



MADEP JUP

« APPLIC'ACTION ! »

O.A. 2015-2016



moyen pour PETITS et plus

DES GESTES AUX MOTS

Objectifs :

- Mieux comprendre ses émotions et celles des autres pour vivre ensemble.
- Agir dans l'équipe ou dans un autre milieu de vie

Introduction :

Vers l'âge de 6-7-8 ans, les enfants désirent se faire des amis, mais ils sont prompts, remuants, impatients, ce qui peut devenir contradictoire dans une équipe qui se retrouve régulièrement. Les émotions sont volatiles et laissent des traces qui ne sont pas toujours positives. Invitez-les, sous forme de jeux de rôles, à régler les conflits internes à l'équipe, à vivre à l'aise avec leurs émotions et, peut-être, à mieux comprendre les autres...

Matériel :

- Une grande feuille avec divers smileys (annexe)
- Billets smileys (annexe)

Déroulement :

1. **Lister** avec les enfants toutes sortes de situations qui engendrent des émotions positives et/ou négatives dans leur vie quotidienne. Passez en revue une journée d'un enfant de 6-7-8 ans de son lever à son coucher. Noter les différentes émotions énumérées sur un tableau ou une feuille (avec, pour chaque émotion un dessin smileys ou autres).

Exemples :

Le lever et le déjeuner

Joie



- ma maman m'a acheté les pantalons que je voulais;
- mon chat que je croyais perdu est revenu ce matin.

Tristesse



- j'ai mal dormi;
- papa est en voyage

Colère



- je ne trouve pas mon pull préféré;
- mon frère/ma sœur a brisé un de mes jouets; etc.



MADEP JUP

« **APPLIC'ACTION !** »

O.A. 2015-2016



L'arrivée à l'école

Crainte



- j'ai laissé mon cahier à la maison;
- j'ai oublié de faire signer mon carnet.

Surprise



- Justin n'est plus malade;
- Catherine a retrouvé mon crayon perdu.

Fierté



- Je sais compter jusqu'à 100;
- Alex m'a félicité-e pour mon dessin; etc.

Durant la classe

Nervosité



- on a un contrôle;
- on va avoir un remplaçant cet après-midi

Peur



- Guillaume est fâché contre moi;
- j'ai perdu ma casquette

Gaieté



- on fait mon activité préférée,
- Julie et Amélie m'ont prise dans leur équipe; etc.

Insister sur la justesse des mots choisis. Profitez-en, selon la maturité des enfants, pour leur faire utiliser des mots de même famille.

Par exemple :

- je ressens de la nervosité, je suis nerveux, la situation m'énerve;
- je ressens de la tristesse, je suis triste, la situation m'attriste;
- je ressens de la joie, je suis joyeux, la situation me réjouit; etc.

3. Inscrire sur des rectangles de papier (billets) ces situations « déclencheurs » en vous assurant de rassembler à la fois des situations appelant des émotions positives et des émotions négatives.

4. En équipes de deux

Chaque équipe tire un papier. Lire à haute voix la situation et les deux enfants doivent imaginer tout d'abord un **mime**, sorte de dialogue sans le son entre les deux personnes



MADEP JUP

« **APPLIC'ACTION !** »

O.A. 2015-2016



concernées (la personne qui ressent le sentiment et celle qui l'a provoqué volontairement ou non). Ce mime ne dure pas plus de 30 secondes.

Puis, comme si vous **activiez le son** de la télévision avec une « zapette », le dialogue devient audible entre la personne qui ressent le sentiment et celle qui l'a provoqué volontairement ou non.

Exemples de personnes dialoguant :

- a. L'enfant en colère, et son frère qui a brisé un jouet.
- b. L'enfant craintif qui a oublié de faire signer son carnet, et son enseignante.

Les deux enfants de l'équipe improvisent des dialogues par lesquels ils cherchent à se comprendre mutuellement. Chacun d'eux demande des explications à l'autre pour saisir ce qui a pu déclencher l'émotion et ensemble ils tentent de clarifier la situation. L'improvisation se termine par une meilleure compréhension mutuelle.

5. En équipe :

Après que tous les duos aient présenté leur improvisation, revenir sur les exemples illustrés, commentez les dialogues, les démarches mutuelles de compréhension. Ajustez-les au besoin. Enrichissez-les graduellement de situations vécues dans l'équipe au cours des semaines précédentes. Cette activité peut devenir un moyen courant de résolution de conflits dans l'équipe.

AGIR :

Inviter chaque enfant à prendre un billet avec le smiley de son choix (avec l'émotion positive ou négative qu'il choisit). Il est aussi possible de reprendre une situation mimée auparavant.

Leur proposer d'inscrire au dos du smiley une situation précise qui lui fait ressentir l'émotion qu'il a choisie et noter, par exemple : « Je ressens de la peur quand j'ai fait une mauvaise note » ou « je suis joyeux quand mon papa joue avec moi. » ou « je ressens de la colère quand ma petite sœur déchire mon livre préféré. » ou « je me sens nerveux quand j'ai un contrôle le matin à l'école. » etc...

Chacun peut ou pourra offrir son billet à une personne (dans l'équipe ou en dehors) avec qui il a envie de partager durant les jours à venir.