

2. Vision et Fondation

Une fondation est petite jusqu'à ce qu'elle devienne grande.

Avec EIQ, nous ne souhaitons pas simplement suivre les traces existantes — nous souhaitons en

créer une nouvelle :

un chemin où le développement humain repose sur la compréhension intérieure, la responsabilité

et l'autorégulation comme fondement de tout autre apprentissage.

EIQ ne fournit pas de réponses toutes faites — il donne la capacité de trouver sa propre direction

dans la vie.

Ici, l'enfant est le point de départ et l'être humain dans sa globalité est l'objectif — apprendre non

seulement à se comprendre soi-même, mais aussi à comprendre les autres.

EIQ est une base éducative fondée sur des valeurs, travaillant avec l'intelligence émotionnelle, le

bien-être et la durabilité humaine.

Non pas comme un système achevé, mais comme un point de départ partagé.

EIQ prend son point de départ dans ce que les enfants portent déjà en eux : émotions, curiosité,

empathie, conscience corporelle et relations.

Nous pensons que les enfants ne manquent pas d'explications — mais d'espace. De langage. De

sécurité. Et d'adultes qui osent être humains.

3. EIQ en pratique

EIQ est un outil qui peut être intégré dans la vie scolaire quotidienne sans remplacer l'enseignement

existant. Il fonctionne comme une couche humaine et relationnelle qui renforce le bien-être des

enfants, leur compréhension d'eux-mêmes et leurs compétences relationnelles, tout en créant

calme et clarté dans l'environnement d'apprentissage.

La Boîte à outils EIQ

Dans EIQ, les enfants travaillent avec une boîte à outils contenant des outils pour la vie.

Cette boîte peut être quelque chose de concret, par exemple une trousse utilisée quotidiennement

dès le premier jour d'école.

À l'intérieur de cette « boîte » se trouvent des couleurs, des symboles et des outils, chacun représentant un espace intérieur chez l'enfant — par exemple le corps, les émotions, les relations, le

courage et l'identité.

Lorsque l'enfant reçoit une « clé » (par exemple sous la forme d'un crayon de couleur et d'une carte), cela ne signifie pas qu'il a réussi une épreuve.

Cela signifie qu'il a obtenu l'accès à un nouvel espace intérieur et à un nouveau langage pour se

comprendre lui-même.

Les espaces existent déjà en l'enfant.

EIQ détient les clés.

Les Couleurs et les Espaces Intérieurs

Chaque couleur dans EIQ représente un espace intérieur que l'enfant peut apprendre à reconnaître

et à retrouver tout au long de sa vie : – La Salle des Pensées (clé bleue) – La Salle du Corps (clé verte – calme, régulation, signaux) – La Salle des Émotions (clé rouge – compréhension, nuance, information) – La Salle des Relations (clé jaune – limites, communauté, respect) – La

Salle du Courage (clé orange – capacité d’agir, choix, demander de l’aide) – La Salle de l’Identité (clé turquoise – créativité, estime de soi, authenticité) – La Salle de l’Intuition (clé violette – silence, ancrage intérieur)

L’accès se fait au rythme de l’enfant.

Tous les enfants n’ouvrent pas toutes les salles en même temps, et cela fait partie de la force du

modèle.

Comment EIQ fonctionne au quotidien

EIQ est intégré à travers le jeu, le dialogue, le mouvement, la musique, l’humour, de courtes réflexions et des situations reconnaissables.

Les enfants travaillent avec des extraits de films, de petits questionnaires, des expressions créatives

et des rituels partagés qui les aident à se reconnaître dans leurs expériences.

Il n’y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses.

L’objectif est la compréhension — et non la performance.

Rituels et Structure

EIQ crée un sentiment de sécurité à travers des rituels simples : – débuts et fins partagés – rituels de transition entre activités – rangement comme action commune, et non comme punition

Le rangement est utilisé comme un outil pour renforcer l’expérience de compétence et de responsabilité de l’enfant :

« L’ordre crée le calme. »

« Je peux le faire moi-même. Je fais partie de cela. »

« C’est ma force et ma responsabilité. »

Le rôle de l’adulte

Dans EIQ, l’adulte n’est ni juge ni simple résolveur de problèmes, mais un guide.

L’adulte aide l’enfant à mettre des mots sur ce qui est ressenti, à distinguer les expériences intérieures des influences extérieures, et à choisir le bon outil dans la boîte.

L’accent est mis sur la relation et la compréhension plutôt que sur la correction.

EIQ comme prévention

EIQ n'est pas une thérapie et ne remplace pas l'enseignement académique.

Il s'agit d'une approche préventive qui donne aux enfants des ressources sur lesquelles s'appuyer,

même lorsque la vie devient difficile.

Lorsque les enfants apprennent à se ressentir, à comprendre leurs signaux et à demander de l'aide

sans honte, cela renforce leur compréhension d'eux-mêmes, leur confiance, leur apprentissage, leur

bien-être et leur santé à long terme.

Conclusion de la pratique

EIQ fonctionne en pratique parce qu'il est simple, humain et reconnaissable.

Il n'exige pas davantage des enfants — il leur donne davantage à emporter avec eux.

Ils apprennent que les difficultés font partie de l'apprentissage, que les émotions sont des informations, et comment les comprendre et y répondre avec le temps.

EIQ est un outil que les enfants peuvent utiliser encore et encore — à l'école, dans leurs relations et

dans la vie.

4. Cadre pédagogique

EIQ est conçu comme un complément fondé sur des valeurs à l'enseignement existant et peut être

intégré à tous les niveaux scolaires dans le cadre de la vie quotidienne à l'école.

Le cadre pédagogique est adapté au stade de développement de l'enfant et vise à renforcer la conscience émotionnelle, la compréhension de soi, la compétence relationnelle et la résilience

intérieure.

Premières années scolaires

Dans les premières années, l'accent est mis sur la reconnaissance des émotions, la conscience

corporelle et une compréhension relationnelle simple.

Les enfants apprennent à identifier leurs sentiments, à s'exprimer et à comprendre les bases de

l'interaction sociale à travers le jeu, les histoires, le mouvement et les activités créatives.

L'objectif est de créer une base sécurisante où l'enfant se sent vu, entendu et valorisé.

Années intermédiaires

Durant les années intermédiaires, les enfants développent une compréhension plus approfondie des

émotions, des relations et des limites personnelles.

Ils travaillent sur la communication, l'empathie, la compréhension des conflits et l'autorégulation.

L'enseignement soutient l'enfant dans la compréhension de ses propres réactions ainsi que des

perspectives des autres, renforçant ainsi sa capacité à participer à des communautés saines.

Adolescence

Dans les dernières années scolaires, l'accent s'élargit à l'identité, à la responsabilité, aux choix de vie

et aux valeurs personnelles.

Les élèves réfléchissent aux relations, aux attentes, aux possibilités d'avenir et à leur rôle dans la

société.

Ils développent une conscience de soi plus profonde, apprennent à naviguer les défis et acquièrent

des outils pour prendre des décisions conscientes et responsables.

Approche pédagogique

EIQ est enseigné à travers le dialogue, la réflexion, l'expression créative, le mouvement et des expériences partagées.

Le processus met l'accent sur la compréhension plutôt que sur la performance et soutient la curiosité naturelle et le développement de l'enfant.

L'enseignement est flexible et peut être adapté aux contextes locaux et aux environnements éducatifs.

Objectif

L'objectif d'EIQ est de soutenir le développement d'individus équilibrés, conscients d'eux-mêmes et

socialement responsables, capables de participer aux communautés avec empathie, respect et

stabilité intérieure.

EIQ contribue au bien-être à long terme, à la croissance personnelle et à la durabilité humaine.

5. EIQ dans le Corps

EIQ soutient les enfants et les jeunes dans le développement d'une conscience du corps comme

source essentielle d'information, d'équilibre et de compréhension de soi.

À travers EIQ, les élèves apprennent à reconnaître les signaux corporels tels que la tension, le calme,

l'inconfort et le bien-être.

Ils développent une compréhension de la manière dont le corps réagit aux émotions, aux pensées et

aux expériences.

L'enseignement aide les élèves à relier la conscience corporelle à la compréhension émotionnelle,

renforçant ainsi leur capacité d'autorégulation et leur aptitude à faire face aux défis avec davantage

d'équilibre.

La conscience corporelle dans EIQ ne concerne pas la performance, mais la capacité à ressentir,

comprendre et respecter ses propres signaux.

Les élèves apprennent à écouter le corps comme un guide indiquant les besoins, les limites et le

bien-être.

À travers le mouvement, la respiration, la réflexion et des exercices simples, les élèves expérimentent comment le corps peut soutenir le calme, la concentration et la stabilité émotionnelle.

L'objectif est de renforcer la connexion de l'élève à lui-même et de soutenir une relation saine entre

le corps, l'esprit et les émotions.

Objectif

L'objectif du travail corporel dans EIQ est de soutenir l'équilibre intérieur, l'autorégulation et le

bien-être à long terme.

Lorsque les élèves comprennent leurs signaux corporels, ils développent une plus grande conscience, une résilience accrue et la capacité de prendre soin d'eux-mêmes tout au long de la vie.

Respect de la vie et de l'environnement

Dans EIQ, les enfants apprennent également à comprendre le lien entre le corps, la nature et tous

les êtres vivants.

Ils développent une conscience de l'origine de la nourriture et apprennent à approcher les animaux

et le monde naturel avec respect et attention.

L'enseignement soutient les enfants dans la prise de décisions conscientes fondées sur la compréhension — et non sur la culpabilité ou l'obligation.

Ils apprennent à se percevoir comme faisant partie d'un ensemble plus vaste, où leurs actions

influencent leur propre corps, les autres personnes, les animaux et l'environnement.

L'objectif est de cultiver la responsabilité, l'empathie et le respect de la vie sous toutes ses formes.

6. Préparation à la Vie Adulte

Transition vers l'adolescence et la vie adulte

EIQ soutient les élèves plus âgés dans le développement d'une conscience d'eux-mêmes en relation

avec les choix de vie, les relations et les orientations futures.

Dans les dernières années scolaires, les élèves sont guidés pour ressentir leur propre degré de

préparation dans des domaines tels que l'éducation, le travail, les relations et la responsabilité

personnelle.

Ils sont accompagnés dans la compréhension de leurs attentes, de leurs valeurs et de leurs limites,

et dans la reconnaissance de ce qui contribue à des choix sains et équilibrés.

L'objectif n'est pas de définir un chemin unique, mais de renforcer la capacité de l'élève à réfléchir,

à prendre des décisions conscientes et à assumer la responsabilité de son propre développement.

Les élèves apprennent à reconnaître leurs forces ainsi que leurs limites, à comprendre les perspectives des autres et à développer des attentes réalistes envers eux-mêmes et leur environnement.

EIQ soutient l'élève dans la traversée des transitions de la vie avec conscience, résilience et respect

de soi.

À travers la réflexion et le dialogue, les élèves développent la capacité de reconnaître les schémas

malsains, de répondre aux défis de manière constructive et de chercher du soutien lorsque cela est

nécessaire.

L'enseignement contribue au développement de la conscience de soi, de l'équilibre émotionnel et

d'une participation responsable à la société.

Objectif

L'objectif de cette préparation dans EIQ est de soutenir les jeunes dans leur devenir d'individus

ancrés, capables de faire des choix réfléchis, de construire des relations saines et de participer à la

société avec responsabilité et stabilité intérieure.

EIQ prépare l'individu non seulement à l'éducation ou au travail — mais à la vie.

7. Conclusion

Un enfant avec EIQ après 10 ans

Après 10 ans avec EIQ, l'enfant ne porte pas seulement des connaissances, mais une compréhension intérieure de lui-même, des autres et du monde qui l'entoure.

L'enfant a développé un langage pour les émotions ainsi que la capacité de ressentir et de comprendre ses propres réactions.

Il fait face aux défis avec davantage de calme, prend des décisions conscientes et s'engage dans les

relations avec respect pour ses propres limites et celles des autres.

L'enfant a développé une boussole intérieure.

Il comprend que les émotions sont des informations, que les conflits peuvent être abordés avec compréhension, et que demander de l'aide est naturel et sans honte.

Au sein des communautés, l'enfant contribue avec empathie, responsabilité et curiosité.

Il participe activement aux relations et contribue à créer des environnements sécurisants.

L'enfant montre une conscience corporelle et intérieure émergente, reconnaît ses besoins et ses

signaux personnels, et possède le courage d'exprimer ses pensées, de poser des questions et d'être

lui-même.

EIQ ne façonne pas l'enfant —

il renforce sa capacité à être humain.

Au niveau sociétal, cela contribue à un bien-être accru, à des communautés plus fortes et à la

prévention de la détresse.

EIQ soutient le développement d'individus dotés de conscience de soi, de compassion et d'une

participation responsable à la société.

ElQ n'est donc pas seulement une approche éducative —
c'est un investissement à long terme dans la durabilité humaine.
Un enfant avec ElQ ne se tient pas seul.
Il se tient en lui-même —
et avec les autres.

Where no one stands alone