ENCYCLOPÉDIE
sur le développement
des jeunes enfants

ÉMOTIONS

L’intelligence émotionnelle au cours des cinq premières années de la vie

[1]Susanne A. Denham, Ph.D., [2]Katherine Zinsser, Ph.D., [3]Craig S. Bailey, Ph.D.

[1]George Mason University, États-Unis, [2]University Illinois Chicago, États-Unis, [3]Yale School of Medicine, États-Unis

Septembre 2022, Éd. rév.

Introduction

Le concept d’intelligence émotionnelle (IE) fait référence à un groupe distinct d’aptitudes mentales qui nous permettent de : 1) percevoir, évaluer et exprimer des émotions; 2) nous servir de nos émotions pour nous aider à réfléchir; 3) comprendre les causes et les conséquences des émotions; 4) réguler nos émotions et celles des autres.[1] Ces aptitudes concordent bien avec ce que l’on appelle la « compétence émotionnelle » (CE) dans la littérature sur la psychologie du développement.[2] Étant donné l’importance accordée au développement dans les écrits sur la CE, c’est ce terme que nous emploierons ici. La CE des jeunes enfants – l’expression d’émotions utiles, la connaissance de leurs émotions et de celles des autres, et la régulation de leur expressivité et de leur expérience émotionnelles ainsi que de celles des autres quand elle est nécessaire – contribue à leur adaptation sociale et préscolaire, à la fois simultanément et au fil du temps.[3-5]

Sujet

©2022-2026 ABILIO | ÉMOTIONS

À cause de son lien avec la réussite sociale et préscolaire, on s'intéresse grandement à la CE des jeunes enfants : son importance pour les décideurs politiques et les intervenants en services de garde, et sa pertinence en matière d'éducation des jeunes enfants et de santé mentale apparaissent de plus en plus évidentes. La CE englobe trois aspects, qui touchent des réalisations précises au cours de la petite enfance[2] :

Expression : Les jeunes enfants apprennent à communiquer leurs émotions en exprimant des messages non verbaux clairs dans certaines situations et relations sociales (p. ex., le fait de trépigner ou de serrer quelqu'un dans ses bras). Ils développent aussi de l'empathie envers les autres (p. ex., donner une tape dans le dos à un camarade de classe qui a mal). De plus, ils expriment des émotions sociales et des émotions liées à la conscience de soi complexes, comme la culpabilité, la fierté, la honte et le mépris, dans les contextes appropriés.[6-7]

Connaissance : Les jeunes enfants commencent à acquérir des aptitudes leur permettant de bien reconnaître et de nommer leurs émotions ainsi que celles des autres, notamment les émotions de base comme la joie, la tristesse, la colère et la peur. Ils peuvent découvrir les causes et les conséquences de ces émotions et commencent à prendre conscience des causes complexes et individuelles derrière les émotions, particulièrement à l'aide de méthodes intégrées dans le jeu.[8]

Régulation : Les jeunes enfants commencent à réguler leurs émotions de façon productive : ils montrent qu'ils sont conscients de leurs sentiments en les surveillant et en les modifiant au besoin, pour que les émotions les aident à s'adapter aux différentes situations plutôt que de leur nuire. Bien que les jeunes enfants commencent à comprendre quelles stratégies de régulation sont les plus utiles, ils ont souvent encore besoin de l'aide d'un adulte pour les mettre en pratique.[6,7,9]

Les relations réciproques entre ces aspects de la CE doivent être soulignées. La connaissance des émotions joue sans aucun doute un rôle important en ce qui a trait à l'aptitude des enfants à réguler les émotions : par exemple, lorsqu'une enfant sait que sa camarade de jeu est ravie d'avoir réussi à relever son tricycle après une longue lutte, elle n'est plus inquiète elle non plus, car elle n'a pas à se demander comment se comporter avec une amie en colère. De plus, sa connaissance des émotions peut l'aider à réguler et à adapter l'expression de ses émotions : si elle comprend ce qui cause de la tristesse (chez elle et chez les autres) et à quelle intensité elle se manifeste, elle pourrait être capable d'exprimer de la tristesse lorsqu'elle tombe d'une

structure de jeu, d'une façon qui lui permet d'obtenir de l'aide sans être submergée par cette émotion. Étant donné les relations réciproques complexes entre les différents aspects de la CE, il n'est pas surprenant qu'une mauvaise connaissance des émotions et une régulation insuffisante de l'expression de la colère chez les enfants d'âge préscolaire permettent de prédire des difficultés avec les enseignants et les pairs à la maternelle.[5,8] Par exemple, on a constaté que les enfants d'âge préscolaire qui ne comprennent pas bien les émotions sont agressifs ou éprouvent des problèmes avec leurs pairs, à la fois de manière simultanée et prévisible.[8,9] En outre, les aspects de la CE des jeunes enfants, qu'on les considère séparément ou en tant que groupe d'éléments interreliés, permettent de prédire leur niveau de réussite scolaire au cours des premières années à l'école.[3-7,9]

Contexte de la recherche

Le contexte de recherche dans lequel la CE est étudiée varie à travers le développement. L'étude des émotions des nourrissons s'est principalement appuyée sur les signes extérieurs d'émotions, comme les expressions faciales, les gestes et les vocalisations. Après la prime enfance, les chercheurs ont recours à des méthodes d'observation naturaliste et d'évaluation directe dans divers milieux, ce qui leur permet de mieux observer l'expression, la compréhension et la régulation des émotions des enfants ainsi que leur expérience émotionnelle. Pour comprendre le processus de régulation des émotions chez les enfants, on utilise des méthodes d'évaluation de leur CE qui consistent parfois à les placer dans des situations volontairement frustrantes, où ils disposent ou non de l'appui pédagogique d'un adulte. Les réponses des enfants aux questions directes, souvent obtenues dans des cadres écologiques valables de jeu, témoignent de leur compréhension de leurs sentiments et de ceux des autres dans différentes situations ainsi que de leur compréhension des causes et des conséquences des émotions. Des méthodes d'observation et d'autoévaluation sont également utilisées pour examiner la socialisation de la CE des enfants par les adultes.

Questions clés pour la recherche et résultats récents

1. De quelle façon la CE est-elle liée à la capacité des jeunes enfants à accomplir d'autres tâches développementales importantes?

    a) La CE est liée au succès que les jeunes enfants obtiennent dans leurs relations avec les autres. Ils doivent apprendre à envoyer et à recevoir des messages émotionnels en utilisant

leur connaissance des émotions et leurs aptitudes à les réguler de façon à être bien préparés aux échanges interpersonnels, à établir de bonnes relations et à maintenir leur curiosité et enthousiasme à l'égard de leur monde. Lorsqu'ils le font, ils remportent davantage de succès dans leurs relations avec les autres et celles-ci leur procurent une plus grande satisfaction, en particulier avec les nouveaux amis.[4,7-9]

b) La CE est liée à la réussite scolaire des jeunes enfants au cours des premières années à l'école. Les émotions sont omniprésentes dans leurs salles de classe : pendant que les jeunes élèves apprennent avec et en collaboration des enseignants et leurs pairs, ils doivent se servir de leurs émotions pour faciliter leur apprentissage. Leurs aptitudes à comprendre leurs émotions et celles des autres, à les réguler et à exprimer des émotions saines s'unissent pour faire en sorte que leur expérience scolaire soit réussie.[3,5-7]

2. De quelle façon les parents favorisent-ils le développement de la CE des enfants?

   En leur fournissant un modèle d'expression de diverses émotions, les parents modérément expressifs donnent de l'information à leurs enfants sur la nature des émotions : leur expression, les situations susceptibles de les provoquer et les causes plus personnalisées.[10,11] Le fait de vivre dans un climat affectif particulier améliore l'expérience émotionnelle, l'expression et la régulation de certaines émotions précises chez les enfants.[10] Plus précisément, un climat affectif positif favorise le développement positif émotionnel des enfants.[12] À l'inverse, dans les familles où l'on exprime davantage d'émotions négatives, les enfants réussissent moins bien dans leurs relations avec leurs pairs.[13] Les réactions des parents à l'égard des émotions des jeunes enfants et leur enseignement direct des émotions constituent également des outils de socialisation importants qui soutiennent le développement de la CE.[14]

3. Quoi d'autre peut-on faire pour favoriser le développement de la CE des enfants?

   Il est possible d'encourager le développement de la CE des jeunes enfants dans les services de garde et les centres de la petite enfance.[15] Par exemple, dans le cadre du programme Preschool PATHS, on apprend aux enfants à exprimer leurs émotions, à les connaître et à les réguler.[16] D'autres programmes ont été créés spécialement pour les classes Head Start dans le but d'aider les jeunes enfants à utiliser leur CE de façon efficace.[17] Finalement, on compte aussi des programmes destinés aux parents.[18]

Lacunes de la recherche

Il est encore nécessaire de continuer d'entreprendre beaucoup de travaux de recherche fondamentale, en particulier pour examiner comment les aspects de la CE fonctionnent ensemble. Les recherches doivent également étudier les aptitudes liées à la compétence émotionnelle en considérant l'« enfant dans sa globalité », de façon à découvrir comment la CE interagit avec d'autres domaines du développement, à la fois de manière simultanée et prévisible.

De plus, malgré les données accumulées sur la socialisation parentale et les recherches sur la petite enfance qui montrent que les enseignants adoptent des comportements favorisant la socialisation des émotions, nous en savons peu sur la façon dont les enseignants (ou encore les pairs ou les frères et sœurs[10]) socialisent la CE des enfants.[19] Toutefois, de nouveaux résultats montrent que le modelage, les réactions et l'enseignement des enseignants contribuent effectivement au développement de la CE chez les enfants.[20-23] On doit aussi effectuer des recherches pour discerner les aspects pouvant avoir une influence indirecte sur la CE, comme la psychopathologie parentale, le divorce, la pauvreté et la qualité des soins donnés à l'enfant.[2] En outre, nos connaissances sont assez étendues pour que le temps soit venu d'étudier plus en profondeur certains sujets de recherche appliquée, comme les programmes fondés sur des données probantes. Finalement, nous devons nous doter d'outils d'évaluation encore plus efficaces pour observer le développement de la CE des jeunes enfants.[24]

Conclusion

En somme, la compétence émotionnelle est un concept qui évolue selon le développement des enfants et qui englobe leurs aptitudes à exprimer, à interpréter et à réguler leurs émotions de façon appropriée et à comprendre les émotions des autres. Il est essentiel de comprendre les relations réciproques entre ces aspects de la CE, ainsi que la façon dont la CE est socialisée, si l'on veut saisir l'expérience émotionnelle des enfants et la raison pour laquelle certains enfants d'âge préscolaire ont une CE plus développée que d'autres. Les conclusions actuelles suggèrent que : 1) la CE est liée au succès des jeunes enfants au regard de leurs relations avec les autres; 2) la CE est liée à la réussite scolaire des jeunes enfants au cours des premières années à l'école; 3) les parents servent de modèles en ce qui a trait à l'expression et à la régulation des émotions et ils encadrent les milieux qui favorisent l'acquisition de la CE; 4) la socialisation des émotions par les parents n'est pas le seul mécanisme par lequel la CE des enfants est socialisée. La

©2022-2026 ABILIO | ÉMOTIONS

compréhension de la CE et le soutien à son développement à la maison semblent de plus en plus considérés comme fondamentaux, mais les recherches doivent cependant être plus approfondies pour examiner à fond de quelle façon les enseignants et le contexte scolaire contribuent à la CE des enfants.

Implications pour les parents, les services et les politiques

Bien que les chercheurs, les éducateurs de la petite enfance et des décideurs politiques comprennent et valorisent de plus en plus la CE des jeunes enfants, il reste encore à combler les lacunes de ce soutien. Pa exemple, pour offrir un milieu d'apprentissage optimal à chaque élève, les enseignants devraient recevoir une formation sur les programmes et les outils d'évaluation qui favorisent la CE. Les parents devraient également être soutenus dans leur rôle de socialisateurs de la CE.

Les normes en matière d'éducation restent essentielles. Les initiatives politiques peuvent aussi sensibiliser les enseignants à la CE et les aider à l'encourager, favorisant ainsi des environnements d'apprentissage harmonieux en salle de classe, et promouvant les bases de la CE que les enfants pourront utiliser dans de nombreux contextes. Les initiatives législatives peuvent aider à établir des programmes, à allouer des fonds pour créer des centres d'assistance technique et de formation, et à fournir des subventions pour soutenir les programmes de CE fondés sur des données probantes et leur évaluation.[24]

Références

1. Mayer JD, Roberts RD, Barsade SG. Human abilities: Emotional intelligence. *Annual Review of Psychology* 2008;59(1):507-536.

2. Denham SA. *Emotional development in young children*. 2nd ed. New York: Guilford Press. In press.

3. Denham SA, Brown C, Domitrovich CE. "Plays nice with others": Social–emotional learning and academic success. *Early Education & Development* 2010;21(5):652-680.

4. Denham SA, Blair KA, DeMulder E, Levitas J, Sawyer K, Auerbach-Major S, Queenan P. Preschool emotional competence: Pathway to social competence. *Child development* 2003;74(1):238-256.

©2022-2026 ABILIO | ÉMOTIONS

5. Denham SA, Bassett HH, Mincic MM, Kalb SC, Way E, Wyatt T, Segal, Y. Social-emotional learning profiles of preschoolers' early school success: A person-centered approach. *Learning and Individual Differences* 2012;22:178-189.

6. Hernández MM, Eisenberg N, Valiente C, VanSchyndel SK, Spinrad TL, Silva KM, Berger RH, Diaz A, Terrell N, Thompson MS, Southworth J. Emotional expression in school context, social relationships, and academic adjustment in kindergarten. *Emotion* 2016;16:553-566.

7. Herndon KJ, Bailey CS, Shewark EA, Denham SA, Bassett HH. Preschoolers' emotion expression and regulation: Relations with school adjustment. *Journal of Genetic Psychology* 2013;174:642-663.

8. Di Maggio R, Zappulla C, Pace U. The relationship between emotion knowledge, emotion regulation and adjustment in preschoolers: A mediation model. *Journal of Child and Family Studies* 2016;25:2626-2635.

9. Denham SA, Blair K, Schmidt M, DeMulder E. Compromised emotional competence: Seeds of violence sown early? *American Journal of Orthopsychiatry* 2002;72(1):70-82.

10. Denham SA, Bassett HH, Wyatt T. The socialization of emotional competence. In: Grusec J, Hastings P, eds. *The handbook of socialization. 2nd ed.* New York: Guilford Press; 2014:590-613.

11. Drummond J, Paul EF, Whitney EW, Hammond SI, Brownell CA. Here, there and everywhere: emotion and mental state talk in different social contexts predicts empathic helping in toddlers. *Frontiers in Psychology* 2014;5:361.

12. Davis M, Suveg C, Shaffer A. Maternal positive affect mediates the link between family risk and preschoolers' positive affect. *Child Psychiatry & Human Development* 2015;46:167-175.

13. Newland RP, Crnic KA. Mother–child affect and emotion socialization processes across the late preschool period: Predictions of emerging behaviour problems. *Infant and Child*

©2022-2026 ABILIO | ÉMOTIONS

Development 2011;20(6):371-388.

14. Luebbe AM, Kiel EJ, Buss KA. Toddlers' context-varying emotions, maternal responses to emotions, and internalizing behaviors. *Emotion* 2011;11:697-703.

15. Bierman KL, Motamedi M. SEL Social and emotional learning programs for preschool children. In: Durlak JA, Domitrovich CE, Weissberg RP, Gullotta TP, eds. *Handbook of social and emotional learning: Research and practice*. New York: Guilford Press; 2015:135-151

16. Hughes C, Cline T. An evaluation of the preschool PATHS curriculum on the development of preschool children. *Educational Psychology in Practice* 2015;31(1):73-85.

17. Izard CE, King KA, Trentacosta CJ, Morgan JK, Laurenceau JP, Krauthamer-Ewing ES, Finlon KJ. Accelerating the development of emotion competence in Head Start children: Effects on adaptive and maladaptive behavior. *Development and Psychopathology* 2008;20(1):369-397.

18. Havighurst SS, Wilson KR, Harley AE, Prior MR, Kehoe C. Tuning in to kids: Improving emotion socialization practices in parents of preschool children–findings from a community trial. *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 2010;51(12):1342-1350.

19. Denham SA, Bassett HH, Zinsser K. Early childhood teachers as socializers of young children's emotional competence. *Early Childhood Education Journal* 2012;40(3):137-143.

20. Ahn HJ, Stifter C. Child care teachers' response to children's emotional expression. *Early Education and Development* 2006;17(2):253-270.

21. Bassett HH, Denham SA, Fettig NB, Curby TW, Mohtasham M, Austin N. Temperament in the classroom: Children low in surgency are more sensitive to teachers' reactions to emotions. *International Journal of Behavioral Development* 2017;41(1):4-14.

22. Denham SA, Bassett HH. Early childhood teachers’ socialization of children’s emotional competence. *Journal of Research in Innovative Teaching and Learning* 2019;12(2):133-150.

©2022-2026 ABILIO | ÉMOTIONS

23. Ornaghi V, Grazzani I, Cherubin E, Conte E, Pirall F. ‘Let's talk about emotions!’. The effect of conversational training on preschoolers' emotion comprehension and prosocial orientation. *Social Development* 2015;24(1):166-183.

24. Denham SA. Assessment of SEL in educational contexts. In: Durlak JA, Domitrovich CE, Weissberg RP, Gullotta TP, eds. *Handbook of social and emotional learning: Research and practice*. New York: Guilford Press: 2015:285-300.

©2022-2026 ABILIO | ÉMOTIONS