

# **L'ÉDUCATION ÉMOTIONNELLE**

par Christiane Laurent (plan de la conférence)

## **I - RAPPEL : LES ÉMOTIONS AU SERVICE DE L'HOMÉOSTASIE**

- a) Qu'est-ce qu'un organisme vivant ?
- b) Qu'est-ce que le système nerveux et quelle est sa fonction?
- c) Emotions et polarités émotionnelles
- d) Emotions et action

## **II- COMMUNICATION EMOTIONNELLE**

- a) L'expression des émotions
- b) Intelligence émotionnelle

## **III - TRAUMATISMES ET DEREGLLEMENT EMOTIONNEL**

- a) frustration et violence
- b) traumatismes
- c) neurobiologie du traumatisme
- d) ambiance émotionnelle traumatisante

## **IV - NAISSANCE ET MATURATION DU SYSTEME EMOTIONNEL**

- a) avant le naissance
- b) les premiers mois
- c) premières années
- d) l'enfance et l'adolescence

## **V- RESILIENCE**

- a) définition
- b) les facteurs de résilience

## **VI - ÊTRE PARENT AUJOURD'HUI**

- a) Etre des parents parfaits ?
- b) Quels sont les besoins des enfants ?
- c) Comment faire pour mettre des limites ?