

LES EMOTIONS : Séance 2

Découverte d'autres émotions par un échange et une discussion entre les enfants.

Connaissez-vous d'autres émotions ?

LA TRISTESSE

*Lorsque vous êtes **triste** : que ressentez-vous ? Que sentez-vous ? Que faites-vous ?*

Je **pleure**.

Je **vais dans mon lit**, dans **ma chambre**, j'ai envie de **jouer seul dans ma chambre**.

Je **me cache la tête dans mon pull**, je **me cache**.

Je **joue avec mes doudous**, je **serre fort ma maman**.

Souvent nous sommes tristes parce que nous sommes en colère.

*Connaissez-vous d'autres mots pour exprimer la **tristesse** ?*

Aucune proposition.

*Quelle **couleur** donneriez-vous à la **tristesse** ?*

La **tristesse** est **bleue** parce que c'est les **larmes**. (Baptiste)

LA COLERE

*Lorsque vous êtes en **colère** cela veut dire que vous être **coléreux** ou **colérique**.*

Que ressentez-vous ? Que sentez-vous ? Que faites-vous ?

Je **fronce les sourcils**, je **serre très fort mes bras contre mon corps**, je **fais les gros yeux**.

J'ai **envie de pleurer**, je **pleure**. Je **ne veux plus parler aux autres**. Je **boude**.

Je **ne veux plus jouer avec mes amis**.

J'ai **envie de casser des choses**, je **casse des choses**.

Je **crie**, je **me fâche**.

Mon **cœur veut s'arrêter de battre**, mon **cœur a envie de se casser**.

Souvent lorsque nous nous mettons en colère c'est parce que nous sommes tristes.

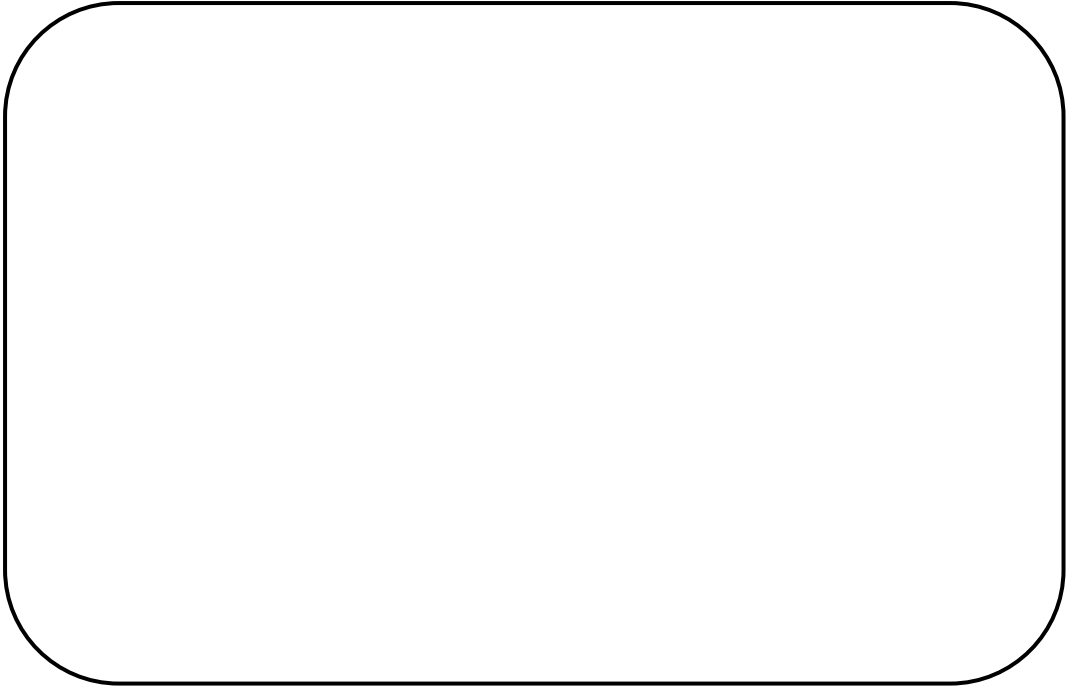
*Connaissez-vous d'autres mots pour exprimer la **colère** ?*

Aucune proposition.

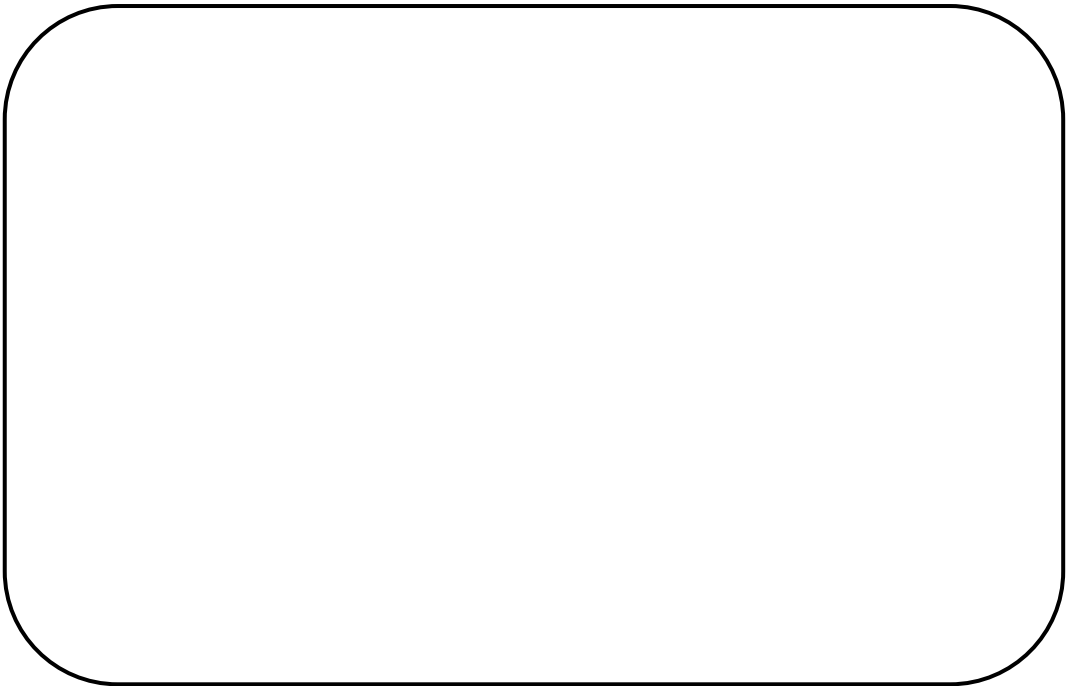
*Quelle **couleur** donneriez-vous à la **colère** ?*

La **colère** est **rouge** (la plupart), elle est **orange** parce que c'est la couleur du **feu**. (Vadim)

Je dessine la tristesse



Je dessine la colère



LA SURPRISE

*Lorsque vous êtes **surpris (e)** : que ressentez-vous ? Que sentez-vous ? Que faites-vous ?*

Je fais "**han**", je fais "**ah**", je fais "**oh**".

Je **ne fais que tourner**, je **me tortille**, je **tombe par terre**.

Je **souris** ou je suis **inquiet (e)** comme Splat.

Découverte d'autres émotions par la lecture d'albums :

- A partir de l'album : "Le loup qui apprivoisait ses émotions" chez Auzou, de Orianne Lallemand et Eléonore Thuillier

LA SERENITE (le calme)

*Quels sont les mots, les expressions de l'album qui expriment le **calme**, la **sérénité** ?*

Loup doit apprendre à être serein, plus cool, zen.

*Ce sont des mots pour exprimer la **paix**, le **calme** et c'est le **contraire** de la **colère**.*

*Quels sont les moyens proposés à Loup afin qu'il devienne **calme** ?*

Pour être calme, Loup apprend le **yoga**, Loup fait du **sport**, Loup **invente** sa maison.

L'AMOUR (l'amitié)

*Quels sont les mots, les expressions de l'album qui expriment l'**amour**, l'**amitié** ?*

Loup et louve se regardèrent, **des cœurs plein les yeux**.

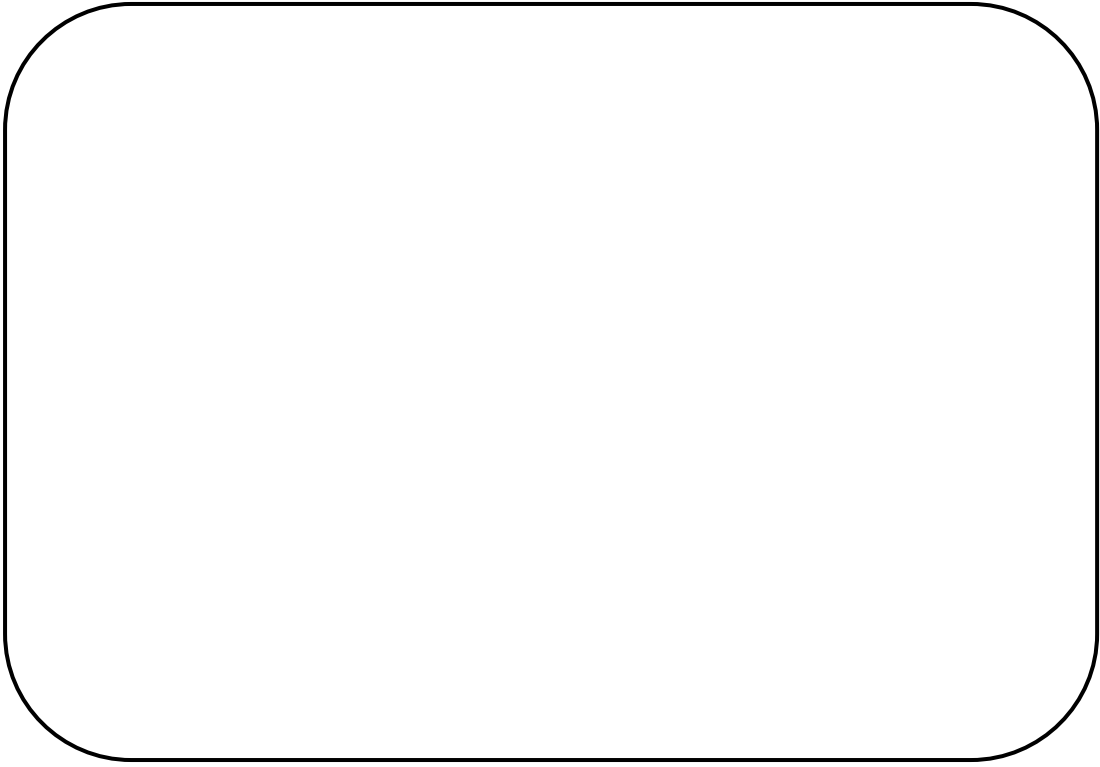
Loup se **sentait léger, léger, léger**. Il était **affamé**.

Son **ami** Valentin.

Son **amie DemoiselleYeti** lui fit un gros câlin.

Entouré de tous **ses amis**.

Je dessine la sérénité (le calme)



Je dessine l'amour ou l'amitié

