

Émotions et psychomotricité : évaluer, comprendre et accompagner les compétences émotionnelles de l'enfant et de l'adolescent

Du bilan psychomoteur aux outils d'intervention individuels et groupaux

Vous recevez de plus en plus de demandes concernant les émotions, l'anxiété, la gestion de la frustration ou les habiletés sociales ?

Vous vous interrogez sur la manière d'évaluer les compétences émotionnelles de vos patients et de construire un accompagnement adapté à leurs besoins ?

Vous constatez que certains enfants comprennent les stratégies travaillées en séance mais peinent à les mobiliser dans leur quotidien, à l'école, à la maison ou dans leurs relations avec les autres ?

Cette formation propose une approche intégrative articulant données scientifiques actualisées, clinique psychomotrice et outils concrets d'évaluation et d'accompagnement. Elle intègre également les recommandations actuelles concernant les troubles émotionnels, les troubles anxieux et les troubles neurodéveloppementaux (TSA, TDAH, et TDI), notamment autour :

- de l'importance de la co-régulation dans le développement de l'autorégulation ;
- des approches psychoéducatives centrées sur les compétences émotionnelles ;
- de l'adaptation des outils aux profils neurodéveloppementaux ;
- de la généralisation écologique des stratégies émotionnelles dans les différents environnements de vie (famille, école, groupe).

L'objectif de cette formation est de permettre aux psychomotriciens de développer une lecture clinique des compétences émotionnelles, d'enrichir leurs outils d'évaluation et d'accompagnement, et de construire des interventions individualisées et groupales directement transférables dans leur pratique professionnelle.

Profil des apprenants :

Pour qui : Psychomotriciens D.E.

Pré-requis : Non

Conditions de formation :

- **Durée** : 35 heures + 1h d'e-learning
- **Nombre de jours** : 3 jours + 2 jours et 1 module d'e-learning entre les deux sessions (3 à 4 mois entre les 2 sessions)
- **Prix de la formation** : 1300 €
- **Délais d'accès** : jusqu'à J -1
- **Places disponibles** : 16 places
- **Modalités** : Formation en synchrone (présentiel et / ou virtuel pour les 3 premiers jours ; 2 jours à distance en visio) + asynchrone pour des animations pédagogiques en e-learning entre les 2 sessions.
- **Accessibilité aux personnes handicapées** : se référer au guide pratique et livret de formation

Objectifs pédagogiques

- Objectif 1 : Analyser les mécanismes neurodéveloppementaux et neurobiologiques impliqués dans les émotions chez l'enfant et l'adolescent.
- Objectif 2 : Identifier les liens entre émotions, fonctions exécutives, régulation tonico-émotionnelle et compétences sociales.
- Objectif 3 : Conduire une évaluation psychomotrice ciblée des compétences émotionnelles et des capacités de régulation.
- Objectif 4 : Élaborer un plan d'accompagnement individualisé ou groupal intégrant psychoéducation, médiations corporelles et outils de régulation émotionnelle.
- Objectif 5 : Accompagner l'enfant dans le développement de stratégies de compensation et d'adaptation transférables à ses différents environnements de vie.

Contenu de la formation

JOUR 1 : Comprendre les émotions : fondements théoriques, neurobiologiques et développementaux (Obj1 et 2)

- Modèles théoriques contemporains des émotions.
 - Définition et composantes de l'émotion
 - Distinction émotion, affect, humeur, tempérament.
 - Émotions de bases, secondaires et émotions sociales.
 - Fonctions adaptatives des émotions.
- Comprendre les mécanismes neurobiologiques en jeu :
 - Rôle du système limbique, amygdale, cortex préfrontal.
 - Manifestations physiologiques des émotions
 - Système nerveux autonome, stress et réponses d'alerte.
- Développement neuro-affectif de l'enfant.
 - Indifférenciation initiale des signaux émotionnels
 - Développement des stratégies intra-personnelles de régulation

- Co-régulation et construction progressive de l'auto-régulation
- Développement des stratégies intrapersonnelles
- Adolescence et maturation des compétences émotionnelles
- Corps, cognition et expérience émotionnelle
 - Interoception et conscience corporelle des émotions
 - Neuroception et sécurité émotionnelle
 - Liens entre émotions, cognition, comportement et corps

JOUR 2 : Compétences émotionnelles et troubles de la régulation émotionnelle (Obj 2 et 5)

- Les compétences émotionnelles :
 - identifier ses propres émotions et celles d'autrui,
 - comprendre les causes, le sens et les conséquences des émotions,
 - exprimer les émotions de manière adaptée,
 - réguler les états émotionnels,
 - utiliser les émotions comme source d'information et d'adaptation.
- Fonctions cognitives impliquées dans l'expérience émotionnelle :
 - Théorie de l'esprit
 - Empathie,
 - Cognition sociale
 - Fonctions exécutives
- Comprendre la dysrégulation émotionnelle :
 - Les réactions à la frustration, à l'échec, à la nouveauté
 - Fenêtre de tolérance, hyporéactivité et hyperréactivité.
- Troubles émotionnels :
 - Troubles anxieux chez l'enfant et l'adolescent.
 - Spécificités émotionnelles dans les TND (plus précisément TSA, TDAH et TDI)
 - Troubles liés au stress et à des traumatismes
 - Autres troubles associés à une dysrégulation émotionnelle

JOUR 3 : Évaluer et accompagner les émotions en psychomotricité (Obj 3, 4 et 5)

- Évaluer les compétences émotionnelles : Repérage des indicateurs psychomoteurs des compétences émotionnelles de l'anamnèse au bilan psychomoteur.
 - Observation clinique structurée.
 - Revue des tests et grilles existants.
 - Différencier émotion, anxiété, trouble comportemental et surcharge sensorielle
 - Analyse fonctionnelle des manifestations émotionnelles
- Construire un accompagnement psychomoteur ciblé :
 - Élaboration d'un plan d'accompagnement individualisé.
 - Co-régulation en séance de psychomotricité.
 - Psychoéducation auprès de l'enfant, des parents, de la fratrie et des enseignants.
 - Adaptation des environnements, généralisation et stratégies compensatoires.
- Comprendre les stratégies de régulation
 - Stratégies de régulation fonctionnelles
 - Stratégies de régulation dysfonctionnelles

E-LEARNING INTERSESSION — Réactivation clinique et préparation du travail groupal (Obj 2, 3 et 4)

- Réactivation des apports fondamentaux de la session 1
 - Analyse de cas : vidéos, choix d'intervention et d'outils.
- Généraliser les stratégies émotionnelles dans les différents environnements de vie : réflexion autour des adaptations possibles à la maison, à l'école et dans les groupes
- Préparation à la session 2 et au travail groupal :
 - Identifier les étapes de construction d'un projet de groupe, constitution d'un groupe...

JOUR 4 et 5 DISTANCIEL : Construire et animer un groupe thérapeutique autour des émotions (Obj 2, 4 et 5)

- Retours sur les études de cas obligatoires réalisées entre les 2 sessions et sur la mise en application des outils et plan d'accompagnement abordés en session 1
- Intérêts thérapeutiques des groupes émotions.
- Indications et contre-indications.
- Construction d'un cadre thérapeutique de groupe : environnement sécurisant et sécurité émotionnelle dans le groupe
- Dynamique groupale et co-régulation émotionnelle.
- Posture du thérapeute, gestion des débordements émotionnels et régulation collective.
- Présentation de programmes existants.
- Structuration du groupe.
- Progression pédagogique et objectifs thérapeutiques.
- Place des parents
- Jeux et médiations psychomotrices de groupe pour le développement des compétences émotionnelles.
- Construction de programmes complets de groupe thérapeutique autour des émotions

Méthodes mobilisées (moyens pédagogiques et techniques) :

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation
- Évaluation initiale et finale
- Livret de formation
- Exposés théoriques via un support projeté
- Jeux pédagogiques et étude de cas
- E-learning entre les 2 sessions
- Mise à disposition en ligne de documents et supports de formation à la suite de la formation

Modalités d'évaluation et suivi de l'exécution :

- Quiz de positionnement initial.
- Une étude de cas qui devra être renseignée sur un support fourni et qui devra être transmise à la formatrice 1 mois avant la session 2
- Un programme de groupe thérapeutique construit en groupe de 3 à 4 stagiaires lors de la session 2
- Quiz final.

Ressources remises aux stagiaires

- Supports théoriques actualisés.
- Bibliographie scientifique.
- Grilles d'observation.
- Supports psychoéducatifs.
- Plan d'accompagnement
- Outils pour accompagner le développement des compétences émotionnelles

Équipe pédagogique

Amandine RAUZY, psychomotricienne D.E., diplômée depuis 2007, exerce en cabinet pluridisciplinaire et accompagne depuis plus de 15 ans les enfants et leurs familles autour du développement psychomoteur et émotionnel. Titulaire d'une licence de psychologie en complément de son diplôme d'État de psychomotricienne, elle s'est particulièrement spécialisée dans le développement du jeune enfant, les émotions et leur régulation, les troubles du neurodéveloppement (TND) et leur accompagnement ainsi que l'évaluation et la rééducation grapho-psychomotrice. Formatrice auprès de professionnels de la petite enfance pour le CNFPT et de psychomotriciens pour GoÉlan Formation, ses accompagnements allient psycho-éducation, guidance parentale et stratégies rééducatives actualisées, dans une approche globale et individualisée.

Romy GUILBARD, Psychomotricienne en libéral, j'accompagne des enfants, adolescents et jeunes adultes de 2 à 25 ans ainsi que leurs familles. Titulaire d'une licence de biologie option neurosciences, je me suis spécialisée dans l'accompagnement des troubles du neurodéveloppement (TND). J'ai suivi de nombreuses formations complémentaires, notamment autour des TND, du PEHP de type Barkley, des approches REACT et CO-OP, de la métacognition, du profil sensoriel de Dunn et des TSA. Je suis particulièrement investie dans la psychoéducation et la prévention auprès des familles. Parallèlement à mon activité clinique, j'interviens comme formatrice auprès des professionnels de la petite enfance à travers des ateliers de motricité libre et de sensorialité ainsi qu'auprès des psychomotriciens dans le cadre de GO Elan Formation, notamment sur les thématiques des émotions, du bilan psychomoteur, de la métacognition et de l'accompagnement des familles (PEHP).

Mathilde Puig est psychomotricienne D.E., formatrice et contributrice aux projets pédagogiques de Go Élan Formation. Spécialisée dans les troubles du neurodéveloppement, la graphomotricité et les approches centrées sur la participation, elle exerce en libéral au sein d'une maison de santé pluridisciplinaire où elle accompagne enfants et adolescents en individuel et en groupe. Titulaire d'un certificat de graphomotricité (ISRP Paris) et d'une spécialisation dans les troubles du spectre de l'autisme, elle poursuit une formation continue dans les domaines de la rééducation psychomotrice et grapho-psychomotrice. Formée à plusieurs approches recommandées dans l'accompagnement des troubles du neurodéveloppement, notamment à l'approche CO-OP et à différents programmes d'intervention destinés aux enfants présentant des difficultés attentionnelles et exécutives, elle développe une pratique fondée sur les données probantes. Chargée d'enseignement et coordinatrice de programmes à l'Institut de Formation en Psychomotricité de l'Université de Franche-Comté (Besançon), elle participe également à la conception et à l'animation de formations destinées aux professionnels.

Qualité et satisfaction : Nouvelle formation 2026 !

Résultats attendus à l'Issue de la Formation :

- ≥ 80 % de réussite au quiz final
- Validation de l'étude de cas
- Capacité à construire un programme de groupe thérapeutique

Contact :

- **Adresse :** Go élan Secrétariat, 15 rue des Baronnes, 39000 LONS-LE-SAUNIER
- **Téléphone :** 07 87 65 32 11
- **Mail :** secretariat@espacegoelan.fr