

Le sommeil du jeune enfant

2 jours (12,00 heures)

Programme de formation

Date d'édition : 13/11/2025

PUBLIC VISÉ Tous les professionnels de la petite enfance de l'enfance et de la périnatalité
PRE-REQUIS Aucun
MODALITÉS PÉDAGOGIQUES Présentiel La formation est interactive, basée sur des apports théoriques et cliniques qui peuvent être illustrés par des séquences de films, un travail sur photos ou des mises en situation ; elle est construite avec les questionnements et les situations apportés par les participants.
MODALITÉS D'ÉVALUATION ET DE SUIVI Synthèse et bilan viendront ponctuer la formation pour s'assurer que les objectifs soient atteints
ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP Contact pour toute question sur l'accessibilité de notre formation : Mme Audrey Vanègue pikler.loczy@pikler.fr
MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS Notre formation est accessible aux personnes à mobilité réduite. Pour les autres situations de handicap, merci de nous contacter à pikler.loczy@pikler.fr ou au 01 43 95 48 15.

CONTEXTE

PROBLÉMATIQUE

Le sommeil est indispensable à notre santé physique et psychique.

C'est un des grands indicateurs de santé mais aussi en même temps un facteur important de "bonne santé".

Quel accompagnement vers le sommeil

« Endormir les enfants » ou plutôt créer les conditions contenantantes de leur endormissement

Attention continue de l'adulte dans une alternance de rencontres proches, individualisées, au cours des soins et une présence à petite distance pendant les temps d'éveil et de repos

Le jeune enfant s'appuie sur l'environnement matériel temporo-spatial que nous lui proposons, moments et lieux de repos, sieste collective ou pas, lits à disposition, dortoir, lumière, disponibilité des adultes, ... Quels repères peut-il prendre pour être serein ?

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- ◆ Connaître l'organisation physiologique du sommeil humain et son évolution de la naissance à 3 ans
- ◆ Penser l'accompagnement au sommeil en collectivité et au domicile
- ◆ Identifier les difficultés et troubles du sommeil dans les premières années de l'enfant
- ◆ Réfléchir aux conditions matérielles et à l'organisation des soins qui peuvent favoriser le sommeil de l'enfant

DESCRIPTION / CONTENU

- ◆ **L'organisation physiologique du sommeil humain et son évolution chez l'enfant de la naissance à 3 ans**

Les différentes phases du sommeil et leur évolution au fil des mois et de la maturation de l'enfant

Rôle du sommeil dans la maturation cérébrale du petit enfant

- ◆ **Quel accompagnement vers le sommeil ?**

« Endormir les enfants » ou plutôt créer les conditions contenantantes de leur endormissement ?

Quel environnement proposé ? Moment, lieu de repos ? Sieste collective ou non ? Lit à disposition ou non ? Dortoir ? Lumière ? Disponibilité des adultes ?

- ◆ **Terreurs nocturnes, cauchemars et autres troubles du sommeil fréquents**
- ◆ **Différentes modalités culturelles autour du sommeil dans les familles**
- ◆ **Réflexion d'équipe et observation des effets des propositions faites à l'enfant**
- ◆ **Rencontre avec les parents autour de ce sujet**

