

## ÉMOTIONS

---

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

Susanne A. Denham, Ph.D., Katherine Zinsser, M.A., Craig S. Bailey, B.Sc.

George Mason University, États-Unis

Décembre 2011

### 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.<sup>1,2</sup> Ces aptitudes concordent bien avec ce que l'on appelle la «compétence émotionnelle » (CE) dans la littérature sur la psychologie du développement.<sup>3,4,5</sup> 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.<sup>6-8</sup>

### Sujet

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<sup>9</sup> :

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.

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.<sup>10</sup>

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.

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.<sup>11</sup> 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.<sup>7(p249),12,13</sup> 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.<sup>14-16</sup>

## 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, et de la distinction qu'ils font entre leur propre perspective des choses et celle des autres. 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.<sup>17</sup> 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.<sup>18</sup>
  - 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.<sup>6 (p 653)</sup>

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. Le fait de vivre dans un climat affectif particulier améliore l'expérience émotionnelle et l'expression de certaines émotions précises chez les enfants.<sup>19</sup> Un climat affectif positif favorise le développement positif émotionnel et social des enfants.<sup>20-24</sup> 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.<sup>25</sup> 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.<sup>26</sup>

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.<sup>27</sup> Par exemple, dans le cadre du programme Preschool PATHS, on apprend aux enfants à exprimer leurs émotions, à les connaître et à les réguler.<sup>28,29</sup> 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.<sup>30,31</sup> Finalement, on compte aussi des programmes destinés aux parents.<sup>32,33</sup>

## 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) socialisent la CE des enfants.<sup>34</sup> 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. 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.<sup>34</sup>

## 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 d'entre eux affichent de meilleurs résultats que d'autres selon les mesures du niveau de CE. 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 compréhension de la CE et le soutien à son développement à la maison semblent de plus en plus considérés comme fondamentaux, mais les recherches n'ont pas encore examiné 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

La compréhension des chercheurs, des éducateurs et des décideurs politiques à l'égard de la CE des jeunes enfants et la valeur qu'ils lui accordent présentent des lacunes qui doivent être comblées. 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 permettent non seulement d'évaluer, mais aussi d'aider à la réalisation d'interventions qui favorisent le développement d'aptitudes d'apprentissage socioaffectif (ASA). Les parents devraient également être soutenus dans leur rôle de socialisateurs de la CE.

Des normes en matière d'éducation sont également nécessaires, y compris en matière d'évaluations et de

programmes fondés sur des données probantes. Les initiatives politiques qui encouragent la conscientisation des enseignants envers les aptitudes d'ASA favoriseront non seulement l'établissement d'un milieu d'apprentissage harmonieux en salle de classe, mais contribueront également à l'acquisition de bases socioaffectives stables que l'enfant pourra utiliser dans une variété de contextes sociaux et d'apprentissage. Parmi les initiatives qui ont été prises, on compte l'Academic, Social, and Emotional Learning Act (Loi sur l'apprentissage scolaire, social et affectif), une mesure législative présentée à la Chambre des représentants des États-Unis en 2009. Des politiques comme celle-ci peuvent nous aider à établir des programmes et à allouer des fonds dans le but de créer des centres d'assistance technique et de formation, de fournir des subventions qui soutiennent les programmes d'ASA fondés sur des données probantes et d'effectuer une évaluation des programmes scolaires d'ASA à l'échelle nationale.

## Références

1. Mayer JD, Roberts RD, Barsade SG. Human Abilities: Emotional Intelligence. *Annu. Rev. Psychol.* 2008;59(1):507-536.
2. Mayer J, Salovey P. What is emotional intelligence? In: Salovey P, Sluyter DJ, eds. *Emotional development and emotional intelligence: educational implications*. New York, NY: Basic Books; 1997:3-31.
3. Denham SA. *Emotional Development in Young Children*. New York, NY: Guilford Press; 1998.
4. Saarni C. *The development of emotional competence*. Guilford Press; 1999.
5. Zeidner M, Matthews G, Roberts RD, MacCann C. Development of Emotional Intelligence: Towards a Multi-Level Investment Model. *Human Development*. 2003;46(2-3):69-96.
6. Denham SA, Brown C, Celene E, Domitrovich. "Plays Nice With Others": Social-Emotional Learning and Academic Success. *Early Education & Development*. 2010;21(5):652.
7. Denham SA, Blair KA, DeMulder E, et al. Preschool emotional competence: Pathway to social competence. *Child Development*. 2003;74(1):238-256.
8. Hyson M. Emotional Development and School Readiness. *Professional Development. Young Children*. 2002;57(6):76.
9. Denham SA, Zinsler K, Brown C. The emotional basis of learning and development in early childhood education. In: Spodek B, Saracho ON, eds. *Handbook of Research on the Education of Young Children*. 3rd ed. New York, NY: Lawrence Erlbaum Associates; 2010.
10. Denham S, Kochanoff. Why is she crying?: Children's Understanding of Emotion from Preschool to Preadolescence. In: PhD LFB, PhD PS, Mayer JD, eds. *The Wisdom in Feeling: Psychological Processes in Emotional Intelligence*. 1st ed. The Guilford Press; 2002.
11. Denham SA, Caverly S, Schmidt M, et al. Preschool understanding of emotions: Contributions to classroom anger and aggression. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 2002;43(7):901-916.
12. Hughes C, Dunn J. Understanding mind and emotion: Longitudinal associations with mental-state talk between young friends. *Developmental Psychology*. 1998;34(5):1026-1037.
13. 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.
14. Izard C, Fine S, Schultz D, et al. Emotion knowledge as a predictor of social behavior and academic competence in children at risk. *Psychological Science*. 2001;12(1):18-23.
15. Leerkes EM, Paradise M, O'Brien M, Calkins SD, Lange G. Emotion and cognition processes in preschool children. *Merrill-Palmer Quarterly: Journal of Developmental Psychology*. 2008;54(1):102-124.
16. Shields A, Dickstein S, Seifer R, et al. Emotional competence and early school adjustment: A study of preschoolers at risk. *Early Education and Development*. 2001;12(1):73-96.
17. Halberstadt AG, Denham SA, Dunsmore JC. Affective social competence. *Social Development*. 2001;10(1):79-119.
18. Denham SA, McKinley M, Couchoud EA, Holt R. Emotional and behavioral predictors of preschool peer ratings. *Child Development*. 1990;61(4):1145-1152.
19. Halberstadt AG. Emotional experience and expression: An issue overview. *Journal of Nonverbal Behavior*. 1993;17(3):139-143.
20. Denham SA, Grout L. Socialization of emotion: Pathway to preschoolers' emotional and social competence. *Journal of Nonverbal Behavior*. 1993;17(3):205-227.

21. Denham SA, Renwick-DeBardi S, Hewes S. Emotional communication between mothers and preschoolers: Relations with emotional competence. *Merrill-Palmer Quarterly: Journal of Developmental Psychology*. 1994;40(4):488-508.
22. Parke RD, Cassidy J, Carson J, Boyum LA. Familial contribution to peer competence among young children: The role of interactive and affective processes. In: Parke RD, Ladd GW, eds. *Family-peer relationships: modes of linkage*. Hillsdale, NJ: Erlbaum; 1992:107-134.
23. Garner PW, Jones DC, Gaddy G, Rennie KM. Low-Income Mothers' Conversations About Emotions and Their Children's Emotional Competence. *Social Development*. 1997;6(1):37-52.
24. Isley SL, O'Neil R, Clatfelter D, Parke RD. Parent and Child Expressed Affect and Children's Social Competence: Modeling Direct and Indirect Pathways. *Developmental Psychology*. 1999;35:547-560.
25. Denham SA, Mitchell-Copeland J, Strandberg K, Auerbach S, Blair K. Parental contributions to preschoolers' emotional competence: Direct and indirect effects. *Motivation and Emotion*. 1997;21(1):65-86.
26. Denham SA, Bassett HH, Wyatt TM. Gender differences in the socialization of preschoolers' emotional competence. *New Directions for Child and Adolescent Development*. 2010;2010(128):29-49.
27. Denham SA, Burton R. *Social and Emotional Prevention and Intervention Programming for Preschoolers*. 1st ed. Springer; 2003.
28. Bierman KL, Domitrovich CE, Nix RL, et al. Promoting academic and social-emotional school readiness: The Head Start REDI program. *Child Development*. 2008;79(6):1802-1817.
29. Domitrovich CE, Cortes RC, Greenberg MT. Improving young children's social and emotional competence: A randomized trial of the preschool 'PATHS' curriculum. *The Journal of Primary Prevention*. 2007;28(2):67-91.
30. Izard C. The emotions course. Helping children understand and manage their feelings: An emotion-centered primary prevention program for Head Start. Teachers manual. Newark, DE: University of Delaware; 2001
31. Izard CE, King KA, Trentacosta CJ, et al. Accelerating the development of emotion competence in Head Start children: Effects on adaptive and maladaptive behavior. *Development and Psychopathology*. 2008;20(1):369-397.
32. Havighurst SS, Wilson KR, Harley AE, Prior MR. Tuning in to kids: an emotion-focused parenting program-initial findings from a community trial. *J. Community Psychol*. 2009;37(8):1008-1023.
33. Denham SA. Social-Emotional Competence as Support for School Readiness: What Is It and How Do We Assess It? *Early Education and Development*. 2006;17(1):57-89.
34. Ahn HJ, Stifter C. Child Care Teachers' Response to Children's Emotional Expression. *Early Education and Development*. 2006; 17(2):253-270.