



## LE SOMMEIL EN COLLECTIVITE 2024 ©

### 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'immaturation 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.

## MODALITES D'INSCRIPTION :

Les inscriptions se font au plus tard 1 mois avant la formation. Le nombre de places étant limité, nous vous conseillons de vous inscrire au plus tôt Les inscriptions se font par mail ou par courrier et seront enregistrées après réception du :

- Bulletin d'inscription ou la convention de formation signée
- Le règlement intégral au moment de l'inscription (si inscription individuelle)
- Un accord de prise en charge de la formation si elle est financée par une personne morale

Les participants reçoivent une confirmation d'inscription par mail et une convocation au plus tard 8 jours avant le début de la formation.