

## Projet « Émotions d'enfants » L'Art-thérapie au service des enfants de moins de 3 ans, de leur famille

### Diagnostic

#### I. Besoins de l'enfant et de ses parents

Pour son bon développement psychique, affectif et émotionnel, un enfant a besoin :

► de construire un lien d'attachement sécurisant avec les adultes qui l'entourent. Plus le lien d'attachement entre l'enfant et ses parents est fort, plus l'enfant est à même de développer de ses capacités d'expression, d'exploration, d'apprentissage, d'adaptation aux nouvelles situations et de contrôle sur ses émotions. Le lien d'attachement permet ainsi de construire les bases fondamentales de sa confiance en lui ainsi que son identité propre, son intelligence émotionnelle et sa faculté à nouer plus tard des relations stables et de qualité.

La recherche scientifique a démontré que ce n'est qu'à partir de 12 mois que l'enfant est capable de montrer des signes de compréhension des émotions et de les interpréter comme positives ou négatives : il peut alors commencer à élaborer des stratégies comportementales en fonctions des réactions des autres.

Cependant, avant trois ans le cerveau de l'enfant n'est pas encore mature. Il faudra attendre l'âge de 6 ans pour qu'il soit capable de mieux les contrôler, d'en comprendre la cause et de savoir les surmonter. Avant cela, l'enfant présente une incapacité neurologiques à gérer lui-même les émotions qui le traverses. C'est donc aux parents, au moyen du lien d'attachement de qualité et de la confiance établie dans la relation, de l'aider à s'apaiser et à le guider pas à pas vers la compréhension et l'expression de ses émotions. Pour les parents aussi la construction du lien d'attachement envers leurs enfant est très importante. En effet, il leur permet petit à petit d'apprendre à interagir avec leur bébé, à le comprendre, et à savoir répondre à ses besoins. Il soutient ainsi les parents dans le développement de leur confiance parentale et dans leur capacité à être le parent de leur enfant.

Généralement, le lien d'attachement se crée et s'entretien naturellement. Cependant, il arrive que certains parents rencontrent des difficultés dans la construction et le renforcement quotidien de ce lien. Il est donc important qu'ils puissent s'appuyer sur des professionnels de la petite enfance et de la santé qui sauront les accompagner et les aiguiller sur le chemin de la parentalité.

► d'explorer le monde qui l'entoure et de faire de nouvelles expériences. On sait aujourd'hui, que renforcer la solidité du lien d'attachement parent-enfant passe par le partage de moments qualité où le parent est entièrement présent et attentif à ce que l'enfant exprime par ses gestes et ses attitudes. En effet, bien avant l'acquisition de la parole, l'enfant communique déjà par le biais d'un langage bien à lui et demande à être, si ce n'est compris, entendu. De plus, des expériences diversifiées permettent à l'enfant d'acquérir de nouvelles compétences, de développer ses centres d'intérêts et ses propres goûts et donc de créer de nouvelles connexions neuronales.

Cependant, pour oser se lancer dans l'exploration, l'enfant a besoin de se sentir en confiance et en sécurité. La présence et l'encouragement de ses parents l'incite à poursuivre ses découvertes, renforce son autonomie et sa créativité et développe sa confiance en ses capacités.

Notons donc que plus le lien d'attachement est qualitatif entre les parents et l'enfant, plus l'enfant aura des facilités à s'ouvrir vers l'extérieur et à construire sa personnalité.

## **II. Besoins territoriaux**

À la Ciotat, l'Espace Petite Enfance est identifié comme l'un des principaux lieux de ressources pour les familles où chaque parent peut venir trouver de l'information, échanger avec des professionnels formés à l'accompagnement à la parentalité, partager ses expériences avec d'autres parents, trouver des réponses et des solutions adaptées à leur situation ainsi que prendre part à des moments conviviaux avec leurs enfants et d'autres familles.

L'équipe de l'Espace Petite Enfance recense la fréquentation régulière de 94 familles dont 116 enfants entre 0 et 3 ans tout au long de l'année. Elle évalue par ailleurs que la totalité des parents présents rencontrent, à un moment donné dans leur parentalité, des difficultés concernant les manifestations émotionnelles de leurs enfants et leur gestion.

Actuellement, plusieurs ateliers conviviaux et pédagogiques sont organisés pour les enfants et leur famille notamment autour de la motricité de l'enfant.

Afin de compléter la proposition de l'Espace Petite Enfance et répondre aux besoins des familles, L'association ANTIBROUILL'ART souhaite proposer des ateliers d'Art-thérapie collectifs centrés sur l'expression libre et l'extériorisation des émotions des enfants, la prévention des troubles du comportement dû à une surcharge émotionnelle, la consolidation du lien d'attachement parent-enfant et l'accompagnement des parents dans la compréhension et la gestion des émotions de leurs enfants.

## Publics

Les ateliers d'Art-thérapie proposés dans ce projet s'adressent à tous les enfants ciotadens entre 0 et 3 ans et à leur famille. L'enfant peut être accompagné par ses parents, ses grands parents ou plus généralement par un des membres de sa famille. Afin d'inscrire ce projet dans la lutte contre les inégalités et la discrimination, les ateliers proposés seront ouverts à toutes et à tous sans distinction de genre, d'origines ou de cultes.

## Objectifs

- Favoriser l'extériorisation et l'évacuation des émotions des enfants de moins de 3 ans dont ils n'ont pas encore ni la maîtrise, ni les mots pour les exprimer intelligiblement, et ainsi prévenir certains troubles du comportement (agitation, anxiété, agressivité, hyperactivité...)
- Proposer un espace ressource pour les parents en les accompagnant dans la compréhension des émotions de leurs enfants, afin de retrouver des relations familiales quotidiennes apaisées,
- Soutenir la qualité du lien d'attachement, les compétences parentales et la collaboration parent-enfant afin de consolider le développement psychoaffectif de la famille.

## Moyens d'action

L'Art-thérapie est une méthode d'accompagnement thérapeutique principalement non verbale, reconnue par l'État, qui utilise les outils artistiques, le geste créatif et la créativité psychique comme moyens d'expression.

Les séances d'Art-thérapie proposées aux enfants de moins de 3 ans sont pensées comme des espaces de libre expression pour les enfants mais également pour leurs parents. Dénuées d'attente de résultat et de jugement, les enfants y explorent la matière (peinture, argile, sable etc.) avec leur corps, leurs mouvements et leurs sens pour se connecter à leur propre désir et soulager le trop plein d'émotions. Les parents quant à eux peuvent y déposer leurs ressentis douloureux et leurs angoisses en liens avec leur parentalité.

Il s'agit d'un moment de lâcher prise où chacun est libre de se laisser guider par ses envies et d'appivoiser sa propre créativité. La création collaborative enfant-parent permet de construire

une forme singulière de dialogue, de retrouver la joie de faire ensemble et de partager un moment privilégié soutient du lien d'attachement.

Ces séances sont aussi des moments propices et identifiés pour les parents qui cherchent des réponses théoriques et pratiques face aux comportements de leurs enfants et/ou qui se sentent démunis. Cela permettra de créer du lien et de la collaboration entre les parents qui traversent des situations similaires et ainsi rompre l'isolement, l'impuissance d'action et le sentiment de honte.

Les séances d'Art-thérapie, sont donc des lieux d'expression et de décharge pour les enfants mais également des espaces de soutien à la parentalité qui favorisent le renforcement des compétences parentales. Elles permettent ainsi de fortifier le développement psychoaffectif de l'enfant et de consolider le bien-être émotionnel général de la famille.

## **Description du projet**

Chaque mois, de janvier à décembre, 2 séances collective d'Art-thérapie enfant-parents de 45min seront proposées l'une à la suite de l'autre afin de permettre aux parents de choisir le créneau horaire le plus adapté au rythme de l'enfant et à l'organisation de la famille et ainsi, de répondre aux valeurs d'accessibilité et de proximité chères à ce projet. Les séances seront exclusivement réservées aux enfants accompagnés de leurs parents/famille et seront animées par une art-thérapeute certifiée.

Le groupe est ouvert sur inscription et sur la base du volontariat, à 6 familles maximum par séance. En effet, les échanges en petit groupe garantissent un travail psychique plus qualitatif et sécurisant pour chacun des participants.

Avec un public de tout-petits le travail psychique autour d'une thématique précise n'est pas adapté puisque la compréhension et la verbalisation des émotions ne sont pas encore acquises. C'est pourquoi les séances collectives seront axées sur l'expression libre et l'éveil créatif et sensoriel. Il sera donc proposé aux enfants et à leurs parents un temps d'expression artistique à travers différents médiums artistiques (peinture, dessin, argile, sable, etc.) de 45min à chaque séance. Les parents seront libres de s'exprimer sur leurs ressentis et de partager leurs émotions et leurs expériences avec le reste du groupe.

L'objectif pour les enfants est donc de faire des expériences inhabituelles afin d'éprouver de nouvelles sensations et donc d'explorer leurs réactions et leurs émotions. Cela leur permet également d'exercer leur créativité au sein d'un groupe de pairs, de tester leurs limites et celles des autres et de décharger leurs frustrations.

Plus précisément, les ateliers d'Art-thérapie permettent aux enfants de :

- découvrir de nouvelles matières et les différentes façon de les aborder et de les travailler,

- faire de nouvelles expériences corporelles et sensorielles, et donc de construire de nouvelles connexions neuronales,
- interagir avec les autres enfants dans un contexte de découverte,
- stimuler la curiosité et de l'effet de surprise,
- prévenir certains troubles du comportement liés à une surcharge émotionnelle.

Pour les parents, ces séances ont pour objectif que chacun d'entre eux puisse s'exprimer librement sur ses difficultés en lien avec l'éducation de leur enfant et renforcer ses propres ressources psychiques en s'appuyant sur le groupe, support de cohésion sociale et de partage d'expériences. En effet, le travail collectif permet la mutualisation des ressources de chacun et ainsi aide au renforcement des compétences parentales de tous. Le groupe est également un réel soutien dans la lutte contre l'isolement et la précarité.

## **Lieux d'interventions**

Il est primordial d'inscrire ce projet dans une action de proximité en proposant un lieux de rencontre accessible à tous.

### ➤ **Espace Petite Enfance de La Ciotat**

En partenariat avec l'équipe de l'Espace Petite Enfance, il est convenu que l'association ANTIBROUILL'ART pourra continuer d'intervenir directement et gratuitement au sein des locaux de l'Espace Petite Enfance deux après-midi par mois.

**1 place Gamet, 13600 La Ciotat**

Le partenariat avec ce lieu ressource favorisera ainsi l'adhésion des familles au projet, grâce à leur confiance déjà investie. De plus, il permettra d'inscrire ce projet dans une action de proximité en proposant un lieu de rencontre accessible à tous.