



MADEP JUP

## « **APPLIC'ACTION !** »

**O.A. 2015-2016**



*Ce moyen est prévu pour les enfants de 6-9 ans,  
mais il est adaptable pour tout âge*

# Comprendre mes émotions

**Objectif** : Comprendre mes émotions avec un : Voir – Comprendre – Agir

**Matériel** :

- Sets de table « Mesdames » pour les filles
- Sets de table « Messieurs » pour les garçons
- Une boîte à décorer par enfant
- Des étiquettes représentant des émotions
- Des feuilles blanches de format A5
- Des feuilles pour noter l'action à réaliser
- Une feuille explicative de l'action pour l'accompagnateur

**Déroulement** :

Afin d'accompagner au mieux chaque enfant dans sa situation, l'accompagnateur pourra s'aider de la feuille « Opération ». Elle permettra de bien préciser la situation, les comportements et les conséquences.

**VOIR :**

Chaque enfant reçoit un set de table. Les inviter à lire ensemble les différents personnages. Veiller à ce que tous les termes soient bien compris par les enfants, si nécessaire les expliquer.

Ensuite leur demander de choisir un ou deux personnages en repensant à une situation vécue durant la semaine, une situation difficile ou heureuse.

Quelque chose qu'ils ont envie de partager, une situation dont ils peuvent profiter d'en parler pour se soulager, pour trouver du réconfort, pour trouver une solution avec les autres de l'équipe. Les enfants qui ont fait leurs choix peuvent colorier leur personnage sur le set et décrire la situation sur une feuille A5 ou la dessiner.

Faire une mise en commun des situations, l'accompagnateur prendra des notes afin d'animer la suite.



**MADEP JUP**

# **« APPLIC'ACTION ! »**

**O.A. 2015-2016**



## **COMPRENDRE :**

Pour le « comprendre », étaler sur la table, les cartes émotions et les découvrir ensemble. Faire de même que pour le set de table, c'est-à-dire lire toutes les émotions et vérifier que les enfants les aient bien comprises. Pour aider les enfants, utiliser les feuilles explicatives avec les exemples. Ensuite, chaque enfant choisit une ou plusieurs émotions en lien avec la situation qu'il a partagée auparavant.

Lorsque tous les enfants ont fait leurs choix, mettre en commun. L'accompagnateur veillera à ce que la ou les émotions de l'enfant soient bien en lien avec son fait de vie.

! Le dessin ou la description de la situation de vie, l'émotion ou les émotions seront glissées dans la boîte avec le logo MADEP.

## **AGIR :**

Afin de réaliser une action pour améliorer la situation partagée ou la transformer, chercher avec les enfants ce qu'ils peuvent entreprendre. Les enfants dessineront ou écriront leurs décisions d'actions sur la feuille prévue à cet effet.

---

Derrière les cartes des émotions, il y a des idées de jeux, de réflexions, de discussions. Ces cartes peuvent aussi être utilisées pour le coin météo ou pour tout autre situation de VOIR-COMPRENDRE-AGIR, pour aider à poser des mots sur les ressentis 😊