

Littératie émotionnelle : Utilisation des visages des émotions

Les visages des émotions peuvent être utilisés pour aider les enfants à identifier leurs propres émotions ainsi que celles des autres. Ils peuvent aussi servir à développer des compétences sociales et émotionnelles liées à la littératie émotionnelle.

- Utilisez les visages des émotions pour parler, identifier et décrire différentes émotions lorsque vous ou les enfants ressentez ces émotions.
- Utilisez les visages des émotions dans le cadre d'un « bilan émotionnel ». Les enfants peuvent ainsi exprimer comment ils se sentent tout au long de la journée.
- Aidez les enfants à apprendre de nouveaux mots pour exprimer leurs émotions. Commencez par quelques émotions de base, puis passez aux émotions plus complexes. Enseignez un équilibre entre les émotions « confortables » et « inconfortables. »
- Discutez de la façon dont les autres peuvent deviner vos émotions en observant l'expression de votre visage. Parlez des changements que peuvent subir vos yeux, votre bouche ou votre corps selon l'émotion ressentie. Expliquez aussi comment ces émotions se manifestent à l'intérieur du corps.

Roue des émotions : Activité en petit ou grand groupe

- À tour de rôle, les enfants font tourner la roue. Tous les enfants nomment et imitent l'émotion indiquée par la roue.
- Un enfant fait tourner la roue et « mime » l'émotion indiquée. Les autres enfants essaient de deviner l'émotion.
- Faites tourner la roue pour identifier une émotion. Demandez aux enfants, à tour de rôle, de parler d'un moment où ils ont ressenti ou vécu cette émotion.