

Fiche matériel

Article : VALISE DES EMOTIONS			
Famille :	valise		
Fournisseur :	RELAIS		
Date d'achat :	01/01/2020	Prix d'achat :	
Date de fin :			
Etat :	Excellent		
Fournisseur : RELAIS			
<u>Coordonnées</u>		<u>Contact</u>	
		Nom :	
		Fonction :	
		E-mail :	
Tél. :	Fax :	Tél. :	Portable :
<u>Commentaire :</u>			
Les prêts			
Du	Au	Quantité	Personnel

Valise : émotions

Thématique :

L'enfant ne peut pas réguler seul ses émotions. Cette capacité s'apprendra petit à petit.

A quoi sert cette valise :

Cette valise vous permettra d'aborder ce sujet et d'accompagner l'enfant dans cet apprentissage de façon ludique mais aussi très professionnelle.

Pourquoi :

Tant que le cerveau n'a pas atteint sa pleine maturité les processus de gestion des émotions ne sont pas totalement fonctionnels. L'enfant a alors des difficultés à contrôler et maîtriser ses réactions émotionnelles. L'enfant n'est pas en mesure de gérer l'ensemble des émotions qui affluent en lui du fait de l'incomplétude de ses réseaux neuronaux. Le cortex préfrontal est incapable de jouer son rôle de régulateur des émotions fortes.

L'apprentissage du langage des émotions aura alors sur l'enfant un impact sur son comportement social, et notamment sa capacité à surmonter le stress, à gérer son agressivité et à exprimer ses affects envers lui et envers les autres.

Par ailleurs, un enfant qui enfouit ses émotions, ses peurs, qui ne peut pas manifester sa joie ou sa colère, n'apprend pas à tenir compte de ce que lui ou les autres ressentent. Il ne développe pas d'empathie, pas de bienveillance : ni pour lui-même, ni pour les autres.

Quand un enfant apprend à **repérer ses émotions et à repérer le message envoyé par son corps**, il arrive mieux à s'adapter et à comprendre ce qui compte pour lui mais aussi pour les autres. Avec l'attention d'un adulte, il saura exprimer son émotion sans être dépassé ou submergé par elle.

Dans cette valise vous trouverez :

- **Le règlement**
- **Des dossiers sur le thème**
- **10 livres :**

1. **Si le loup y était ?**
Phillipe Jalbert
2. **La couleur des émotions (x2)**

Anna Llenas

3. **Mon Amour**
Astrid Desbordes et Pauline Martin
4. **Clic Crac...c'est le loup**
Jean Maubille
5. **Tchoupi veut tout faire tout seul**
Thierry Courtin
6. **Va t'en grand monstre vert**
Ed Emberley
7. **Grosse Colère**
Mireille d'Alliancé
8. **Où est mon monstre ?**
Les tout-doux Usborne
9. **Au cœur des émotions**
Isabelle Filliozat
10. **Je veux maintenant**
Isabelle Filliozat

Mettre des mots sur les émotions

Laisser le choix aux enfants d'aborder le sujet

