

Un dispositif pour apprendre à
se parler et à s'écouter :
LES MESSAGES CLAIRS

Agir, s'exprimer,
comprendre à travers :
DES ACTIVITES PHYSIQUES

EDUQUER A L'EMPATHIE A LA MATERNELLE

Le langage dans
toutes ses dimensions :
DES ALBUMS

DES OUTILS DE
CLASSE

UN JARDIN DES
EMOTIONS



Ressentir ses propres émotions ...

Comptines de relaxation (Nathan)

Musicotricité (Sedrap)

Méthode Félicitée



Des gestes pour se détendre et revenir à un état serein propice aux apprentissages, à effectuer sur un créneau d'activités physiques ou en classe, au retour de récréation, ou lorsque le besoin se fait sentir, seul ou à deux ...



Danser les émotions ...

Vivre par le corps, ressentir en même temps que l'autre, imiter ...

La peur



La tristesse



La joie



La colère



Le projet :
Après avoir vu le spectacle "Un tiroir de neurones miroirs", les élèves ont exprimé leurs émotions sur les musiques ... De là est née une danse, mise en lien avec le projet "valises" initié par la mission maternelle 78, et présentée à la rencontre USEP en juin à Trappes.



Prendre en compte les émotions de l'autre ... et déchiffrer les expressions du visage et du corps.



Vision aveugle

Apprendre à faire confiance, à être le guide, à être guidé au travers d'un parcours : avec contact physique, puis via un objet (bâton, foulard, ...), et enfin par la voix.

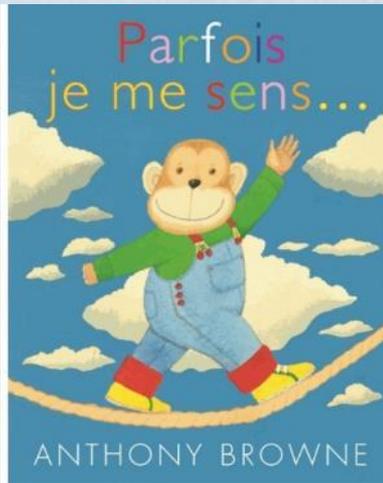


Jeux d'opposition

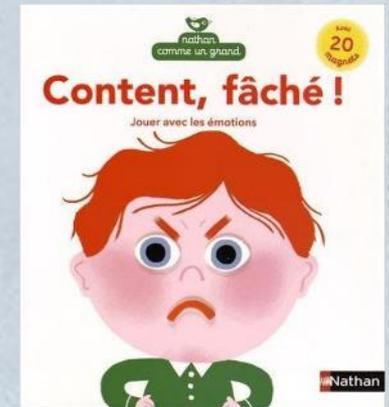
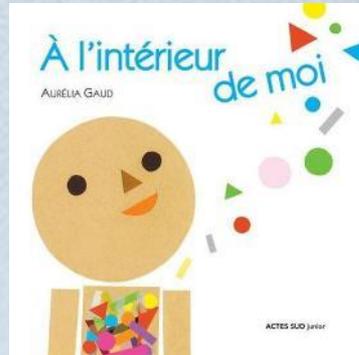
Une proposition de séquence en PS ...



Découvrir du vocabulaire au travers des albums

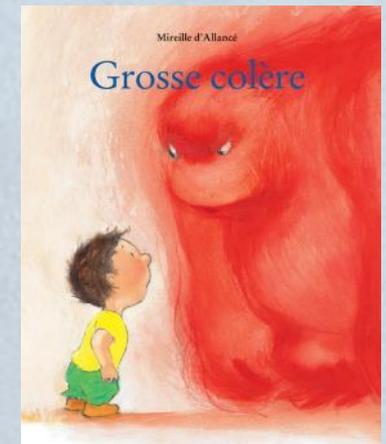
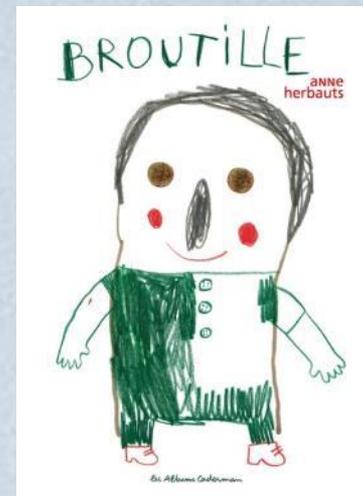


Peur



Colère

Tristesse



Joie



Résoudre les petits conflits du quotidien par la parole : les messages clairs ...



Apprendre à se parler n'évite pas les conflits, mais permet de les résoudre rapidement et sans violence.

Il est important que la « victime » puisse exprimer son ressenti.

Le message clair est d'abord délivré sous le regard de l'adulte, qui aide à mettre les mots sur les ressentis.

En grandissant, les enfants peuvent ensuite se parler sans intervention de l'adulte, puis sans sa présence.



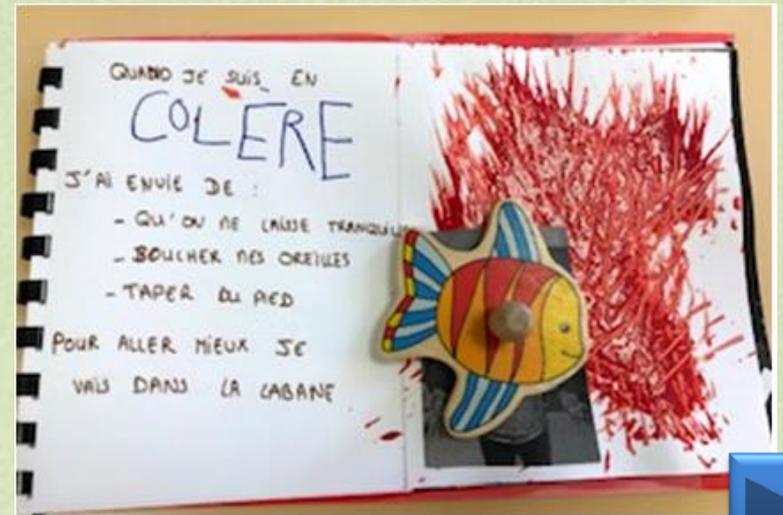
Des outils de classe individuels

Des visages qui les représentent pour exprimer l'émotion ressentie (MS et GS).

En PS : Une roue, où l'enfant peut exprimer un ressenti à partir de ses propres photos mimant les quatre émotions.



Un cahier des émotions en MS et GS.

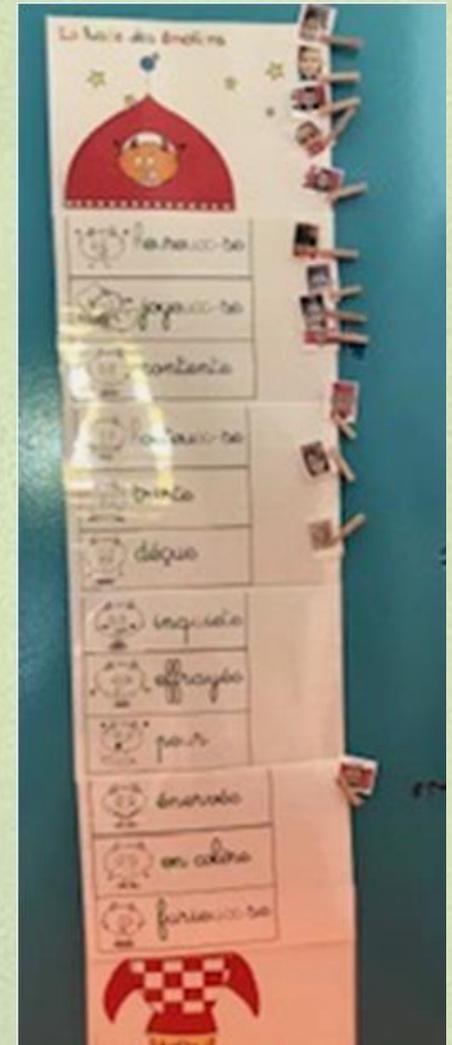


Des outils de classe collectifs

Une cabane pour s'isoler des autres, et mettre à distance ses émotions trop envahissantes, pour revenir plus serein vers les apprentissages.



Une échelle des émotions réalisée avec les plus grands à partir du vocabulaire découvert dans les albums. L'adulte reste vigilant et peut accompagner un enfant dans son retour à un état plus serein.



Un jardin des émotions

Situé dans un espace central et collectif, le jardin est à disposition des enfants pendant la récréation ou le temps de classe : des endroits pour se cacher, s'isoler, l'aident à comprendre et contrôler ses émotions.



L'accompagnement par un adulte est nécessaire au départ, pour comprendre le fonctionnement de cet espace, découvrir et apprendre à utiliser les outils à disposition.



L'enfant va trouver différents outils pour se libérer de son émotion négative et envahissante :

Des albums sur les émotions

Une boule à neige

Des carrés de tissu pour symboliser un message et le garder au fond de sa poche

Un dragon de colère



Un poisson combattant

Un casque anti bruit

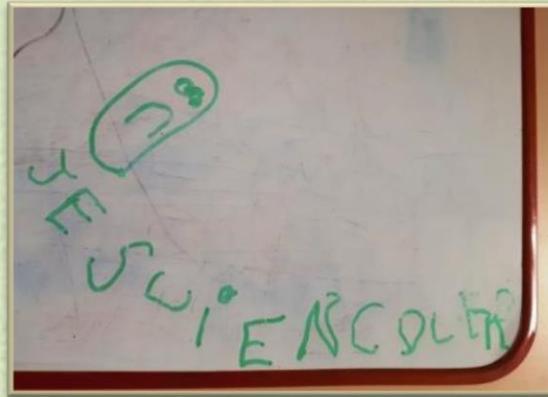
Un chaudron permet d'évacuer les mésaventures vécues avant d'arriver à l'école ... « Bouilli bouilla ... bon débarras ! »



Une écharpe à chagrins



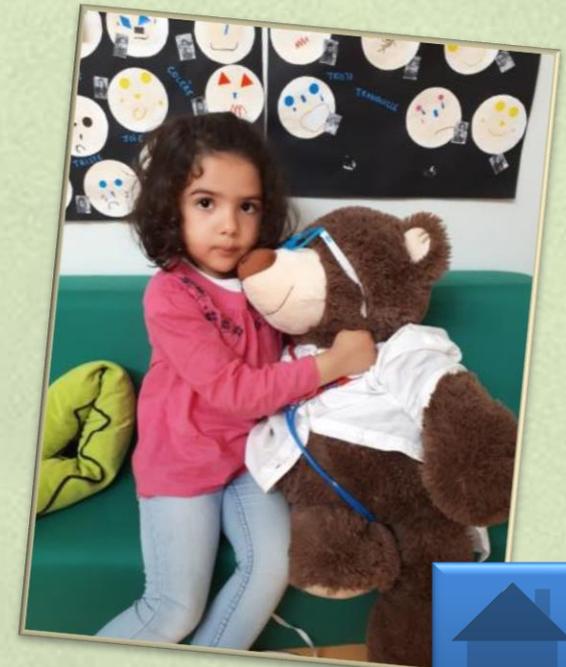
De quoi écrire ou dessiner
son mal-être ...



Une boule à neige
pour rêver et oublier
ce qui va mal



De gros doudous
pour s'y cacher



Un nécessaire travail
d'équipe :
enseignants, Atsems,
Rased, ...

Un accompagnement
indispensable par
l'adulte pour apprendre
aux élèves à exploiter
les outils.

EDUQUER A L'EMPATHIE A LA MATERNELLE

Pour la Mission
maternelle 78 :
[Béatrice RIOM](#)
[PEMF maternelle](#)
[Montaigne TRAPPES](#)

Des ressources pour les enseignants :

[Ressources EMC sur eduscol](#)

[Des pistes concrètes d'activités en EMC](#)

La malle « » sur la circonscription des Mureaux

Le [spectacle](#) « *Un tiroir de neurones miroirs* »

