



**HAL**  
open science

## Les émotions en classe de maternelle

Julie Vergnes

► **To cite this version:**

| Julie Vergnes. Les émotions en classe de maternelle. Education. 2018. dumas-02137774

**HAL Id: dumas-02137774**

**<https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-02137774>**

Submitted on 23 May 2019

**HAL** is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.



Distributed under a Creative Commons Attribution - NonCommercial - NoDerivatives 4.0 International License



Présenté par Julie VERGNES

Professeur Stagiaire

Parcours PFP1A

ECRIT SCIENTIFIQUE DE NATURE REFLEXIVE

Les émotions en classe de maternelle

ENCADREMENT  
Françoise RECOULES  
Pascale AGUIRRE

ANNEE SCOLAIRE 2017-2018

# SOMMAIRE

Introduction .....	p.1
I – Connaissances sur les émotions .....	p.3
A – Définitions .....	p.3
B – Les émotions, universelles et innées .....	p.4
II – La place des émotions dans... ..	p.6
A – Le développement de l'enfant .....	p.6
B – Nos relations aux autres .....	p.7
III – Les émotions à l'école .....	p.8
A – Ce que disent les programmes .....	p.8
B – Des réflexions, des pratiques de classe et d'école .....	p.10
IV – Pratique et analyse .....	p.14
A – Le contexte : l'école, la classe .....	p.14
B – Le travail sur les émotions .....	p.16
C – La séquence .....	p.17
1 – Le déroulement .....	p.17
2 – Les séances 5 et 6 à la loupe .....	p.19
Conclusion .....	p.21
Bibliographie .....	p.22

## Introduction

Avant de me diriger vers le métier de professeur des écoles et de passer le Concours de Recrutement des Professeurs des Ecoles, j'ai été animatrice, monitrice éducatrice, puis éducatrice spécialisée pendant plusieurs années. En contact permanent avec des enfants et des adolescents en difficulté (durant mon dernier emploi, j'accompagnais ces derniers ainsi que de jeunes adultes déficients sensoriels avec parfois d'importants troubles du comportement), j'étais aussi en permanence confrontée à des conflits qui débouchaient parfois sur des situations de violence. Je prenais souvent le rôle de médiatrice et parfois je me retrouvais malgré moi au cœur du conflit... Comment faire pour apaiser ces tensions, pour que ces affrontements soient constructifs, éducatifs, afin qu'il y ait moins de violence ?

Dans le cadre professionnel, j'ai eu la chance de me former à la Communication relationnelle, aussi appelée « Communication Non Violente » et j'ai fait la connaissance de « l'Ecoute active », de « l'expression de ses propres besoins et ressentis », du « dialogue constructif »... J'ai lu, appris et surtout pratiqué. Et j'ai pris conscience de plusieurs choses qui ont changé mes relations aux autres et à moi-même : par exemple que c'est souvent le jugement, le « tu », qui génère de la violence dans nos relations, ou que gérer des conflits, ce n'est pas s'effacer, céder, mais au contraire s'affirmer, que la connaissance de nos propres ressentis, de nos émotions et de leurs manifestations est la clef pour se comprendre et comprendre l'autre, pour faire preuve d'empathie et de bienveillance.

Lors de la préparation du Concours de Recrutement des Professeurs des Ecoles, j'ai également présenté à l'oral professionnel une séquence sur la connaissance des émotions et l'utilisation du message clair comme technique de résolution autonome des conflits, pour des élèves de CE1.

Aujourd'hui professeur des écoles en maternelle, avec des enfants de toute petite, petite et moyenne section, je suis confrontée à un autre type de manifestation des émotions, à d'autres types de conflits. Souvent la classe est submergée par la colère de l'un ou la peur d'un autre. Ainsi, deux élèves de ma

classe ont des difficultés à accepter la frustration, le rapport aux autres, la collectivité. Ces élèves, que l'on nomme volontiers « élèves perturbateurs », font partie intégrante de la classe, y sont acceptés tels qu'ils sont. Cependant, ils me questionnent, me perturbent et bousculent quelque fois mon cahier journal. Leurs réactions sont souvent excessives : des cris, des gestes de violences... Je sais que tout cela a un sens. Aussi, j'essaie d'accueillir au mieux les émotions de chacun et de faire preuve d'empathie. J'essaie, malgré toutes ces manifestations de leur individualité, de créer un climat serein pour tous, afin que chaque enfant puisse devenir élève, dans un environnement rassurant, propice aux apprentissages et au développement de soi.

On sait aujourd'hui que les jeunes enfants n'ont pas les capacités physiologiques, neurologiques, de gérer leurs émotions de façon autonome, de faire preuve d'une réelle empathie, dans le sens de la compréhension du ressenti de l'autre. Pourtant, c'est bien cette gestion des émotions qui pourrait permettre un apaisement des comportements. Comment alors faire en sorte que les conflits ne deviennent pas violence? Comment permettre à tous les élèves de vivre leurs premières expériences scolaires d'apprentissage dans les meilleures conditions ? Ma problématique sera donc la suivante : Peut-on se servir de l'étude des émotions comme moyen de créer un climat serein, propice aux apprentissages et au développement de soi alors que les jeunes enfants de maternelle sont quotidiennement submergés par ces mêmes émotions ?

Nous pouvons émettre l'hypothèse qu'il est possible d'aider les élèves à gérer leurs émotions par le biais d'outils pratiques mis en place en classe, que si l'on apprend aux enfants à mettre des mots sur ce qu'ils ressentent, à connaître les émotions de base, et si on leur laisse un espace pour les déposer, les exprimer, ils seront alors plus à même de s'apaiser et donc d'être dans des conditions favorables aux apprentissages et à la vie en groupe. Pour confirmer ou infirmer cette hypothèse, dans une première partie théorique, je tenterai de donner une vision globale de ce que l'on sait aujourd'hui des émotions chez les jeunes enfants, et leur lien avec les apprentissages et les relations aux autres en maternelle. Puis je mettrai en place des outils dans ma classe et ferai part de mes observations et de mon analyse.

## I – Connaissances sur les émotions.

On entend aujourd'hui beaucoup parler des émotions, de l'empathie, de la bienveillance, dans les médias, dans la littérature jeunesse... Au quotidien, à tout instant, chacun ressent nombre d'émotions, elles constituent un aspect fondamental de la vie humaine et permet à l'homme de vivre et survivre dans son environnement.

Cet objet d'étude complexe a été longtemps laissé au domaine de la psychologie ou de la psychothérapie. Aujourd'hui, les neurosciences comportementales s'y intéressent et avec elles, différents domaines tels que les sciences de l'éducation, la santé, la psychologie du développement, <sup>1</sup>s'interrogent, évoluent avec ces nouvelles connaissances.

### A - Définitions

Il convient, avant toutes choses de différencier émotions et sentiments. Souvent associés dans le langage courant, nous ressentons émotions et sentiments à chaque instant mais ces deux termes ont bien un sens différent :

« Emotion : nom féminin, de émouvoir, d'après l'ancien français motion, mouvement. Trouble subit, agitation passagère... Réaction affective transitoire d'assez grande intensité, habituellement provoquée par une stimulation venue de l'environnement. »

« Sentiment : nom masculin, de sentir. Etat affectif, complexe et durable, lié à certaines émotions ou à certaines représentations. » <sup>1</sup>

Emotions et sentiments font partie du domaine du ressenti. Les émotions sont de courte durée, d'intensité variable, alors que les sentiments sont durables, plus ancrés en nous.

Une émotion est une réaction adaptative à l'environnement, elle est donc subjective et personnelle : chaque individu réagit de manière différente à un événement extérieur. Ainsi, la vue d'une araignée, les cris d'un bébé, la vue d'un

---

<sup>1</sup> Dictionnaire Larousse 2015.

paysage enneigé... ne suscitera pas les mêmes émotions chez différents individus parce que chacun évalue ces situations selon son vécu, son inconscient. F. Cuisinier et F Pons dans Emotions et cognition en classe donne une définition des émotions qui prend en compte cette subjectivité : « L'émotion correspond ainsi en une séquence, un processus, qui intègre une série d'évaluations permettant à l'individu de spécifier la signification de la situation à ses yeux. La généralité de ce processus (... ) explique que la même situation corresponde à des ressentis différents selon les individus puisque le résultat de l'évaluation est propre à chacun. »<sup>2</sup>

## B - Les émotions : universelles et innées

On sait, grâce aux travaux de différents chercheurs, des domaines scientifiques et des sciences humaines que les émotions sont universelles et innées.

Paul Ekman, psychologue américain, a été un des pionniers dans l'étude des émotions. Il étudie depuis quarante ans les mécanismes, notamment physiologiques, par lesquels s'expriment les émotions - et, en premier lieu, le mensonge. C'est à lui que nous devons la découverte de l'universalité des émotions et le décodage des micros expressions. Inspiré par les travaux de Darwin de 1872, il va s'intéresser à la similitude des manifestations physiques de chaque émotion à travers les cultures et ainsi développer sa célèbre théorie des micros expressions, notamment pour détecter le mensonge, décrite dans son livre Je sais que vous mentez (2010). Au delà de cette théorie, Paul Ekman, de par son travail de recherche va prouver que les expressions induites par les émotions de base ne sont pas déterminées par la culture mais sont innées et qu'elles appartiennent donc bien au « domaine du corps ». Bien qu'il existe un très grand nombre d'émotions, avec leurs nuances, leurs variantes, leurs associations, pour Paul Ekman, les émotions de base, ou émotions fondamentales, sont au nombre de quatre : la tristesse, la colère, la peur et le plaisir. Toutes les expressions faciales correspondent à ces quatre émotions et à leurs combinaisons. Il ajoutera plus tard la surprise, le dégoût, la honte et le mépris. Les autres émotions étant des nuances des émotions fondamentales. Par exemple, le

---

<sup>2</sup> Frédéric CUISINIER et Francisco PONS. Emotions et cognition en classe. 2011. P.3

bonheur et la joie sont des teintes du "plaisir" ; l'indignation, l'exaspération, l'énervement, sont des teintes de la "colère".

Les travaux d'Antonio Damasio vont être d'une importance capitale car il est le premier dans la communauté scientifique à s'intéresser aux émotions, sujet plutôt réservé auparavant aux sciences humaines. Le lien sera alors fait entre le corps, la science et le comportement humain.

Antonio Damasio, professeur de neurologie, neurosciences et psychologie, directeur de l'Institut pour l'étude neurologique de l'émotion et de la créativité en Californie, rejoint P. Ekman sur l'universalité des émotions et va travailler sur leurs origines. Dans *L'Erreur de Descartes* (1995), il décrit le rôle des émotions dans la prise de décision et détermine la zone du cerveau impliquée dans ces processus liés à l'affect. Damasio s'appuie sur une étude de cas : celle de « Phinéas Cage ». Lors d'un accident de travail, cet homme reçoit une barre de fer qui lui traverse littéralement la boîte crânienne. A la suite de ce drame, dont P. Cage sort miraculeusement vivant, A. Damasio, alors neurologue, observe un changement de caractère de son patient. Il devient incapable de prendre une décision « sage », devient antipathique alors qu'il était un homme respecté, apprécié pour sa « stabilité de caractère ». Aucun trouble du langage, aucune altération de ses fonctions intellectuelles n'est à l'origine de ce changement. P. Cage n'éprouve alors ni sentiments et ni émotions et cela rend ses prises de décisions quotidiennes ou plus importantes impossibles. A. Damasio, va, à partir de ce cas et de cas similaires, prouver que les circuits neuronaux qui sont à la base de la perception des émotions se situe dans le système limbique, mais aussi dans certaines zones du cortex préfrontal. La zone du cerveau de P. Cage qui a été endommagée (le cortex préfrontal), est le lieu de gestion des émotions et des prises de décision. Il fait ensuite le lien entre le corps et nos ressentis face aux objets extérieurs. Comment le corps, la gestion physiologique de nos émotions, participe aux représentations mentales de l'environnement extérieur et donc à notre façon de réagir.

On sait donc que les émotions sont gérées par une zone précise du cerveau : le cortex préfrontal, zone qui permet aussi la prise de décisions, l'empathie, le sens éthique...

Le cerveau est un organe d'une grande plasticité et sa maturité n'étant atteinte que très tard, on peut donc s'interroger sur les capacités physiologiques des jeunes enfants à gérer les émotions.

## II- La place des émotions dans :

### A - Le développement de l'enfant

Le développement du cerveau débute dès la vie intra-utérine. Six à huit semaines après la fécondation, les hémisphères cérébraux commencent à s'individualiser puis suivent toutes une série d'étapes dans ce développement qui ne s'achèvera qu'à l'âge adulte.

Catherine Gueguen, pédiatre française, à la lumière de ces connaissances sur le cerveau, apportées notamment par Antonio Damasio, nous éclaire sur les capacités, incapacités, des jeunes enfants. Dans son livre *Pour une enfance heureuse*, elle décrit précisément ces étapes de développement. Les zones cérébrales et les connexions impliquées dans la vie affective et sociale continuent de se développer tout au long de l'enfance. Quant à la zone de gestion des émotions, le cortex orbito-frontal, C. Gueguen rappelle qu'« une poussée de croissance neuronale, multipliant ces circuits (ceux du C.O.F.), débute vers 5 ans et se poursuit jusqu'à 7 ans. Vers l'âge de 5-6 ans, l'enfant commence donc à contrôler un peu mieux ses émotions négatives, à comprendre leur causes et à savoir les surmonter »<sup>3</sup>.

Il n'est donc pas étonnant de constater que des enfants de 3 ans aient des difficultés à gérer la frustration. Et les émotions négatives comme la colère sont encore difficilement gérées à cet âge là.

C Gueguen démontre dans son livre et ses conférences, l'importance de cette écoute des émotions pour le développement des zones cérébrales impliquées dans les émotions, l'affectivité mais aussi nous l'avons vu, dans les prises de décision,

---

<sup>3</sup> Catherine GUEGUEN. *Pour une enfance heureuse – repenser l'éducation à la lumière des dernières découvertes sur le cerveau*. Editions Robert Laffont. 2014. P.83

l'empathie... En s'appuyant sur les découvertes sur la cartographies du cerveau qui ont pu voir le jour grâce à l'imagerie cérébrale, elle explique que le développement cérébral est aussi influencé par l'environnement. Au sujet du Cortex Orbito Frontal, elle ajoute que sa « maturation dépend en partie de l'entourage de l'enfant. Si celui-ci apporte à l'enfant ce qui lui est nécessaire, sécurité affective, écoute, les circuits du cortex orbito-frontal vont se renforcer progressivement. »<sup>4</sup>. La myélinisation des circuits cérébraux se fait très progressivement et c'est par la zone la plus complexe, la zone orbito-frontale qu'elle se termine. Cette myélinisation est influencée par le corps mais aussi par l'entourage affectif.

Pour Catherine Gueguen, concernant le développement du cerveau et les capacités émotionnelles du jeune enfant, deux choses essentielles sont à retenir :

« - Tant que le cerveau n'a pas atteint sa pleine maturité, les processus de gestion des émotions, des affects ne sont pas totalement fonctionnels. Cela explique les difficultés que l'enfant peut avoir pour contrôler, maîtriser ses réactions émotionnelles ou affectives.

- Les expériences que vit l'enfant ont un impact sur le développement de son cerveau et influencent ses réactions psycho-affectives et sociales lorsqu'il est enfant mais aussi quand il sera devenu adulte. »

## B - Nos relations aux autres

A Damasio fait le lien entre émotions et cerveau en observant le cas de P. Cage. Il apprend donc que la lésion cérébrale qu'à subit son patient l'empêche de ressentir des émotions et de faire des choix. Ce sont toutes ses relations sociales, affectives, qui se trouvent bouleversées par ce changement de comportement. Savoir gérer ses émotions, les reconnaître en soi, pouvoir faire des choix en fonction de ces émotions ressenties, « évaluer la situation présente » comme l'expliquent Cuisinier et Pons, a donc un impact sur nos relations aux autres.

---

<sup>4</sup> Catherine GUEGUEN. Pour une enfance heureuse – repenser l'éducation à la lumière des dernières découvertes sur le cerveau. Editions Robert Laffont. 2014. P.69

Marshall Rosenberg, élève de Carl Rogers (psychologue américain connu pour sa méthode d'écoute active), met en place les premières écoles de Communication Non Violente. Son livre « Les mots sont des fenêtres ou bien ce sont des murs », est une introduction à ce type de communication et à sa pratique quotidienne. Il y expose le principe de résolution pacifique des conflits. Le but est de transformer les conflits en dialogues paisibles, et de désamorcer les disputes. Le principe : l'observation objective de la situation, l'identification des émotions qu'elle engendre, l'identification des besoins (satisfaits ou non), l'expression d'une demande, et ainsi la mise en place d'un dialogue constructif, d'une alternative à la dispute, à la violence physique ou morale. La Communication Non Violente crée une qualité de relations à soi-même et aux autres. Elle est aussi utilisée comme technique de médiation.

La connaissance de ses propres ressentis et émotions et leur expression peut donc permettre une meilleure relation aux autres. Savoir exprimer ce que l'on ressent et comprendre ce que ressent l'autre dans un dialogue, un échange, permet de mieux se comprendre, faire preuve d'empathie et ainsi mieux réagir à ce qui nous entoure, à notre environnement humain et matériel.

On peut donc dire que, concernant nos relations aux jeunes enfants, il est nécessaire de prendre en compte l'immaturation du cerveau mais aussi considérer que l'expression et l'écoute de leurs émotions et de celles des autres peut les aider à développer des capacités d'empathie et de gestion de leurs émotions.

### III - Les émotions à l'école

#### A – Ce que disent les programmes

Dans les programmes actuels, la connaissance des émotions, l'écoute, la gestion de celles-ci, sont présents à tous les niveaux et dans plusieurs domaines.

La connaissance, l'expression des émotions, doivent être enseignés à l'école. On retrouve d'ailleurs dans les « objectifs de connaissances et de compétences pour

la maîtrise du socle commun » Socle commun de connaissances, de compétences et de culture : « Expression de la sensibilité et des opinions, respect des autres – L'élève exprime ses sentiments et ses émotions en utilisant un vocabulaire précis. (... ) Il apprend à résoudre les conflits sans agressivité (... ). Il est capable aussi de faire preuve d'empathie et de bienveillance. »<sup>5</sup>.

Dans les programmes d'enseignement, on retrouve la connaissance et l'expression des émotions en Education Physique et Sportive, en Arts Visuels, en Français.

Les nouveaux programmes d'enseignement moral et civique publiés le 25 juin 2015, en vigueur à la rentrée 2015, ont pour objectif de « transmettre et de faire partager les valeurs de la République, ainsi que de développer une aptitude à vivre ensemble dans une République indivisible, laïque et sociale »<sup>6</sup>. Ces programmes comportent quatre domaines :

- la sensibilité : soi et les autres ;
- le droit et la règle : des principes pour vivre avec les autres ;
- le jugement : penser par soi-même et avec les autres ;
- l'engagement : agir individuellement et collectivement.

Une des compétences développées dans ce premier domaine de la sensibilité est d' « identifier et exprimer en les régulant ses émotions et ses sentiments ». La sensibilité est maintenant considérée comme une dimension essentielle de la vie morale et civique, du vivre ensemble. Comme le dit le philosophe Pierre Kahn dans sa présentation de ces nouveaux programmes : « il n'y a pas de conscience morale qui ne s'émeuve, ne s'enthousiasme, ne s'indigne »<sup>7</sup>, les émotions, la sensibilité, permettent de mieux se comprendre et mieux comprendre autrui, donc mieux vivre ensemble. Cette dimension sensible fait maintenant partie intégrante des enseignements et des compétences attendues.

Dès le cycle 1, l'enfant apprend à exprimer ses émotions afin de « se construire comme personne singulière au sein d'un groupe (... ). Au fil du cycle, l'enseignant développe la capacité des enfants à identifier, exprimer verbalement

---

<sup>5</sup> BO n°17 du 23 avril 2015 – Site EDUSCOL

<sup>6</sup> BO spécial n°6 du 25 juin 2015 – Site EDUSCOL

<sup>7</sup> Site Eduscol. Présentation des programmes par Pierre Kahn.

leurs émotions et leurs sentiments. Il est attentif à ce que tous puissent développer leur estime de soi, s'entraider et partager avec les autres ».<sup>8</sup>

On retrouve encore dans ces mêmes programmes, dans le domaine « Agir, s'exprimer, comprendre à travers les activités artistiques », « Objectifs visés et éléments de progressivité – Vivre et exprimer des émotions, formuler des choix. Les enfants apprennent à mettre des mots sur leurs émotions, leurs sentiments, leurs impressions, et peu à peu, à exprimer leurs intentions... ».

Les émotions ont maintenant toute leur place en classe, les enfants doivent savoir les reconnaître, les exprimer grâce à un vocabulaire précis. Elles doivent leur permettre de décrire, ressentir, régler des conflits, mieux se connaître, mieux connaître autrui, faire preuve d'empathie, de bienveillance, de respect...

## B – Des réflexions, des pratiques de classe et d'école.

L'étude des émotions et de leur impact en classe est étonnamment très récente.

Pourtant, la classe est un lieu, un contexte, privilégié de survenue de nombre d'émotions dans une journée. En effet, en maternelle, dès le premier moment de la séparation d'avec un parent, on ressent chez les enfants accueillis diverses émotions : sérénité, confiance, mais aussi peur, colère, frustration... chacun réagit à sa façon, avec son histoire, ses capacités relationnelles et émotionnelles. La collectivité, souvent égale à « nouveauté » à la maternelle, suscite aussi angoisse, peur, jalousie, frustration... Les apprentissages peuvent motiver, rendre heureux, confiant, joyeux... mais sont aussi parfois source de frustration, de dégoût, de colère, de jalousie... Le moment de la récréation est propice aux temps de l'amitié, la camaraderie, mais aussi des conflits et de la jalousie...

Des enseignants, des pédagogues, ont réfléchi à cette place des émotions dans la classe et dans l'école, au lien qu'il pouvait y avoir avec les apprentissages, le climat scolaire, l'ambiance dans la classe.

---

<sup>8</sup> Programmes de maternelle Bulletin officiel spécial n°2 du 26 mars 2015.

L'objectif, pour tous les niveaux de classe est de créer un climat serein dans la classe pour mieux vivre avec les autres et pour mieux apprendre. C'est d'ailleurs un des objectifs de l'école maternelle : « Une école où les enfants vont apprendre ensemble et vivre ensemble »<sup>9</sup>

F. Cuisinier et F. Pons, dans *Emotions et cognitions en classe*, soulignent l'intérêt d'étudier les émotions de l'élève et de l'enseignant et de comprendre leur impact sur les processus d'apprentissage. Pour eux, les émotions constituent la « face cachée du triangle didactique »<sup>10</sup>.

On pourrait penser que les émotions « positives » facilitent les apprentissages. En fait, ce n'est pas toujours le cas ; il arrive qu'une humeur désagréable entraîne une mobilisation plus importante nécessaire à la tâche. Peu d'études ont été menées auprès d'enfants sur ce sujet mais ce qui en ressort est que « l'état émotionnel préalable à l'activité affecte la performance et le rapport à la tâche, laquelle affecte en retour l'état émotionnel et l'évaluation de la situation (...) Ainsi, des relations circulaires entre les différents aspects de la situation se dégagent de ces études. »<sup>11</sup> La réussite scolaire dépend de beaucoup d'autres facteurs abordés par les auteurs : amitié (qui entraîne une meilleure collaboration et répartition des tâches, étudiée par Carbonès et Cuisinier en 2003), motivation, vécu par rapport à la tâche, à la discipline... Toutefois, on peut dire que « l'état émotionnel de l'enfant intervient dans la confrontation à l'activité d'apprentissage et colore sa relation à cette activité »<sup>12</sup>.

Dans ce même article de Cuisinier et Pons, les émotions sont aussi traitées comme objet de connaissance. Pour les auteurs « le développement de la compréhension des émotions se révèle être un facteur crucial du développement social. » mais « comprendre l'émotion implique que l'enfant soit capable de traiter l'émotion comme un objet de connaissance »<sup>13</sup>. Les auteurs distinguent trois stades, liés au développement de l'enfant et à la compréhension qu'il peut avoir de ses propres émotions, de celles d'autrui, de leurs causes, conséquences et possibilités de contrôle. Le stade qui nous intéresse est dit « externe », il concerne les enfants de 2 à 4 ans environ. A ce stade, l'enfant commence, grâce au développement de ses

---

<sup>9</sup> Programmes de maternelle, BO spécial n°2 du 26 mars 2015.

<sup>10</sup> Frédéric CUISINIER et Francisco PONS. *Emotions et cognition en classe*. 2011. P.1

<sup>11</sup> Ibid. P.5

<sup>12</sup> Ibid. P.6

<sup>13</sup> Ibid. P.9

capacités langagières, « à nommer des émotions de base comme la joie, la tristesse, la peur et la colère. » Puis des émotions plus complexes. A trois ans, « il commence à reconnaître certaines causes externes de l'émotion dans un contexte réel ou imaginaire. » vers quatre ans, il « comprend l'influence des désirs sur l'émotion. Il peut ainsi comprendre que deux personnes dans une même situation mais éprouvant des désirs différents peuvent ressentir des émotions différentes. »<sup>14</sup>

Tout ceci tend à intégrer l'étude des émotions dans le contexte scolaire, en lien avec le développement psychologique et physiologique de l'enfant.

Plusieurs expériences de classe ont permis d'observer que l'accueil des émotions des enfants, la connaissance de celles-ci, par des jeux de rôles, un apport de vocabulaire nécessaire, des lectures, des rituels, des outils mis en place dans la classe, permettaient une amélioration du climat de classe et donc de meilleures conditions de travail et d'apprentissage.

On peut citer à titre d'exemples :

- Les travaux de Serge Tisseron et son « jeu des trois figures » : il s'agit d'une activité théâtrale créée en 2007 dont le but est de développer l'empathie chez les élèves de la maternelle au collège. Il est appelé ainsi en référence aux trois personnages de l'agresseur, de la victime et du tiers, qui peut être simple témoin, redresseur de torts ou sauveteur. Ainsi, les enfants ressentent des émotions variées et apprennent à les exprimer, les comprendre en eux et chez les autres.

- Le message clair, utilisé comme technique de résolution autonome et non violente des conflits : Inspiré de la Communication Non Violente, de l'écoute active de Carl Rogers, le « message clair » est d'abord promu au Québec, par Danielle Jasmin, enseignante. En France, il est introduit par plusieurs enseignants et pédagogues. Notamment par Sylvain Connac, maître de conférence en sciences de l'Education Paul Valéry de Montpellier, et l'Institut Coopératif de l'Ecole Moderne.

Le message clair est une formulation verbale entre deux personnes en conflit. Il oriente les enfants vers la résolution du différend et non vers la recherche de causes, ou l'accusation. Proche de la Communication Non Violente, sa technique

---

<sup>14</sup> Ibid. P.9

s'appuie sur une triple formulation : l'énoncé des faits ; l'expression des émotions (et des besoins) ; la demande visant la résolution du conflit. Ici, la connaissance des émotions est utilisée pour résoudre des conflits, exprimer ses besoins aux autres. Il y a bien un lien entre la connaissance des émotions (les siennes et celles des autres) et le rapport à autrui. Souvent ce type d'expérience liant émotions et résolution des conflits, s'adresse plutôt à des enfants des cycles deux et trois. On peut tout de même penser, qu'au regard des connaissances scientifiques sur les émotions et sur leurs liens avec les apprentissages et le climat de classe, on peut commencer cet apprentissage dès la maternelle.

- Dans les diverses ressources pour la classe, et notamment pour l'école maternelle, on retrouve l'étude des émotions sous forme d'études d'albums, de mise en place de rituels, de jeux de rôle...

- Sur le site éducol et l'expérithèque, sites de référence pour les enseignants, plusieurs expériences sont décrites : des enseignants constatent que les élèves ont des difficultés à gérer les conflits, à se sentir serein pour travailler et vivre ensemble, à mettre des mots sur ce qu'ils ressentent. Les émotions comme objet d'étude, le lexique des émotions pour dire ce que l'on ressent, le travail sur l'empathie... deviennent alors un moyen de dépasser ces difficultés et de rendre à l'école le climat serein qui permet d'apprendre et de grandir dans de bonnes conditions.

Sur ce même site, I. Filliozat, psychologue, invite les enseignants à réfléchir sur émotion et langage oral, ou sur comment il est important de prendre en compte les émotions des enfants dans ces moments parfois difficiles de prise de parole devant la classe et comment il est important de laisser aux élèves la possibilité d'exprimer ce qu'ils ressentent.

Ces connaissances et expériences nous permettent donc de penser que les émotions comme objets d'étude, en prenant en compte les étapes du développement de l'enfant, peuvent permettre d'instaurer un climat de classe plus serein et propice aux apprentissages et à une vie en collectivité plus agréable.

## IV - Pratique et analyse

Je vais maintenant décrire mon expérience au sein de ma classe. Tout d'abord, je dresserai un tableau de cette classe, cette école, son environnement, les enfants qui la fréquentent... Puis, je décrirai le travail sur les émotions mis en place, la séquence, son déroulement. Et enfin, je tenterai d'analyser cette expérience et ainsi, de répondre à ma problématique.

### A – Le contexte : l'école, la classe.

Je suis professeur des écoles stagiaire à l'école d'Anglars St Félix. Cette commune de 796 habitants est située en milieu rural. L'école compte 87 élèves de la petite section au CM2. Elle est composée de quatre classes :

- Toute petite, petite et moyenne section (ma classe)
- grande section, CP
- CE1 et CE2
- CM1 et CM2.

La classe de Toute Petite, petite et moyenne section compte 21 élèves :

- 4 élèves de Toute Petite Section,
- 8 élèves de Petite Section
- 9 élèves de Moyenne Section.

Il y a 7 filles et 13 garçons.

C'est une classe très dynamique, parfois agitée. Comme je le précisais en introduction, deux élèves ont un comportement très souvent excessif et inadapté. Cette précision a une importance car leur comportement influence très souvent l'ensemble de la classe. Ces élèves, que l'on nomme parfois « élèves perturbateurs », me questionnent, me font évoluer dans ma pratique car ils mettent souvent à mal ce qui est prévu sur le papier et me demandent souvent de m'adapter.

Je vais donc les décrire rapidement (leurs prénoms sont volontairement changés):

- Gaël est en moyenne section. Son année en Petite Section a été très difficile et son comportement n'évolue pas beaucoup malgré les différents moyens mis en place. Gaël est un enfant qui ne tolère que très peu la frustration. Très attaché à l'adulte, il est sans cesse en demande d'attention mais s'oppose de façon quasi systématique. Lorsqu'il est en colère, il crie, tape ses camarades, insulte les adultes, casse les constructions des autres... Gaël a de grosses difficultés de langage. Il est encore très mal compris par les autres, ce qui peut expliquer certaines de ces réactions agressives. J'ai mis en place, dès le début de l'année, un carnet de comportement personnalisé : ce carnet consiste en un renforcement positif : seuls les « bons comportements » et les efforts y sont inscrits quotidiennement. A la fin de la semaine, une petite phrase le félicite et une demande lui est faite (par exemple : « La maîtresse te demande de venir lui dire quand tu es énervé et de ne pas taper sur un copain »). Gaël prend ce carnet tous les vendredis chez lui. Il adhère à cet outil et ceci constitue aussi pour lui un rituel rassurant. Gaël est suivi par une psychologue et participe à un groupe thérapeutique avec d'autres enfants. Un bilan est en cours. A la suite de ce bilan, une équipe éducative est prévue.

- Milo est en petite section. Ses difficultés sont d'un autre ordre. Milo a été placé en famille d'accueil début octobre 2017. Il a fait sa première rentrée fin octobre. Milo est pour l'instant dans une situation familiale très instable. Il voit irrégulièrement sa maman, en visite médiatisée. Milo parvient très difficilement à s'adapter au rythme de l'école. Il ne peut pas pour l'instant rester assis le temps d'un atelier. Lors des regroupements, il reste avec le groupe une ou deux minutes puis s'agite et s'en va. Il est parfois agressif avec les autres enfants : sans raison apparente, il tape ou griffe. Ce type de comportement semble être pour lui, un moyen de rentrer en contact. Milo a aussi de grosses difficultés de langage mais nous observons de grands progrès depuis son entrée à l'école. Nous devons toujours être vigilantes, l'ATSEM de la classe et moi, et lui proposer des solutions pour qu'il parvienne à canaliser cette agressivité. Il est, lui aussi, suivi par une psychologue et pris en charge une demi-journée par semaine au CAMPS.

La classe en général est très influencée par les comportements de ces deux enfants. Certains ont tendance à « absorber » toutes ces émotions négatives, cette agitation et fonctionnent par imitation ; d'autres enfants semblent intimidés, gênés,

restent en retrait. Ces comportements peuvent en effet faire peur, surtout aux plus jeunes.

De manière générale, malgré tous les efforts des trois adultes intervenant dans la classe (ma binôme, l'ATSEM et moi), ces deux enfants sont souvent rejetés, et le climat de classe est influencé par cette atmosphère souvent tendue. Il est parfois difficile d'instaurer un climat propice aux apprentissages. Cependant, de manière générale, la classe évolue, les enfants deviennent de plus en plus autonomes, prennent confiance en eux et créent des liens forts entre eux.

## B – Le travail sur les émotions

Mon objectif dans ma classe est de créer un climat serein, propice aux apprentissages. Et ceci, pour tous les enfants, sans exception. Mon regard doit se porter sur l'ensemble de la classe et sur chacun des enfants, malgré la présence d'enfants « difficiles ». Ce travail sur les émotions a été mis en place avec un objectif très clair, celui d'aider chacun à se sentir mieux en classe pour apprendre.

Les connaissances sur le développement de l'enfant et notamment sur l'immaturité physiologiques qui ne permettent pas de gérer leurs émotions, les programmes d'enseignement de l'école maternelle, mon expérience dans cette classe, m'ont amené à privilégier plusieurs pistes de travail.

Tout d'abord, il est important de travailler sur le vocabulaire des émotions. Il est nécessaire que les enfants aient les outils nécessaires pour exprimer leurs émotions. De plus, afin de comprendre le sens des émotions, il faut que les élèves en parlent, fassent des liens entre ce qu'ils ont vu, ressenti... Des temps de langage oral doivent donc être privilégiés. Pour ceux qui ont des difficultés dans ce domaine, je porterai une attention particulière afin qu'ils soient dans des conditions optimales pour s'exprimer. Enfin, exprimer ses émotions, les comprendre en soi, permet de s'apaiser. La finalité de la séquence sera donc la réalisation d'un livre et d'une boîte qui seront présents dans un lieu dédié aux émotions. L'expression des émotions se fera dans un temps particulier de la journée. Ce travail se fera donc sur du long

terme. Ce rituel devrait permettre aux enfants de s'exprimer mais il est aussi important que des enfants qui ne parviennent pas encore à être compris par les autres et à échanger facilement puissent « dire » leur émotion d'une autre manière. Il y aura donc la possibilité pour eux de le faire grâce à des papiers de couleurs représentant chacune des émotions. Ce rituel entrera dans le fonctionnement même de la classe et pourra évoluer au fil du temps.

## C - La séquence (Cf annexe 1)

### 1 - Déroulement

Les deux premières séances ont pour objectifs d'introduire le thème des émotions, de parler des émotions, de comprendre ce que sont les émotions. Les temps de langage à la suite des trois lectures ont été très riches, les enfants ont tous participé. Le livre « La couleur des émotions » de Anna Llegas et Marie Antilogus avait été travaillé l'année dernière dans la classe. Les élèves de moyenne section le connaissaient et j'ai profité de leurs connaissances pour les valoriser et les aider à partager leurs savoirs avec les petits. Pour les deux autres livres, j'ai sélectionné les pages qui évoquaient les émotions de base et des émotions proches (furieux, timide...), certaines émotions évoquées me semblaient en effet trop complexes pour des enfants de 2 à 4 ans.

De ces lectures est ressortie une définition, une idée des enfants sur ce que sont les émotions :

Une émotion est quelque chose que l'on ressent dans son corps, comme la joie, la tristesse... tout le monde ressent des émotions et c'est bien de les connaître pour comprendre ce qui nous arrive.

Parallèlement à ces deux séances, nous avons participé à la projection de courts métrages dans le cadre du programme école et cinéma. Ceci m'a permis de faire le lien entre les livres et les films vus. Les personnages ressentent tous des émotions différentes...

Ainsi, lors des séances trois et quatre, nous avons pu différencier les émotions des différents personnages. En petit groupe, j'ai proposé des images aux enfants. Ces images étaient extraites des trois albums et des différents films

visionnés dans le cadre de « Maternelle et cinéma ». Les enfants devaient choisir une image, un personnage, et trouver l'émotion que ressentait ce personnage, coller l'image sur la feuille correspondante. Des feuilles de couleur étaient positionnées au tableau. Les couleurs correspondaient aux couleurs du livre « La couleur des émotions ». J'ai choisi de travailler avec les émotions de base : rouge pour la colère, marron pour la peur, jaune pour la joie, bleu pour la tristesse. J'ai ajouté le rose pour l'amour et l'amitié, tout simplement parce que ce sentiment (même si cela n'est pas exactement une émotion) commence à une grande importance dans la vie des jeunes enfants (et dans la vie en général). J'ai aussi complété cette liste par le vert de la sérénité et nous avons décidé avec les enfants que cette couleur représenterait toutes les émotions que l'on ressent quand on est bien, serein, calme, sûr de soi... prêts pour travailler, des idées évoquées dans les livres et qui me semblent importantes dans le plus long terme parce qu'elles évoquent le climat de la classe, le fait d'être dans de bonnes conditions pour apprendre.

Ainsi, les enfants ont pu dire les émotions, les différencier selon ce que l'image évoque, l'expression du visage des personnages, les traits du dessinateur... Ils ont aussi pu confronter leurs idées. En petit groupe, les conditions étaient idéales pour que chacun puisse participer. J'ai pu remarquer que les plus jeunes avaient parfois du mal à différencier peur et tristesse. J'ai pu ensuite remédier à ces erreurs lors des séances suivantes avec les plus jeunes.

Ces premières séances avaient pour objectif de comprendre, d'apprendre à différencier les émotions et de donner le vocabulaire nécessaire aux enfants.

Les séances 5 et 6 ont en fait été mises en place en une seule séance. J'ai d'abord présenté les différentes feuilles de couleur illustrées avec les images de la séance trois sous forme de livre et j'ai proposé aux enfants d'écrire maintenant ce qu'il pensait de chaque émotion et les circonstances durant lesquelles ils pouvaient ressentir ces émotions. Toujours en atelier dirigé, en petit groupe de cinq élèves, je leur ai proposé de choisir une émotion et d'en parler.

La dernière séance consiste en temps de langage sur ce travail sur les émotions et en la mise en place d'un outil pour la classe.

En regroupement, toute la classe, nous avons pris le temps de regarder le livre, de lire toutes les phrases écrites, de regarder les photos. Puis nous avons choisi le titre du livre : Nos émotions (Cf annexe 2)

J'ai ensuite expliqué aux élèves (comme je l'avais déjà évoqué avec eux en début de séance 5), que ce livre allait rester dans la classe pour que chacun puisse le regarder et se rappeler de toutes les émotions dont nous avons parlé (un deuxième exemplaire circulera dans les familles, à la demande des enfants). Puis j'ai proposé aux enfants de mettre une petite boîte à côté de ce livre. Dans cette boîte, ils pourront déposer un bout de papier de la couleur de leur émotion du moment. (Cf annexe 3).

La suite du travail se fait au quotidien, en rappelant aux enfants le matin, qu'ils peuvent aller déposer leur émotion... et en demandant le matin et le soir lors des regroupements, si un enfant veut parler de l'émotion qu'il a déposée.

## 2 - Les séances 5 et 6 à la loupe

Lorsque j'ai expliqué ce que nous allions faire, la première réaction des enfants a été de mimer les émotions, c'est pour cette raison que j'ai finalement fait vivre aux enfants la séance 6 à ce moment là. J'ai pris en photos tous les enfants et nous avons convenu de mettre aussi ces photos dans notre livre. Ensuite, ils pouvaient en parler.

Ils ont ensuite défini les émotions en commençant leurs phrases par « C'est quand... » et en évoquant un souvenir, une circonstance, un moment de la journée... L'émotion la plus difficile à évoquer a été la peur. Les enfants avaient des difficultés à parler d'eux-mêmes et parlaient de leur petite sœur, d'histoires, de contes, dans lesquels un personnage a peur... Ce qui m'a confortée dans l'idée de laisser un espace pour exprimer ses propres émotions. Cette séance a permis aussi d'aborder le fait que chacun peut ressentir des émotions différentes face à une même situation, il est donc important d'exprimer ce que l'on ressent car les autres ne peuvent pas toujours le deviner, le comprendre. Par exemple, un enfant a dit qu'il avait parfois peur avant d'aller à la cantine ; un autre a répondu : « Mais non, c'est super la cantine ! ça ne fait pas peur ! »... Cette séance a été particulièrement intéressante pour les échanges de ce type qu'elle a suscité entre les enfants.

Ces deux séances avaient pour objectifs de vivre, de parler des émotions, pour mieux les comprendre et les reconnaître en soi. Le projet d'écrire un livre a été un facteur important de motivation. Les enfants ont demandé si ce livre pourrait être emporté à la maison. J'ai trouvé l'idée intéressante car elle permettra aux enfants de parler des émotions avec leurs parents et d'expliquer ce travail mené en classe. Nous avons donc convenu que nous ferions deux livres : un premier pour la classe, pour nous aider à comprendre nos émotions, et un deuxième, que les enfants pourront emporter dans leur famille à tour de rôle jusqu'à la fin de l'année.

Certains enfants, malgré la composition des groupes (5 à 6 élèves) ont eu des difficultés à s'exprimer. J'ai réellement ressenti que certains enfants avaient l'habitude de parler de leurs émotions très librement et en comprenaient le sens, alors que, pour certains, cet exercice était bien moins naturel. J'ai donc mis en place un atelier de remédiation avec les enfants qui avaient eu le plus de difficultés. Nous avons reparlé des émotions et avons utilisé les codes couleurs et observé plus longuement les images représentant les émotions, j'ai beaucoup plus insisté sur le sens et accompagné les enfants vers l'expression de ce qu'eux-mêmes pouvaient ressentir. Ainsi, chacun a pu accéder au sens et participer à l'écriture du livre, à la hauteur de ses capacités.

## Conclusion

Globalement, les enfants ont bien participé à tout ce travail. Les plus jeunes, à leur niveau, ont assimilé le vocabulaire nécessaire à l'expression de leurs émotions. D'autres ont découvert un vocabulaire nouveau, plus nuancé, plus élaboré. Tous ont compris l'importance de la parole et de l'expression des émotions.

Bien entendu, je suis particulièrement attentive à ce que Gaël et Milo se saisissent de ces outils pour exprimer ce qu'ils ressentent. Lors d'un conflit, d'une crise de colère, j'incite les enfants à exprimer leur émotion et la cause de leur ressenti afin que cette séquence prenne tout son sens

Les enfants ont adhéré aux outils proposés en classe et petit à petit s'en détachent pour exprimer ce qu'ils ressentent sans de l'aide de ces supports.

Il faudrait plus de recul pour mesurer l'impact de ce travail sur le climat de classe mais je note tout de même un changement dans le comportement des enfants. De façon plus systématique, ils s'expriment à l'oral sur leurs ressentis et cette parole remplace bon nombre de fois les actes de violence.

Je dirai donc en conclusion, qu'en prenant en compte la maturité psychique, intellectuelle, physiologique et émotionnelle des enfants, il est possible d'utiliser des outils qui amènent un meilleur climat dans la classe. J'ai pu observer qu'il est possible, en faisant des émotions un objet d'étude et de leur expression un outil de classe, de créer un climat plus serein, propice aux apprentissages et au bien être de chacun et de tous au sein de la classe.

# BIBLIOGRAPHIE

## Livres :

- Antonio DAMASIO (1995). L'erreur de Descartes : la raison des émotions. Paris : Odile Jacob
- Paul EKMAN (2010). Je sais que vous mentez. Editions Michel Laffont.
- Charles DARWIN (1872). Expression des émotions chez l'homme et les animaux. General Books. LLC.
- Catherine GUEGUEN (2014). Pour une enfance heureuse – repenser l'éducation à la lumière des dernières découvertes sur le cerveau. Editions Robert Laffont.
- Marshall B. ROSENBERG (1999). Les mots sont des fenêtres ou bien se sont des murs. Introduction à la communication non violente. Editions Syros.
- Marshall B. ROSENBERG (2006). Enseigner avec bienveillance. Instaurer une entente mutuelle entre élèves et enseignants. Editions Jouvence.
- Carl ROGERS (1969). Liberté pour apprendre. Paris. Dunod.
- Isabelle FILLIOZAT (1999). Au cœur des émotions de l'enfant. Editions Jean-Claude Lattès.
- Bernadette BAYADA, Anne-Catherine BISOT, Guy BOUBAULT, Georges GAGNAIRE (2010). Conflit : mettre hors jeu la violence. Non violence actualité 5<sup>ème</sup> édition. Chronique sociale.
- Sylvain CONNAC (2009). Apprendre avec les pédagogies coopératives. Démarches et outils pour l'école. ESF Editeur.
- Eric Debardieux. (1995). La violence dans la classe. ESF Editeur.

## Articles de revues :

- CARBONES-FLETA, A.M., & CUISINIER (2003). Amitié et cognition : une démarche d'analyse des échanges entre enfants confrontés à des tâches scolaires. Numéro spécial du bulletin de psychologie.
- Sylvain Connac (2004) La formation d'enfants médiateurs – L'exercice de la non violence au service de la coopération à l'école. ICEM de l'Hérault

Sitographie :

- O'DYS. & CYRULNIK B. (1993). L'affectivité nous façonne. L'express en ligne.
- Site Eduscol. (Scolarisation des moins de 3 ans – Programmes d'enseignement - etc.)
- Expérithèque. Les émotions à l'école et la gestion des conflits.
- Site de l'Académie de Paris. La gestion des émotions dans la classe. Des équipes aident leurs élèves.
- Site de la revue « Préscolaire ». Entretien avec Danielle Jasmin, auteure du conseil de coopération. Vol.52 n°4. Automne 2014
- Site Eduscol. Entretien avec Isabelle Filliozat, psychothérapeute, écrivaine et conférencière, février 2016.
- Site 3figures.org – Serge Tisseron.

# ANNEXES

# ANNEXE 1 : La séquence

# Les émotions : comprendre, s'exprimer, agir

Domaines : Mobiliser le langage dans toutes ses dimensions.

Apprendre ensemble et vivre ensemble.

Compétences visées : Acquérir le vocabulaire des émotions de base, en comprendre le sens, les associer avec des moments vécus.

Objectifs pour la classe : permettre aux enfants d'exprimer leurs émotions en leur laissant un espace et un temps. Création d'un livre des émotions de la classe et d'un espace pour déposer les émotions.

## Comprendre

### Séance 1 : Les émotions

Dispositif : Groupe 1/2 classe, sur plusieurs temps de lecture.

Objectifs : découvrir 3 albums jeunesse dont le thème est « les émotions ».

Déroulement : 3 albums sont lus :

- Aujourd'hui, je suis... de Mies Van Hout (seules quelques pages sont lues : les émotions de base)

- Parfois, je me sens d'Anthony Browne

- La couleur des émotions d'Anna Llegas et Marie Antilogus

Un temps de langage suit ces différentes lectures.

« De quoi parle ce livre ? », « Qu'avez vous retenu ? »...

Matériel : Les albums

Temps : Selon temps d'oral (environ 15mn)

Cette séance se déroule en trois étapes : une lecture d'album par semaine.

### Séance 2 : Les émotions

Dispositif : regroupement, 1/2 groupe classe

Objectifs : Faire le lien entre les 3 albums. Parler de ce que sont les émotions.

Déroulement : Les 3 albums sont présentés aux enfants : « Quel est le point commun entre ces trois livres ? » « De quoi parlent ces trois livres ? »

Les enfants sont amenés à parler des émotions, point commun des trois lectures. Et des émotions qu'ils ont retenues.

Matériel : Les albums

Temps : 10mn

### Séance 3 : Différencier les émotions (séance liée à la participation à « Maternelle et cinéma »).

Dispositif : Atelier dirigé en petits groupes

Objectifs : Comprendre le sens des émotions de base (peur, joie, tristesse, colère), faire le lien entre ce que l'on sait des émotions et ce que l'on voit. Reconnaître les émotions de base.

Déroulement : Après la séance de cinéma, les enfants sont incités à verbaliser sur ce qu'ils ont vu. Des images des 4 courts métrages leur permettent de raconter.

Le film Sientje évoque la colère d'une petite fille. Le lien est fait entre le travail sur les émotions et ces films.

On cherche ensemble si les personnages ont ressenti des émotions.

4 affiches sont créées : joie, colère, tristesse, peur et les images choisies sont placées au bon endroit

Matériel : Images de films, feuilles de couleur pour chaque émotion

Temps : 15mn

### Séance 4 : Différencier les émotions : les albums lus

Dispositif : Atelier dirigé petit groupe

Objectif : Différencier les émotions. Faire le lien entre les trois albums. Mettre sur chaque émotion des images, des personnages, différents.

Déroulement : Des images des 3 albums sont déposées au sol. Les élèves doivent mettre en relation chaque image et une émotion et la coller sur les feuilles de couleur déjà présentes.

Puis création de deux autres pages (sérénité, amour).

Matériel : Images. Feuilles de couleurs

Temps : 15mn

## Vivre les émotions

### Séance 5: Différencier les émotions en soi

Dispositif : En petit groupe, atelier dirigé

Déroulement: présenter le format livre avec les différentes pages déjà créées avec les images des livres et films. Pour chaque émotions (joie, tristesse, peur, colère, sérénité), les enfants sont amenés à réfléchir et verbaliser sur les moments lors desquels ils ressentent, ils ont ressenti, cette émotion. Dictée à l'adulte des circonstances trouvées par les élèves et photo d'émotions.

Matériel : Livre, feutre.

Temps : 15mn

### Séance 6: Jouer les émotions (avec séance 5 ou pas ?)

Dispositif : Atelier dirigé

Objectif : Vivre les émotions pour mieux les connaître et les reconnaître.

Déroulement : Les enfants miment les 4 émotions de base (joie, colère, tristesse, peur) et la sérénité. Ils sont pris en photo.

Matériel : Livre, appareil photo.

Temps : 15 mn

## Agir

### Séance 7: Le livre et la boîte à émotions

Dispositif : ½ groupe classe

Objectif : Comprendre que ces deux objets sont maintenant des outils de la classe : le livre, la boîte à émotions

Déroulement: Le livre terminé est présenté aux enfants, il servira de référentiel des émotions pour aider les enfants à mémoriser le nom de chaque émotion et son sens. Il sera disponible dans la classe.

Présenter ensuite la boîte à émotions : à côté de ce livre, la boîte à émotion permettra à chacun de déposer son émotion. Des morceaux de papier seront présent à côté de la boîte (chaque couleur représente une émotion en référence au livre). Les enfants pourront déposer un petit morceau de cette couleur dans la boîte, en parler ou pas à leur camarades pendant ce temps ritualisé ou lors du regroupement du matin. En effet, lors du regroupement, un temps sera pris pour permettre aux enfants de parler de son émotion du matin s'il en a envie.

La boîte sera peinte par les tout petits.

Matériel : Livre et boîte.

Temps : 10 mn

## ANNEXE 2 : Le livre

Voici des photos du livre créé par les élèves :



# ANNEXE 3 : La boîte et le livre dans la classe

