

SOUTENIR L'APPRENTISSAGE SOCIOÉMOTIONNEL — À LA MAISON —

UN GUIDE POUR LES PARENTS D'ENFANTS D'ÂGE PRIMAIRE

Julie C. Boissonneault, Claire Beaumont, Marie-Andrée Pelletier et Julie Beaulieu



La Collection de la Chaire



CQJDC

COMITÉ QUÉBÉCOIS POUR LES JEUNES
EN DIFFICULTÉ DE COMPORTEMENT



UNIVERSITÉ
LAVAL

Chaire de recherche Bien-être à l'école et prévention de la violence
Faculté des sciences de l'éducation

Québec 

Auteurs

Julie C. Boissonneault
Claire Beaumont
Marie-Andrée Pelletier
Julie Beaulieu

Coordination de la production : Joudie Dubois

Pour le Comité québécois pour les jeunes en difficulté de comportement (CQJDC)

Partenaires de la production

Soutien financier :



Expertise de contenu :



Chaire de recherche Bien-être à l'école et prévention de la violence
Faculté des sciences de l'éducation

Tous droits réservés

© Comité québécois pour les jeunes en difficulté de comportement (CQJDC, 2021)

ISBN version papier 978-2-924465-15-8

ISBN version numérique 978-2-924465-13-4

Dépôt légal - Bibliothèque et Archives du Québec

Dépôt légal - Bibliothèque et Archives nationales du Canada

Une version électronique de ce document est disponible sur les sites Internet :
www.cqjdc.org, www.violence-ecole.ulaval.ca et www.mfa.gouv.qc.ca.

Graphisme : www.mirally.com

La reproduction du contenu de ce document est autorisée, à condition d'en nommer la source.

Pour citer ce document :

Boissonneault J. C., Beaumont, C., Pelletier, M.-A. et Beaulieu, J. (2021). *Soutenir l'apprentissage socioémotionnel à la maison : un guide pour les parents d'enfants d'âge primaire*. Comité québécois pour les jeunes en difficulté de comportement (CQJDC). Québec : La Collection de la Chaire. www.cqjdc.org et www.violence-ecole.ulaval.ca

PRÉFACE

Le Comité québécois pour les jeunes en difficulté de comportement (CQJDC) est un organisme sans but lucratif dont la mission est de favoriser le bien-être des jeunes qui vivent des difficultés d'ordre social, affectif et comportemental et de faire progresser la qualité des services éducatifs qui leur sont offerts. L'accompagnement des parents, des enseignants et des intervenants scolaires et extrascolaires est donc une priorité pour l'organisme.

Au cours des dernières années, les habiletés socioémotionnelles ont occupé une place importante dans le développement de l'enfant. Les bienfaits de ces apprentissages sur la réussite éducative des enfants sont considérables, et ce, de manière encore plus significative chez ceux qui vivent certaines difficultés comportementales, affectives et sociales. Aussi, dans le but d'accompagner tous les acteurs engagés auprès des jeunes, il s'est avéré pertinent de produire des fascicules portant sur l'apprentissage socioémotionnel chez les enfants.

Ce fascicule se destine à vous, chers parents, afin de vous permettre de mieux comprendre en quoi consiste l'apprentissage socioémotionnel et de vous soutenir afin de favoriser cet apprentissage auprès de votre enfant. Nous espérons que ce fascicule saura vous accompagner dans le soutien offert à votre enfant au quotidien.

Enfin, le CQJDC tient à remercier sincèrement ses partenaires, le ministère de la Famille du Québec pour son soutien financier et la Chaire de recherche *Bien-être à l'école et prévention de la violence*, ainsi que les auteures qui ont permis la création et la publication de ce fascicule. Il convient aussi de remercier tous ceux qui ont pris part, de près ou de loin, à ce beau projet.



JULIE BEAULIEU
présidente du CQJDC



JOUDIE DUBOIS
directrice générale du CQJDC

TABLE DES MATIÈRES

INTRODUCTION3

PARTIE 1 **COMPRENDRE EN QUOI CONSISTE
L'APPRENTISSAGE SOCIOÉMOTIONNEL (ASÉ)4**

PARTIE 2 **RECONNAÎTRE LES BIENFAITS DE L'APPRENTISSAGE
SOCIOÉMOTIONNEL SUR LE DÉVELOPPEMENT
GLOBAL DES ENFANTS6**

PARTIE 3 **SOUTENIR LES PARENTS DANS L'APPRENTISSAGE
SOCIOÉMOTIONNEL DE LEUR ENFANT8**

3.1 LE PARENT MODÈLE8

3.2 QUELQUES LIGNES DIRECTRICES POUR ENSEIGNER ET SOUTENIR
LA MISE EN PRATIQUE DES HABILITÉS SOCIALES ET
ÉMOTIONNELLES DES ENFANTS10

3.3 LA COLLABORATION FAMILLE-ÉCOLE12

CONCLUSION15

POUR EN APPRENDRE DAVANTAGE16

INTRODUCTION

En tant que parent, nous souhaitons que notre enfant se développe harmonieusement et soit heureux dans la vie. Pour le guider sur cette voie, la tâche nous appartient de l'aider à développer certaines habiletés émotionnelles et sociales, et ce, afin qu'il se sente bien dans sa peau et qu'il entretienne de bonnes relations interpersonnelles. S'il est bien accompagné dans la compréhension et la gestion de ses émotions, dans sa capacité à faire preuve d'empathie envers les autres et dans son aptitude à s'adapter à la diversité humaine, il sera sans doute plus capable de prendre des décisions éclairées, peu importe le contexte où il évoluera. Accompagner son enfant dans ses apprentissages sociaux et émotionnels, n'est-ce pas là l'un des plus précieux cadeaux qu'un parent puisse lui offrir ?

Ce fascicule explique comment un parent peut contribuer au développement socioémotionnel de son enfant. Il présente d'abord en quoi consiste l'apprentissage socioémotionnel et explique ensuite ses bienfaits sur l'enfant. Il donne également des pistes de réflexion et d'intervention et propose quelques suggestions de lecture pour en apprendre davantage sur la question.

COMPRENDRE EN QUOI CONSISTE L'APPRENTISSAGE SOCIOÉMOTIONNEL (ASÉ)

L'« ASÉ » est le terme attribué aux apprentissages permettant à chaque personne de développer les habiletés nécessaires pour comprendre et gérer ses émotions, établir et atteindre des buts positifs, faire preuve d'empathie envers les autres, entretenir des relations interpersonnelles positives et prendre des décisions responsables¹. Il s'agit d'un processus d'apprentissage continu au cours duquel la personne apprend sur elle-même, sur l'autre ainsi que sur le monde².

Cinq grands domaines de compétences, comprenant diverses habiletés à développer, ont été identifiés par les experts (voir le tableau à la page 5)¹.

Si des habiletés précises sont à développer pour chacun des domaines de compétences, il faut toutefois garder à l'esprit qu'elles sont toutes interreliées les unes aux autres. Ainsi, il importe de développer les compétences de nature intrapersonnelle (conscience de soi et autorégulation) afin d'être capable de comprendre les autres, d'établir et de maintenir de bonnes relations interpersonnelles (compétences sociales et habiletés relationnelles) et de prendre des décisions éclairées sans se laisser envahir par ses émotions. Ces habiletés sont importantes à développer chez l'enfant dès ses premières années de vie, et constituent ensuite des prérequis pour l'aider à s'adapter lorsqu'il poursuivra son évolution hors de la bulle familiale, auprès d'autres enfants et adultes.

1. Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning : CASEL. (2020). *CASEL'S SEL framework*. <https://casel.org/wp-content/uploads/2020/12/CASEL-SEL-Framework-11.2020.pdf>
2. Elias, M. (2019). What if the doors of every schoolhouse opened to social-emotional learning tomorrow : Reflections on how to feasibly scale up High-Quality SEL. *Educational Psychologist*, 54(3), 233-245. doi : 10.1080/00461520.2019.1636655

Domaines de compétences	Habilités à développer
Conscience de soi	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Reconnaître ses émotions et ses pensées en plus de comprendre leur influence sur son comportement. ➤ Utiliser un vocabulaire approprié et juste pour décrire ses émotions, ses besoins et les réponses physiologiques de son corps. ➤ Reconnaître ses forces et ses limites, entretenir une perception juste et positive de soi.
Autorégulation	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Réguler ses émotions, ses pensées et ses comportements dans différentes situations, par exemple lorsque l'anxiété, l'impulsivité ou la colère entrent en jeu. ➤ Tenir un discours interne positif et optimiste (d'autocompassion), centrer son attention et tolérer les délais. ➤ Se motiver, se fixer des buts personnels et scolaires et les atteindre.
Conscience sociale	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Reconnaître les émotions et les besoins des autres, comprendre et tenir compte du point de vue des autres. ➤ Démontrer de l'empathie envers les autres. ➤ Reconnaître que ses actes peuvent avoir un effet sur les autres. ➤ Comprendre les normes qui régissent les comportements sociaux et s'adapter à la diversité. ➤ Savoir où aller chercher de l'aide dans sa famille, à l'école ou au sein de sa communauté.
Habilités relationnelles	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Développer et maintenir des relations saines et enrichissantes avec diverses personnes (ou différents groupes). ➤ Communiquer clairement, développer une écoute active. ➤ Résister aux pressions sociales nuisibles. ➤ Travailler en équipe et coopérer. ➤ Gérer adéquatement les conflits et négocier de manière constructive. ➤ Demander et offrir de l'aide.
Prise de décisions responsables	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Faire des choix constructifs et respectueux aux plans personnel et social en tenant compte de sa sécurité et de celle des autres ainsi que des normes personnelles, sociales et éthiques. ➤ Évaluer avec justesse les conséquences de ses gestes sur le bien-être de chacun.

RECONNAÎTRE LES BIENFAITS DE L'APPRENTISSAGE SOCIO-ÉMOTIONNEL SUR LE DÉVELOPPEMENT GLOBAL DES ENFANTS

Chez l'ensemble des enfants, une série d'effets positifs peut être observée, lorsque les compétences sociales et émotionnelles sont développées³ :

- une santé mentale positive;
- une meilleure estime de soi;
- de meilleures relations sociales;
- une meilleure gestion des conflits;
- de meilleurs résultats scolaires.

Chez les jeunes ayant des difficultés d'ordre émotionnel et social, des effets positifs ont aussi été rapportés :

- une diminution des problèmes de comportement;
- une diminution de la détresse émotionnelle et de l'anxiété;
- une amélioration des comportements sociaux;
- une diminution de la violence.



3. Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D. et Schellinger, K. B. (2011). Enhancing students' social and emotional development promotes success in school : Results of a meta-analysis. *Child Development*, 82, 474-501.

UN DES BIENFAITS DE L'ASÉ : LA PRÉVENTION DE LA VIOLENCE ET DE L'INTIMIDATION À L'ÉCOLE

Plusieurs écoles ayant adopté des programmes spécifiques d'ASÉ ont constaté une amélioration du climat scolaire ainsi qu'une diminution de la violence entre les élèves. Dans ces écoles, le personnel scolaire enseigne explicitement diverses habiletés sociales et émotionnelles pour apprendre aux enfants à identifier et à gérer positivement leurs émotions envahissantes. Le personnel intègre ces ASÉ aux activités quotidiennes et les met en pratique dans différents contextes de la vie des élèves. Ainsi, un jeune invité quotidiennement à reconnaître et à exprimer positivement ses émotions et sachant utiliser des stratégies pour apaiser sa colère au moment opportun peut plus facilement trouver des solutions constructives pour gérer ses conflits et ainsi éviter d'agir de manière agressive envers ses pairs.

COMMENT L'ASÉ PEUT-IL AIDER LES ÉLÈVES IMPLIQUÉS DANS DES SITUATIONS DE VIOLENCE OU D'INTIMIDATION ?

Les jeunes qui sont accompagnés dans le développement des ASÉ comprennent mieux leurs émotions, savent apaiser leur colère ou leur frustration plus efficacement et peuvent trouver de meilleures manières de répondre à leurs besoins. Ceux qui subissent de l'intimidation peuvent mettre à profit des stratégies adaptatives plus efficaces pour se faire des amis et les conserver, en plus de mieux réagir et de se défendre plus adéquatement lors d'un conflit ou d'une attaque de la part des autres enfants. Enfin, les témoins de situations d'intimidation peuvent développer une plus grande sensibilité à l'égard de la souffrance de leurs pairs intimidés et devenir plus enclins à leur venir en aide.

Pour obtenir et maintenir les effets positifs de l'ASÉ, les parents, tout comme le personnel scolaire, doivent miser sur deux stratégies à développer à la maison, soit 1) l'enseignement explicite et 2) la pratique quotidienne de ces diverses habiletés.

SOUTENIR LES PARENTS DANS L'APPRENTISSAGE SOCIOÉMOTIONNEL DE LEUR ENFANT

Les parents sont au premier plan dans le développement affectif et social de leur enfant. Mais comment peuvent-ils leur enseigner et faire pratiquer diverses habiletés sociales et émotionnelles au quotidien ?

3.1 LE PARENT MODÈLE

Bien avant que l'enfant ne prononce ses premiers mots ou ne fasse ses premiers pas, il est déjà sensible au ton de la voix, au toucher et aux émotions que ses parents vivent. C'est là le début de l'apprentissage social et émotionnel, qui se poursuit naturellement alors que l'enfant grandit. Daniel Goleman⁴, l'un des précurseurs de l'intelligence émotionnelle, soutient que pour que des parents soient en mesure d'accompagner leur enfant dans la gestion de ses émotions, ils doivent agir comme modèles dans leurs propres relations avec les autres adultes et au sein de la famille. Ainsi, plus un parent est à l'aise avec ses propres émotions et sait les reconnaître et les gérer, plus son enfant l'imitera et apprendra à en faire autant. À l'inverse, un parent qui n'a pas la capacité de reconnaître ses propres émotions aura de la difficulté à les gérer pour lui-même et risque d'être moins sensible à celles vécues par son enfant.

L'empathie et l'ouverture des parents à accueillir les émotions de leur enfant constituent la pierre angulaire du développement des compétences sociales et émotionnelles de ce dernier. Accueillir les émotions de son enfant et l'aider à les exprimer sans les réprimer représentent un défi de taille, toutes les situations ne s'y prêtant pas nécessairement. L'enfant a besoin de l'empathie et de la chaleur humaine de ses parents dans des moments qui peuvent être difficiles pour lui. Ainsi, encourager son enfant à nommer ses émotions et à les exprimer au lieu de le réprimander lorsqu'il le fait peut contribuer à un équilibre émotionnel et au maintien d'une bonne santé mentale.

Goleman qualifie de « coach émotionnel » un individu qui en soutient émotionnellement un autre. Ce rôle, attribué aux parents, s'observe lorsque ces derniers se servent de moments où leur enfant est en proie à des situations difficiles au plan émotionnel (une dispute ou une grande déception, par exemple) pour l'aider à identifier et à autoréguler ses émotions (lui suggérer des moyens de se calmer ou de se relaxer, l'entraîner à réfléchir avant d'agir, etc.). Cela peut aussi l'aider à faire face aux pressions et au stress de la vie avec plus de force, de sagesse et de résilience⁵. Prendre conscience de ses émotions et être sensible à celles des autres peut aider un jeune à faire des choix comportementaux plus adaptés et à répondre à ses besoins tout en faisant preuve d'empathie envers autrui.

4. Goleman, D. (1994). *Emotional intelligence : Why it can matter more than IQ ?* New York : Bantam.

5. Lemelin, J.-P., Provost, M. A., Tarabulsky, G. M., Plamondon, A. et Dufresne, C. (2012). *Développement social et émotionnel chez l'enfant et l'adolescent : les bases du développement* (Tome 1). Québec : Presses de l'Université du Québec.



3.2 QUELQUES LIGNES DIRECTRICES POUR ENSEIGNER ET SOUTENIR LA MISE EN PRATIQUE DES HABILITÉS SOCIALES ET ÉMOTIONNELLES DES ENFANTS

Pour les enfants, développer des compétences sociales et émotionnelles nécessite un enseignement de la part des parents. Le tableau suivant propose des exemples d'habiletés à développer pour soutenir l'ASÉ chez les enfants, de même que des indicateurs permettant d'identifier si elles sont en voie d'acquisition.



Compétences socioémotionnelles, habiletés à développer et indicateurs d'acquisition

Domaines de compétences	Quelles sont les habiletés à développer ?	Indicateurs : l'enfant est-il sur la bonne voie ?
Conscience de soi	Savoir reconnaître ses émotions et leur influence sur ses comportements.	Votre enfant sait identifier et nommer ses émotions en utilisant un vocabulaire affectif approprié (voir : Comment aider son enfant à identifier ses émotions ?). <i>Par exemple : Votre fille de sept ans s'arrête pour réfléchir sur les émotions qui l'habitent alors que son petit frère vient de briser son jouet préféré. Elle décide de venir vous parler de la situation au lieu de bousculer son frère.</i>
Autorégulation	Savoir réguler efficacement ses émotions et ses comportements dans différentes situations.	Il choisit de bonnes stratégies d'apaisement (voir : Trucs et astuces pour retrouver mon calme et mon bien-être). <i>Par exemple : Au retour de l'école, avant d'engager la conversation avec vous, votre enfant utilise une stratégie comme les respirations contrôlées pour canaliser ses émotions et gérer la frustration générée par un conflit avec un ami dans l'autobus.</i>
Conscience sociale	Reconnaître les émotions et les besoins des autres; comprendre et tenir compte du point de vue des autres.	Il comprend les besoins et les émotions des autres (voir : Le détective des émotions). <i>Par exemple : Votre enfant est attristé de voir un de ses voisins se faire intimider. Il croit que ce dernier se sentirait mieux s'il avait quelques amis. Il l'invite donc à venir jouer au ballon avec lui.</i>
Habiletés relationnelles	Gérer adéquatement les conflits et négocier de manière constructive.	Il utilise des stratégies de résolution de conflits (voir : La résolution de conflits en quatre étapes). <i>Par exemple : À la suite d'une dispute avec sa meilleure amie, votre fille de huit ans décide de régler la situation en utilisant les étapes de résolution de conflits enseignées en classe.</i>
Prise de décisions responsables	Faire des choix constructifs et respectueux aux plans personnel et social en tenant compte de sa sécurité et de celle des autres ainsi que des normes personnelles, sociales et éthiques.	Il sait reconnaître les conséquences de ses comportements sur les autres et sur lui-même (voir : Prise de décisions responsables). <i>Par exemple : Alors qu'il navigue sur Internet, votre enfant voit que des camarades de classe ont écrit des commentaires humiliants sur l'un de leurs enseignants. Il comprend que la réputation de l'enseignant peut être entachée. Au lieu d'appuyer sur le bouton « J'aime » sous le commentaire, il signale la discussion à un adulte.</i>

3.3 LA COLLABORATION FAMILLE-ÉCOLE

Chez les enfants d'âge scolaire, la collaboration avec l'école est essentielle, et ce, pour différentes raisons. Si les écoles souhaitent développer les compétences socioémotionnelles des élèves, le personnel scolaire doit soutenir les parents dans l'accompagnement social et émotionnel de leur enfant en leur offrant, par exemple, des ateliers sur le sujet. Il est aussi fortement suggéré aux parents de s'informer des pratiques éducatives utilisées à l'école pour développer les compétences socioémotionnelles de leur enfant. Ainsi, ils pourront se mettre au diapason et poursuivre les interventions dans le même sens à la maison et avec la fratrie. L'ASÉ des enfants d'âge scolaire se fait donc à travers une bonne collaboration famille-école, notamment teintée d'une communication régulière, d'une confiance mutuelle ainsi que d'une relation harmonieuse et respectueuse entre tous les partenaires. Le parent pourra aussi avoir à recourir à ses propres compétences socioémotionnelles et habiletés de communication pour garder un lien positif avec l'école, particulièrement lors de situations difficiles impliquant son enfant.

Lorsqu'une bonne collaboration famille-école s'établit, il a été reconnu que les enfants⁶ :

- > fréquentent l'école plus régulièrement et obtiennent de meilleurs résultats scolaires;
- > sont moins susceptibles de développer des problèmes de comportement;
- > adoptent de meilleurs comportements à la maison et à l'école;
- > développent de meilleures compétences sociales tout en s'adaptant mieux à l'école.

Somme toute, si les interventions éducatives de l'école sont poursuivies à la maison, l'acquisition des compétences socioémotionnelles se fera plus facilement pour l'enfant.

6. National Center for Family and Community Connections to Schools. (2002). *A new wave of evidence : The impact of school, family, and community connections on student achievement*. Austin : Southwest Educational Development Laboratory.





CONCLUSION

En guise de conclusion, quelques aspects doivent être retenus au sujet de l'ASÉ à la maison :

- L'ASÉ permet aux enfants comme aux adultes de développer les habiletés nécessaires à la bonne compréhension et à la gestion de leurs émotions, à l'établissement et à l'atteinte de buts positifs, à la capacité à faire preuve d'empathie envers les autres, à l'entretien de relations positives avec les autres et à la prise de décisions responsables.
- Plusieurs effets positifs sont associés à l'ASÉ chez les enfants, comme une saine santé mentale, de meilleures relations interpersonnelles, de meilleurs résultats scolaires ainsi qu'une réduction de la violence et de l'intimidation à l'école.
- Le parent occupe le premier rang dans l'apprentissage social et émotionnel de son enfant. Il agit comme modèle positif lorsqu'il est capable d'identifier ses propres émotions et de les gérer. Il peut ainsi plus facilement accueillir celles de son enfant.
- Les habiletés sociales et émotionnelles doivent être enseignées aux enfants et pratiquées au quotidien, ce qui les aidera à faire des choix responsables à la maison, à l'école et sur Internet (à travers les réseaux sociaux, les jeux en ligne, etc.).
- La collaboration famille-école s'avère primordiale dans le soutien et l'apprentissage social et émotionnel, si importants pour le bien-être de l'enfant.

POUR EN APPRENDRE DAVANTAGE

Suggestions de stratégies pour favoriser le développement des compétences socioémotionnelles des enfants d'âge primaire

- Alloprof. (s.d.). *Saines habitudes de vie*. <https://www.alloprof.qc.ca> (section parents).
- Alloprof. (s.d.). *Votre enfant est-il un bon cybercitoyen ?* <https://www.alloprof.qc.ca> (section parents).
- Beaulieu, J. et Kirouac, S. (2020). *L'anxiété chez les enfants et les adolescents : mieux comprendre pour mieux gérer*. Comité québécois pour les jeunes en difficulté de comportement. www.cqjdc.org
- Bourgeois, S., Forget, K. et Corbin, A.-C. (s.d.). *Les ASÉ au coeur de la réussite éducative : des outils pour la vie*. <https://sites.google.com/csrndn.qc.ca/guide-ase/accueil>
- Institut Pacifique. (s.d.). *Écoute*. <https://institutpacifique.com/outils-gratuits/ecoute/>
- Massé, L. et Verret, C. (2020). *Comment aider l'enfant à identifier ses émotions ?* Comité québécois pour les jeunes en difficulté de comportement. www.cqjdc.org
- Massé, L. et Verret, C. (2020). *Comment aider l'enfant à mieux gérer ses émotions ?* Comité québécois pour les jeunes en difficulté de comportement. www.cqjdc.org
- Massé, L. et Verret, C. (2020). *Comment reconnaître les difficultés de régulation émotionnelle de l'enfant ?* Comité québécois pour les jeunes en difficulté de comportement. www.cqjdc.org
- Massé, L. et Verret, C. (2020). *Trucs et astuces pour retrouver mon calme et mon bien-être*. Comité québécois pour les jeunes en difficulté de comportement. www.cqjdc.org
- Récit. (s.d.). *Nos émotions*. <https://www.nosemotions.ca/enfants-et-ados/pr%C3%A9sco-primaire>

Suggestions de lecture pour soutenir les parents dans le développement des compétences socioémotionnelles des enfants d'âge primaire

- Braut Simard, L. (2014). *Comment je me sens. Des activités pour comprendre, gérer et canaliser les émotions (3 à 7 ans)*. Saint-Norbert : Les Productions Dans la vraie vie.
- Massé, L. et Verret, C. (2016). *Se faire des amis et les garder (8 à 12 ans)*. Montréal : Chenelière Éducation.

Suggestions de livres de littérature jeunesse

- Browne, A. (2011). *Parfois, je me sens...* Paris : Kaléidoscope.
- Cain, J. (2008). *Tourbillon d'émotions*. Markham : Scholastic.
- Groovie, A. (2013). *Léon et les émotions*. Montréal : La courte échelle.
- Llenas, A. (2017). *La couleur des émotions*. Paris : Éditions Quatre Fleuves.
- Potter, M. et Jennings, S. (2016). *La ronde des émotions*. Markham : Scholastic.
- Thuillier, E. et Lallemand, O. (2018). *Le loup qui apprivoisait ses émotions*. St-Laurent : Auzou.



UN MOT SUR LES AUTEURES



Julie C. Boissonneault, M. A., est candidate au doctorat en psychopédagogie sur la question de la violence. Également engagée dans le milieu scolaire, elle a cumulé près de 10 années d'expérience dans les écoles du Québec en tant qu'enseignante, enseignante-ressource et orthopédagogue. Elle est membre étudiante-chercheuse de la Chaire de recherche *Bien-être à l'école et prévention de la violence* ainsi que du CQJDC.



Claire Beaumont, Ph. D., est psychologue et professeure en adaptation scolaire à la Faculté des sciences de l'éducation de l'Université Laval. Elle est titulaire de la Chaire de recherche *Bien-être à l'école et prévention de la violence* et mène des recherches dans ce domaine depuis plus de 20 ans. Elle a donné de multiples formations au personnel scolaire et aux parents dans ce contexte, et a supervisé plusieurs étudiants diplômés dans ce domaine. Elle est membre du CQJDC depuis 20 ans, y ayant occupé le poste de présidente durant sept ans.



Marie-Andrée Pelletier, Ph. D., est professeure-chercheuse spécialisée à l'éducation préscolaire au Département Éducation à l'Université TÉLUQ depuis 2019. Ses travaux portent sur la pratique des stagiaires et des enseignants à l'éducation préscolaire au regard de leurs interventions dans les situations émotionnelles vécues en contexte de classe de la maternelle 4 ans ou 5 ans pour assurer ainsi leur bien-être et celui des enfants. Elle est membre experte du CQJDC.



Julie Beaulieu, Ph. D., est professeure-chercheuse en adaptation scolaire et sociale à l'Université du Québec à Rimouski (campus de Lévis) et chercheuse associée à la chaire de recherche *Bien-être à l'école et prévention de la violence* de l'Université Laval. Ses travaux portent sur la question de la prévention et de l'intervention auprès des enfants et des adolescents présentant des difficultés d'ordre social, comportemental et affectif. Depuis bientôt vingt ans, elle est engagée au sein du CQJDC en tant que membre experte, et depuis les trois dernières années, en tant que présidente du conseil d'administration du CQJDC.