le pain est encore devant la porte.
Les graines devant la fenêtre ne sont plus là.
Goran est fier.
Il a vaincu les fantômes.
Maman achète de nouvelles graines.

BD sur la page suivante »



Feuille de travail 4 : Malaika apprend à marcher (BD)

● Malaika apprend à marcher

Le père tient une des mains de Malaika.

La mère tient l'autre main.

Ainsi, Malaika peut marcher.

Ça lui plaît.

Malaika est maintenant seule dans sa chambre.

Elle veut à nouveau marcher.

Elle va à quatre pattes jusqu'à la chaise.

Elle se redresse en tenant le pied de la chaise.

Malaika est debout.

Elle regarde autour d'elle.

Elle lâche la chaise.

Malaika tombe.

Malaika se redresse encore une fois.

Quand elle se lâche, elle tombe.

Malaika se redresse encore et encore.

Elle tombe sur les fesses encore et encore.

Malaika ne veut plus ramper.

Elle veut rejoindre sa mère dans la cuisine.

Elle pousse la chaise devant elle.

La mère entend Malaika venir.

La mère se penche.

Malaika lâche la chaise.

Elle va vers sa mère.

Elle vacille au bout de trois pas.

La mère rattrape Malaika.

Elle la sert contre soi.

Ce sont les premiers pas de Malaika.

Elle est fière.

BD sur le page suivante »



Feuille de travail 5: Slatko sera cuisinier (texte à lire)

● Slatko sera cuisinier

Dimanche dernier, Slatko était à l'aérodrome.

Là-bas, il a vu de nombreux avions.

Slatko veut devenir pilote.

Mais d'abord, il doit être grand et fort.

Slatko va dans la cuisine.

Il a très faim.

Sa mère lui dit: « Allez, aide-moi!

Aujourd'hui on fait une omelette. »

Elle demande: « Qu'est-ce qu'on met dans l'omelette? »

Slatko aime les saucisses et les tomates.

Sa mère lui dit: « Nous avons fini les saucisses hier.

On va mettre du fromage. »

Slatko veut couper les tomates.

Sa mère pose une planche sur la table.

Elle pose un couteau à côté.

Slatko grimpe sur la chaise.

Slatko veut savoir: « D'où viennent les tomates? »

Sa mère lui répond:

« Les tomates poussent dans un jardin ou dans une serre.

Le fermier les ramasse quand elles sont rouges. »

Slatko demande: « D'où vient le fromage? »

Sa mère répond « De la vache,

elle donne du lait.

Et le fermier fait du fromage avec le lait. »

Slatko continue: « Et les œufs pour l'omelette? »

« Des poules. Elles pondent des œufs.

Les camions viennent les ramasser à la ferme.

Ensuite, nous pouvons les acheter dans un magasin. »

Slatko veut voir les vaches et les poules.

Sa mère lui promet :

« Dimanche prochain nous irons à la ferme.

Le paysan nous montrera les animaux. »

Slatko est fier.

Il a bien coupé le fromage et les tomates.

L'omelette est délicieuse.

Maintenant, il veut devenir cuisinier.

Sa mère pense : « Attendons dimanche prochain,

Slatko voudra sûrement devenir paysan. »