



LE SOMMEIL EN COLLECTIVITE ©

PUBLICS :

Tout professionnel de la petite enfance et les parents.

OBJECTIFS DE LA FORMATION :

- Rappeler les différentes étapes du sommeil chez le tout-petit en lien avec son développement neurophysiologique.
- Prendre en compte l'immatunité et la vulnérabilité du tout-petit.
- Examiner les résonances affectives des adultes liées aux situations de sommeil chez le tout-petit.
- Mieux cerner les interactions inadaptées ou l'accompagnement du tout-petit favorisant sa sécurité sur le temps du sommeil ou du repos.
- Savoir relativiser les troubles du sommeil sans négliger les facteurs stress.
- S'approprier des moyens de s'apaiser en même temps que le tout-petit.

ANIMÉE PAR :



Eric Binet est formateur, psychologue clinicien, psychothérapeute, Docteur en Sciences de l'Education, chargé de cours à l'Université Paris V. Il intervient depuis plus de quinze ans en formation continue dans le champ de la petite enfance. Il est l'auteur de nombreuses publications.

POINTS FORTS DU PROGRAMME :

- **Les étapes du sommeil, son évolution au cours des 3 premières années.**
 - Le sommeil, un besoin psychologique ou neurophysiologique ?
 - Existe-t-il une éducation au sommeil sans générer la peur, sans « forcing »?
 - Quelles spécificités culturelles ? Quelles spécificités individuelles ?
 - Comment définir une hygiène du sommeil ?
- **Le sommeil et l'angoisse de perte, l'angoisse de séparation et la peur de l'abandon.**
 - Le stress comme facteur d'insomnie ou d'hypersomnie.
 - Les freins à l'endormissement du côté de l'enfant.
 - Les freins à l'endormissement du côté des adultes.
 - Pleurer une « bonne » habitude pour trouver le sommeil ?

- **Prise en compte du sommeil ou du repos en journée.**
 - Rappels des règles de sécurité en collectivité sur le temps du sommeil.
 - Quels rituels pour sécuriser le tout-petit avant, pendant et après le temps de sommeil?
- **Le rôle des professionnels de l'éveil au sommeil et du sommeil à l'éveil.**
 - Entre préparation et accompagnement, quelques modalités pratiques d'intervention.
 - Communiquer autour du sommeil entre professionnels, parents et professionnels de la période d'adaptation aux retrouvailles.

METHODOLOGIE / MOYENS PEDAGOGIQUES :

- Présentation théorique, avec vidéos
- Etude de cas, travail en sous-groupes
- Supports pédagogiques

REGLES DEONTOLOGIQUES :

Tout travail de formation s'inscrit dans le principe de confidentialité nominative des échanges qui ont lieu dans le groupe et qui engage tout participant.

DISPOSITIF D'EVALUATION DE LA FORMATION :

Le recueil des attentes des participants permet un éventuel réajustement du programme. Point d'étape et synthèse faite par l'intervenant avec le groupe à la fin de chaque séquence. Une évaluation « à chaud » est effectuée le dernier jour, elle se réalise en deux étapes, une écrite et l'autre orale.