

La couleur des
émotions

MODULE 6:
Mettons de
l'ordre !



Comment vous sentez-vous aujourd'hui ?

Ouvrir la boîte à histoire



Berce



Douce



Légère



Apaisé



Submerger



Image cachée

Submerger



Différent

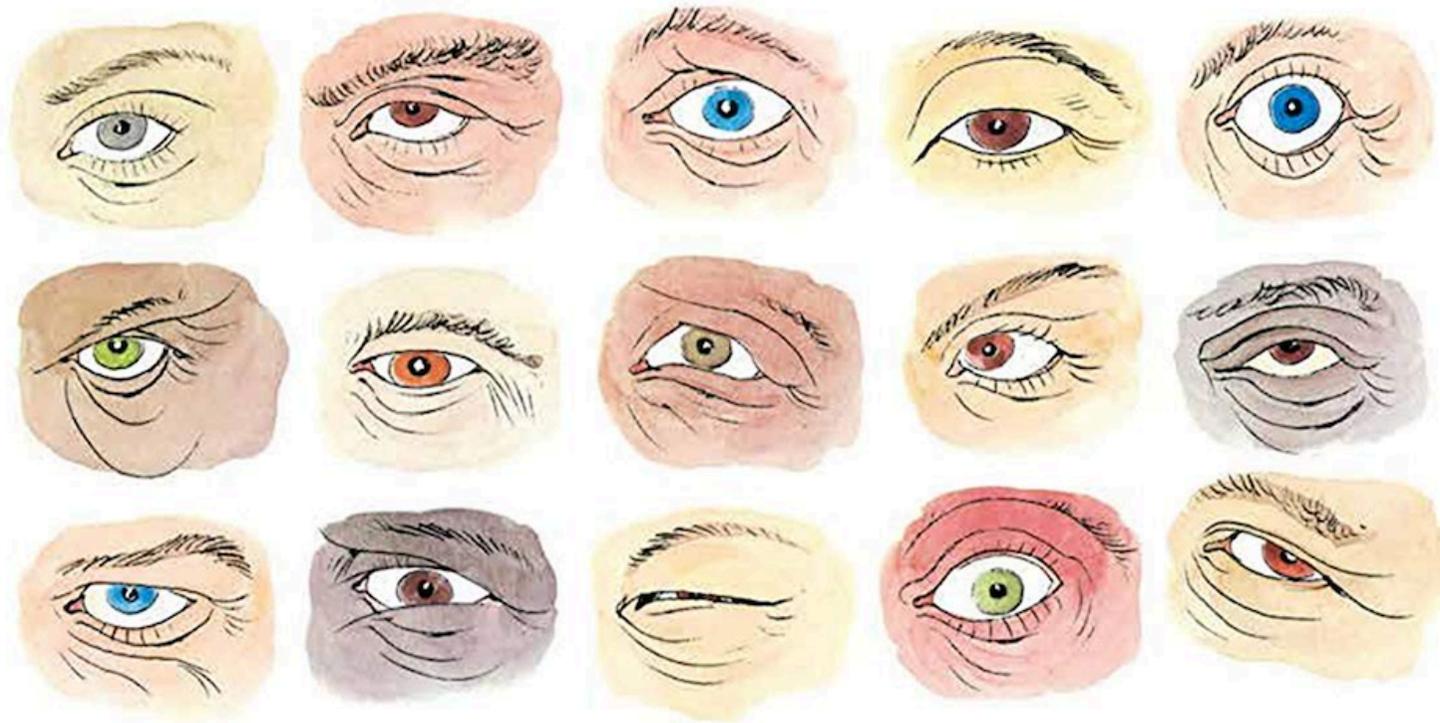
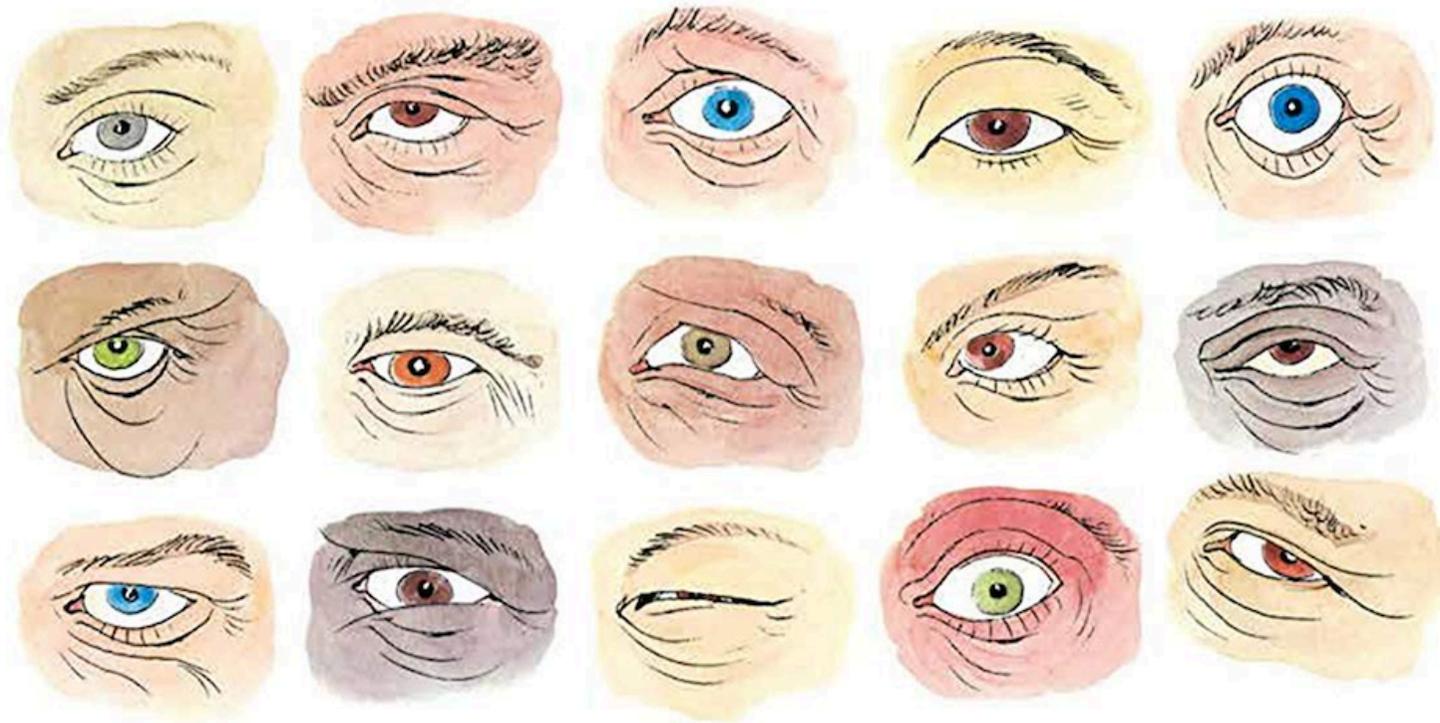


Image cachée

Différent



Rangéons dans la boîte à histoire !

Raconter le début de l'histoire



Voici le monstre des couleurs.
Après/En, il s'est levé du mauvais pied.
Il se sent bizarre, perché, désorienté.
Dans sa tête il se court.
A-t-il s'entraîne à se bécote!

• Mais qu'est-ce que la fête pour ?
Et dit son amie la petite fille.
Le voilà tout barbouillé.
Et l'encre est devenue les pinceaux ?



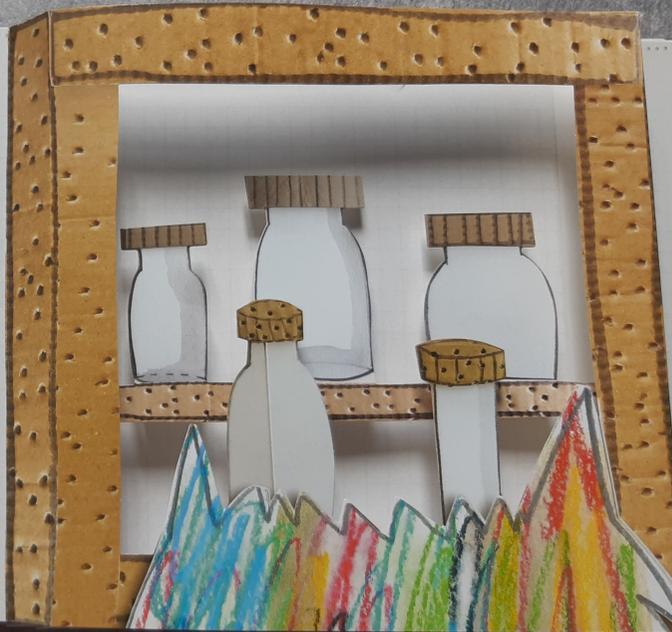


Regarde-moi cette
Tes émotions sont sens dessus dessous !
Ton cœur est un vrai fourre-tout.
Comment veux-tu l'y retrouver ?

Je vais te donner un conseil :
les émotions, commence par les séparer,
puis range-les chacune dans un flacon étiqueté,
Ainsi, tu y verras plus clair.

Si tu veux, je peux t'aider à les reconnaître
et à y mettre de l'ordre pour
que tu retrouves ton bien-être.

D'accord ?





Contes et légendes

la joie

*La joie est un sentiment merveilleux.
Elle habite comme le soleil
et fait vibrer le cœur de tous les êtres.*

*Quand tu es joyeux, tu es sûr de rien,
de savoir, de jouer, de danser !
Et tu vois partout la joie
avec ceux que tu aimes, avec le monde entier !*



la tristesse



La tristesse nous rend triste,
l'ennemi invisible, le plus
insidieux, comme un jour de pluie,
qui rend tout autour de nous triste.

Quand la tristesse
te vient dans le cœur,
Si quelquefois tu ne peux
te lever sans pleurer.

Parfois des larmes
coulent de tes yeux.



la colère

La colère est destructrice.
Elle éclate comme l'éclair.
Elle allume notre cœur
et brule tout sur son passage.
Elle est une flamme destructrice.

Quand tu es en colère,
tu es l'explosion d'un volcan.
Tu détruis tout sur ton
passage, parfois tu crèves
sans même t'en rendre compte.





la peur

*La peur est lâche, soumise.
Elle étouffe votre cœur comme un serpent,
elle se cache dans le noir tel un voleur.*

*Quand le sa peur
le le sera tout petit, bébé,
incapable d'être rassuré,
Et le peur devenir méchant.*



la sérénité

La sérénité nous berce.
Elle est douce comme une maman,
légère comme une feuille au vent.

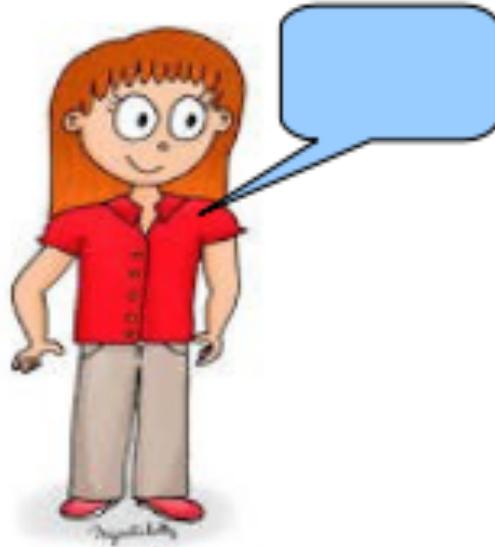
Quand tu es apaisé,
ton cœur respire
lentement, la vie
se déroule aisément.
Tout te semble facile.

Lecture:



« Voilà les émotions qui te submergeaient ce matin ! Tu vois, elles ont chacune une couleur différente... Et quand elles sont bien rangées, il devient plus facile de les comprendre. C'est mieux comme ça n'est-ce pas ? Savoir ce que l'on ressent, c'est important. »

RACONTER AVEC SES PROPRES MOTS



Prévoir l'image



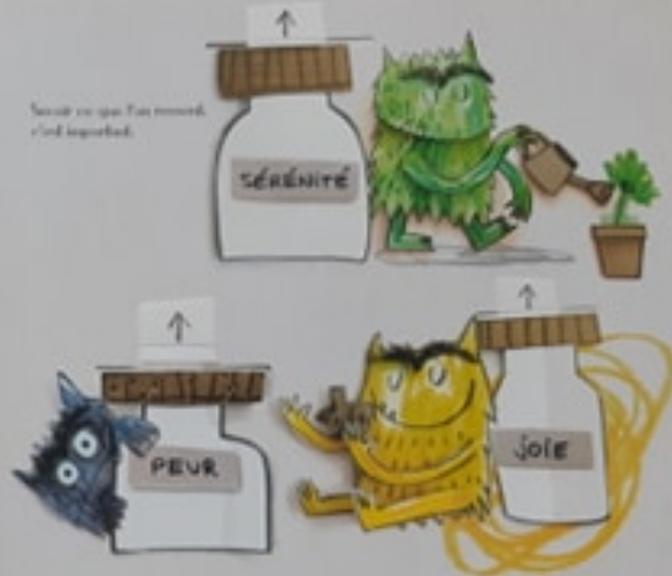
Voilà les émotions qui le
reconnaissent en réalité !
Les mots, elles ont chacune
une couleur différente.

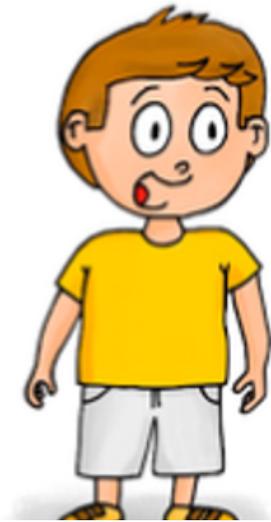
Et quand elles sont bien
magnées, il devient plus
facile de les reconnaître.

Quel mot connais-tu
le mieux ?



Voilà ce que l'on apprend
à l'école.





*RACONTER AVEC
SES PROPRES
MOTS*

INTERVENTIONS DE LA CLASSE

