



# COFFRE à Outils

POUR ACCOMPAGNER LES JEUNES DANS LEURS BESOINS ÉMOTIONNELS ET RELATIONNELS

## MON DICTIONNAIRE DES ÉMOTIONS

**OUTIL** : De prévention | D'intervention

**PUBLIC CIBLE** : Enfants du primaire (à partir du deuxième cycle)

**PERSONNES VISÉES** : Enfants du primaire (à partir du deuxième cycle)

### CONCEPTION

Jeanne Lagacé-Leblanc  
Line Massé  
Claudia Verret



# LE DÉTECTIVE DES ÉMOTIONS

**OUTIL** : De prévention | D'intervention

---

**PERSONNES VISÉES PAR L'OUTIL** : Enfants du primaire (à partir du deuxième cycle)

---

## **PUBLIC CIBLE** :

---

- Enfants du primaire (à partir du deuxième cycle) qui éprouvent des difficultés à gérer leurs émotions, en particulier les jeunes stressés, impulsifs, inattentifs, hyperactifs, oppositionnels, agressifs, anxieux, déprimés ou ceux qui présentent un trouble du spectre de l'autisme.

## **BESOINS ET MANIFESTATIONS COMPORTEMENTALES**

---

- Difficulté à reconnaître leurs émotions ou celles des autres.

## **OBJECTIFS SPÉCIFIQUES**

---

- Habilitier l'enfant à décoder les principales émotions à partir des indices non verbaux afin de pouvoir interagir de façon appropriée avec les autres.

## **CONCEPTION**

---

**Jeanne Lagacé-Leblanc** (assistante de recherche) – Université du Québec à Trois-Rivières

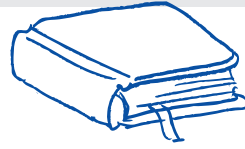
**Line Massé** (professeure titulaire) – Université du Québec à Trois-Rivières

**Claudia Verret** (professeure titulaire) – Université du Québec à Montréal

# CONTENU DE L'OUTIL



## MON DICTIONNAIRE DES ÉMOTIONS



Dans cette activité, on te propose de créer ton propre dictionnaire des émotions. Voici les étapes pour le réaliser :

- 1) Pour chaque émotion, exerce-toi, par exemple, devant le miroir, et mime l'émotion avec ton visage et ton corps. Pour t'aider, rappelle-toi un moment où tu as vécu cette émotion.
- 2) Utilise un appareil-photo et photographie **ton visage** et **ton corps** en reproduisant l'émotion demandée. Tu peux demander à un adulte de te photographier.
- 3) Colle la photo à l'endroit indiqué.
- 4) Affiche ton dictionnaire des émotions sur un mur !





## • • • La joie • • •

Insère une photo de ton visage ici.

Insère une photo de ton corps ici.

## • • • La colère • • •

Insère une photo de ton visage ici.

Insère une photo de ton corps ici.



## • • • La tristesse • • •

Insère une photo de ton visage ici.

Insère une photo de ton corps ici.

## • • • La surprise • • •

Insère une photo de ton visage ici.

Insère une photo de ton corps ici.



## • • • La dégoût • • •

Insère une photo de ton visage ici.

Insère une photo de ton corps ici.

## • • • L'intérêt • • •

Insère une photo de ton visage ici.

Insère une photo de ton corps ici.



## • • • La peur • • •

Insère une photo de ton visage ici.

Insère une photo de ton corps ici.

## • • • La honte • • •

Insère une photo de ton visage ici.

Insère une photo de ton corps ici.