# L'anxiété de l'enfant

## Initiation aux approches cognitives, comportementales et émotionnelles

## PERSONNES CONCERNÉES

*Cette formation s'adresse en priorité au personnel exerçant dans le secteur de la santé et du médico-social : accompagnantes et accompagnants enfant adolescent·e et leur famille en milieu ordinaire, infirmières et infirmiers, psychologues, médecins, puéricultrices, éducatrices et éducateurs, etc. Autre profil : nous contacter.*

## PRÉ-REQUIS

La participation à cette formation ne nécessite pas de pré-requis spécifiques au regard du public auquel elle s'adresse.

## POINTS FORTS

> **Une formation qui développe des méthodes pédagogiques diversifiées (vidéos, mise en pratique, jeux de rôle, échanges, expérimentation des stratégies sur soi)**
> **Des enseignements qui associent théorie et pratique en se basant sur des exemples cliniques concrets**
> **Une animatrice à la fois clinicienne de terrain et intervenante à l'université**
> **La possibilité d'adapter le programme en fonction des besoins des participants et de leur contexte de travail**
> **Des notions rapidement applicables dans le contexte professionnel**

## COMPÉTENCES À L'ISSUE DE LA FORMATION

> Décrire et analyser les mécanismes de l'anxiété de l'enfant
> Appliquer des techniques comportementales et cognitives permettant d'aider l'enfant anxieux et ses parents à faire face aux situations anxiogènes
> Améliorer la communication avec l'enfant anxieux et ses parents.

## PROGRAMME

**JOUR 1**

**Introduction** : le modèle des TCCE chez l'enfant

**I. Aspects épidémiologiques, psychopathologiques des troubles anxieux**

> Description et diagnostics
> Épidémiologie
> Hypothèses étiologiques : De multiples facteurs ; Théories de l'attachement ; Théories de l'apprentissage
> Évaluation et analyse fonctionnelle

**JOUR 2**

**II. Aspects théoriques et pratiques de la régulation émotionnelle chez l'enfant**

> Hypothèse évolutionniste
> Les émotions : définitions et fonctions
> Régulation des émotions
> Stratégies de régulation des émotions : Différentes stratégies ; Focus sur la Relaxation et l'entrainement à la pleine conscience

**JOUR 3**

**III. L'abord de l'enfant anxieux et de ses parents**

> Favoriser l'alliance et la motivation : Impuissance acquise ; 3 besoins psychologiques fondamentaux
> Accompagner les parents

**IV. Focus sur des troubles anxieux fréquents et leur traitement : (en fonction du public ou des demandes spécifiques)**

> Le trouble panique
> Le refus scolaire anxieux

**V. Illustration avec une ou plusieurs situations concrètes amenées par les participants**

## MÉTHODES ET RESSOURCES PÉDAGOGIQUES

Exposés théoriques, document remis aux participants, discussions autour de cas cliniques, jeux de rôles.
Des supports papier seront mis à disposition des participants.

## RESPONSABLE SCIENTIFIQUE

**Mme Carmen SCHRÖDER, Professeur à la Faculté de médecine, maïeutique et sciences de la santé, Service de Psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent, Pôle Psychiatrie, Santé mentale et Addictologie, Hôpitaux Universitaires de Strasbourg.**

## ANIMATION

Mme Isabelle FREY, Master Scientifique en Psychologie, Psychologue psychothérapeute spécialisée en TCC, Hôpitaux Universitaires de Strasbourg, Chargée de Cours à l'Université de Strasbourg.
Courriel : isabelle.frey@chru-strasbourg.fr

**STAGE INTER-ÉTABLISSEMENT. POUR LE DPC : NOUS CONSULTER**

**Durée : 3 jours**

**En 2025 :**
*Référence : JLE25-0387A*
*Du 20 au 21/11/2025*
*+ 01/12/2025*

**En 2026 :**
*Référence : JLE26-0387A*
*Du 19 au 20/11/2026*
*+ 30/11/2026*

**Tarif**
*1200 € Pour toute inscription avant le 31 juillet 2026.*
*Repas de midi pris en charge par les organisateurs.*

**Lieu**
*Université de Strasbourg - Service Formation Continue*
*21 Rue du Maréchal Lefebvre*
*67100 Strasbourg*

**STAGE INTRA ÉTABLISSEMENT : NOUS CONSULTER**

**Renseignements et inscriptions**
*Joëlle LABARRE*
*Tél : 03 68 85 49 23*
*Sauf le vendredi après-midi*
*j.labarre@unistra.fr*

**Nature et sanction de la formation**
*Cette formation constitue une action d'adaptation et de développement des compétences.*
*Elle donne lieu à la délivrance d'une attestation de participation.*
*Une évaluation en fin de formation permet de mesurer la satisfaction des stagiaires ainsi que l'atteinte des objectifs de formation (connaissances, compétences, adhésion, confiance) selon les niveaux 1 et 2 du modèle d'évaluation de l'efficacité des formations Kirkpatrick.*