

Gestion des émotions

Formation Épinay-sur-Seine

1. Cadre institutionnel

Les résultats des évaluations CP de début d'année ont été un moment difficile dans les maternelles et nous savons que des réunions inter cycles GS/CP se mettent en place dans les groupes scolaires.

Il faut se garder d'aller trop vite avec les enfants de maternelle car cela risque d'être contre-productif. Qu'est-ce qui nous le permet ?

a) [Programmes de 2015](#)

Les programmes ne débutent pas par les 5 domaines d'apprentissages mais par les modalités de développement de la vie sociale et le développement psycho affectif de l'enfant (on ne parle d'élève à aucun moment).

Programmes de la maternelle B.O. spécial n°2 du 26 mars 2015

L'école maternelle est une école bienveillante, plus encore que les étapes ultérieures du parcours scolaire. **Sa mission principale est de donner envie aux enfants d'aller à l'école** pour apprendre, affirmer et épanouir leur personnalité. Elle s'appuie sur un principe fondamental : tous les enfants sont capables d'apprendre et de progresser. **En manifestant sa confiance à l'égard de chaque enfant, l'école maternelle l'engage à avoir confiance dans son propre pouvoir d'agir et de penser**, dans sa capacité à apprendre et réussir sa scolarité et au-delà.

1.1. Une école qui accueille les enfants et leurs parents

Dès l'accueil de l'enfant à l'école, un dialogue régulier et constructif s'établit entre enseignants et parents ; il exige de la confiance et une information réciproques. **Pour cela, l'équipe enseignante définit des modalités de relations avec les parents, dans le souci du bien-être et d'une première scolarisation réussie des enfants et en portant attention à la diversité des familles. Ces relations permettent aux parents de comprendre le fonctionnement et les spécificités de l'école maternelle (la place du langage, le rôle du jeu, l'importance des activités physiques et artistiques...).**

1.3. Une école qui tient compte du développement de l'enfant

Sur toute la durée de l'école maternelle, les progrès de la socialisation, du langage, de la motricité et des capacités cognitives liés à la maturation ainsi qu'aux stimulations des situations scolaires sont considérables et se réalisent selon des rythmes très variables.

L'équipe pédagogique **aménage l'école** (les salles de classe, les salles spécialisées, les espaces extérieurs...) **afin d'offrir aux enfants un univers qui stimule leur curiosité, répond à leurs besoins notamment de jeu, de mouvement, de repos et de découvertes et multiplie les occasions d'expériences sensorielles, motrices, relationnelles, cognitives en sécurité.** Chaque enseignant détermine une organisation du temps adaptée à leur âge et veille à l'alternance de moments plus ou moins exigeants au plan de l'implication corporelle et cognitive. L'accueil, les récréations, l'accompagnement des moments de repos, de sieste, d'hygiène sont des temps d'éducation à part entière. Ils sont organisés dans cette perspective par les adultes qui en ont la responsabilité et **qui donnent des repères sécurisants aux jeunes enfants.**

Gestion des émotions

Formation Épinay-sur-Seine

2. Une école qui organise des modalités spécifiques d'apprentissage

L'enseignant met en place dans sa classe des situations d'apprentissage variées : jeu, résolution de problèmes, entraînements, etc. et les choisit selon les besoins du groupe classe et ceux de chaque enfant. Dans tous les cas et notamment avec les petits, **il donne une place importante à l'observation et à l'imitation des autres enfants et des adultes. Il favorise les interactions entre enfants et crée les conditions d'une attention partagée, la prise en compte du point de vue de l'autre en visant l'insertion dans une communauté d'apprentissage. Il développe leur capacité à interagir à travers des projets, pour réaliser des productions adaptées à leurs possibilités [...]**

Dans tous les cas, les **situations inscrites dans un vécu commun sont préférables aux exercices formels proposés sous forme de fiches.**

2.1. Apprendre en jouant

2.2. Apprendre en réfléchissant et en résolvant des problèmes

2.3. Apprendre en s'exerçant

3. Une école où les enfants vont apprendre ensemble et vivre ensemble

3.2. Se construire comme personne singulière au sein d'un groupe

Se construire comme personne singulière, c'est découvrir le rôle du groupe dans ses propres cheminements, **participer à la réalisation de projets communs, apprendre à coopérer.** C'est progressivement partager des tâches et prendre des initiatives et des responsabilités au sein du groupe. **Par sa participation, l'enfant acquiert le goût des activités collectives, prend du plaisir à échanger et à confronter son point de vue à celui des autres. Il apprend les règles de la communication et de l'échange. L'enseignant a le souci de guider la réflexion collective pour que chacun puisse élargir sa propre manière de voir ou de penser.** Ainsi, l'enfant trouve sa place dans le groupe, se fait reconnaître comme une personne à part entière et éprouve le rôle des autres dans la construction des apprentissages. Dans un premier temps, les règles collectives sont données et justifiées par **l'enseignant qui signifie à l'enfant les droits (s'exprimer, jouer, apprendre, faire des erreurs, être aidé et protégé...) et les obligations dans la collectivité scolaire (attendre son tour, partager les objets, ranger, respecter le matériel...).** Leur appropriation passe par la répétition d'activités rituelles et une première réflexion sur leur application. Progressivement, les enfants sont conduits à participer à une élaboration collective de règles de vie adaptées à l'environnement local. À travers les situations concrètes de la vie de la classe, une première sensibilité aux expériences morales (sentiment d'empathie, expression du juste et de l'injuste, questionnement des stéréotypes...) se construit. Les histoires lues, contes et saynètes y contribuent ; la mise en scène de personnages fictifs suscite des possibilités diversifiées d'identification et assure en même temps une mise à distance suffisante. Au fil du cycle, l'enseignant développe la capacité des enfants à identifier, exprimer verbalement 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.

Gestion des émotions Formation Épinay-sur-Seine

b) Les assises de la maternelle de mars 2018

Les assises de l'école maternelle journée du 27 mars 2018

Selon le ministre de l'Éducation Nationale, les assises de l'école maternelle permettront d'éclairer les mesures à prendre pour en **faire véritablement l'école de l'épanouissement et du langage. Il veut faire de la maternelle "un bain de langage, le moyen d'acquérir un vocabulaire riche". Autour d'un objectif : celui de mettre en évidence comment la « dimension affective » et la préparation aux apprentissages fondamentaux se renforcent au sein de l'école maternelle.**

France Stratégie, un service du premier ministre, publie un rapport : "Notre école maternelle se caractérise par une forte et constante focalisation sur la préparation aux apprentissages formels de l'école élémentaire, que l'on ne retrouve pas avec une telle ampleur chez nos voisins.

Une inflexion récente et des textes officiels qui appellent à prendre en compte le développement de l'enfant dans toutes ses dimensions, sensorielle, motrice, cognitive, sociale et affective, n'ont pas effacé cette « primarisation » de la maternelle ...

c) Compétences psychosociales

Qu'entend-on par compétences psychosociales (CPS) ?

En 1993, l'Organisation mondiale de la santé (OMS) introduit le concept et définit une compétence psychosociale globale : « la capacité d'une personne à répondre avec efficacité aux exigences et aux épreuves de la vie quotidienne. C'est la capacité d'une personne à maintenir un état de bien-être subjectif qui lui permet d'adopter un comportement approprié et positif à l'occasion d'interactions avec les autres, sa culture et son environnement. La compétence psychosociale joue un rôle important dans la promotion de la santé dans son acception large renvoyant au bien-être physique, psychique et social ». Cette compétence globale se décline en plusieurs compétences interdépendantes comme : savoir résoudre des problèmes, communiquer efficacement, avoir conscience de soi et des autres, savoir réguler ses émotions...

Développer des compétences psychosociales, travailler sur les émotions à l'école ne va pas forcément de soi. L'école historiquement est le lieu par excellence du développement de la raison, avec une prééminence accordée à la pensée rationnelle. Cependant, savoir identifier, exprimer et réguler ses émotions et celles des autres sont des compétences psychosociales essentielles au développement des enfants et des adolescents et la promotion de la santé des élèves est une des missions de l'école.

Gestion des émotions

Formation Épinay-sur-Seine

d) Définitions

Emotion (Larousse) :

- « Trouble subit, agitation passagère causée par un sentiment vif de peur, de joie, de colère, de tristesse, de surprise, etc. ... »
- « Réaction affective transitoire d'assez grande intensité, habituellement provoquée par une stimulation venue de l'environnement. »

Quant à la racine latine du mot émotion, elle signifie un mouvement vers l'extérieur. L'émotion exprime ainsi, un besoin d'agir à la suite d'une réaction psychologique ou physiologique.

Quelles questions pour identifier un ressenti et le faire exprimer par l'enfant ?

Cela pourrait être du type : "Comment te sens-tu ?", " Que ressens-tu ? ", "Qu'éprouves-tu ?" ...

- Les émotions ne sont ni bonnes ni mauvaises, elles constituent une réaction biologique (voire chimique) à un événement extérieur.
- L'expression verbale des émotions est source de bien-être (à l'inverse la répression des émotions est source de stress).¹

A propos des émotions

Caractéristiques des émotions²

Une émotion est une réaction soudaine de tout notre organisme qui comporte les caractéristiques suivantes :

- C'est un mouvement, un changement par rapport à un état initial immobile. On n'était pas ému et soudain on l'est.
- L'émotion s'empare de notre corps (le cœur s'accélère, on rougit, on devient blême, on a « les jambes en coton », on pleure, on rit...)
- L'émotion nous agite l'esprit, nous fait penser différemment. Elle peut soutenir notre raison ou la troubler.
- C'est une réaction à un événement (joie d'avoir réussi un examen, tristesse de s'être disputé avec un ami...)
- L'émotion nous pousse à l'action (rapprochement, fuite, lutte...)

Emotions fondamentales

La plupart des chercheurs pensent qu'il existe des émotions fondamentales dont l'association provoquerait les nuances de notre humeur, un peu comme un mélange de couleurs produit de nouvelles teintes. Dès 1872, Charles Darwin avait défini six émotions fondamentales : la tristesse, la joie, la colère, la peur, le dégoût, la surprise. Le psychologue américain Paul Ekman propose en 1990 d'étendre cette liste à dix

¹ Catherine Gueguen, pédiatre

² *La force des émotions*, François Lelord et Christophe André, Ed. Odile Jacob, 2003)

Gestion des émotions **Formation Épinay-sur-Seine**

émotions supplémentaires : admiration, mépris, contentement, embarras, excitation, culpabilité, fierté, satisfaction, plaisir sensoriel, honte. La recherche se poursuit.

Sentiment :

- Etat affectif complexe et durable lié à certaines émotions ou représentations. (Larousse)
- État affectif dû à des émotions. (L'internaute)

e) Neurosciences : (Voir documents joints dans l'article)

1. Quand les émotions favorisent l'apprentissage
2. Les neurosciences en faveur de l'éducation bienveillante
3. Apprentissage, motivation, émotion : comment apprenons-nous ?

2. Regard sur l'enfant de – de 5 ans

a) Profil

D'après France Capuano³ :

Les défis développementaux des enfants de 0 à 5 ans au plan socio affectifs sont :

- 0-1 an : former un lien d'attachement avec une personne significative
- 1-2 ½ ans : Se détacher (séparation)
Exploration
- 2 ½-5 ans: Autonomie. Communication. Habilétés sociales. Contrôle de soi.

En termes de défis développementaux des enfants (2 ½-5 ans) du point au plan cognitif :

L'enfant d'âge préscolaire tente de comprendre le monde en expliquant comment il fonctionne.

« Lorsque le soleil se couche dans la mer, pourquoi on ne voit pas de vapeur ? »

Alors que le trottineur (12-30 mois) observe et décrit les événements, l'enfant d'âge préélémentaire tente de les expliquer. Lorsque l'enfant n'est pas capable d'expliquer, il peut inventer une explication qui semble bien farfelue pour les adultes.

Quelques limites à la pensée d'un enfant d'âge préélémentaire :

Centration : Je tiens compte d'un seul élément pour comprendre.

Difficulté à contrôler les processus reliés à la mémoire et à l'attention

Égocentrisme ; difficulté à adopter le point de vue de l'autre (langage égocentrique, l'expression des émotions, le jeu de la cachette).

³ France Capuano est professeure titulaire au Département d'éducation et formation spécialisées de la Faculté des sciences de l'éducation de l'Université du Québec à Montréal. Elle détient un diplôme de premier et de deuxième cycle en psychoéducation et elle est détentrice d'un doctorat en psychologie de l'Université de Montréal. Elle est également titulaire de la Chaire Robert Sheitoyan sur la prévention de la violence et du décrochage scolaire. Ses travaux de recherche portent principalement sur la prévention des problèmes de comportement durant l'âge préscolaire. Elle a conçu et évalué plusieurs programmes de prévention, dont le programme Fluppy qui est appliqué dans les maternelles de plusieurs régions du Québec depuis 1990. Le programme est reconnu par l'Institut national de santé publique.

Gestion des émotions Formation Épinay-sur-Seine

Le cerveau de l'enfant est immature et fragile⁴. Jusqu'à 5/6 ans, l'enfant est traversé par de véritables tempêtes émotionnelles et ne peut vraiment pas se calmer seul. L'enfant vit ses émotions sans filtre : ce sont de grands chagrins (même pour ce qui semble une broutille à l'adulte), de grandes peurs (même pour ce qui semble anodin à l'adulte), de grandes colères (qui ressemblent à des comédies pour les adultes). Les fonctions de son cerveau qui lui permettraient d'analyser la situation et de prendre du recul afin de se calmer ne sont pas matures.

Si l'enfant est laissé seul avec ses peurs, sa frustration, ses angoisses ou ses colères, son organisme sécrète des molécules de stress très toxiques pour son cerveau fragile. Quand on envoie un enfant se calmer seul dans sa chambre, quand on gronde un enfant parce qu'il fait un caprice, on inhibe la maturation de son cerveau. Les recherches en neurosciences nous aident à comprendre que l'enfant ne peut rien faire face à ses tempêtes émotionnelles et qu'il est inutile de le menacer ou de le punir.

b) Défis pour les enseignants :

Être attentif aux questionnements des enfants

Être intéressé aux questionnements des enfants

Lui apporter des réponses

L'amener à réfléchir

Lui faire découvrir le fonctionnement des événements

Tenir compte de l'égoïsme de l'enfant dans ses interactions avec les autres

L'amener à percevoir le point de vue de l'autre

Décodage des indices non verbaux

Qu'attendre donc d'un enfant de moins de 5 ans du point de vue de l'estime de soi ?

C'est l'émergence du soi

- L'enfant ne voit que ses qualités : il se décrit de manière extrêmement positive, irréaliste.
- Il énonce sans cohérence des performances.
- Le concept de « soi » est limité au concret.
- Egocentrique, l'enfant est incapable de se comparer aux autres.
- Les bases de l'estime de soi sont en train de se construire.

Illustration :

« J'ai 4 ans et demi, moi. Je vis dans une grande maison avec mon papa, ma maman et mon grand frère Tom et mon chien. Mon papa il travaille à la banque. J'ai des cheveux blonds et une chambre avec un grand lit rose, et des poupées, et des jouets... Je connais les lettres et je sais compter jusqu'à 1000. »

⁴Catherine Gueguen, pédiatre

Gestion des émotions Formation Épinay-sur-Seine

3. La posture de l'enseignant

ien : **CS** [Interroger mon rôle](#) en tant qu'enseignant du premier degré (canopé)

La bienveillance :

- « Disposition d'esprit inclinant à la compréhension, à l'indulgence envers autrui ». **(Larousse)**
- « Capacité à se montrer indulgent, gentil et attentionné d'une manière désintéressée et compréhensive ». **(L'internaute)**

b) Un climat scolaire positif

Qu'est-il fait ? Que faire ? En terme de « Justice scolaire », « Qualité de vie à l'école », « Stratégie d'école », « Violence et harcèlement », « Pratiques partenariales », « Co-éducation », « Pédagogie et coopération ».

« Je suis enseignant, je suis attentif à : **Doc 3 Je suis enseignant je suis attentif à**

- a) Un regard sur soi-même : « L'empathie modifie le cerveau des enfants » **Doc 3.1**
Observation ou jugement ?

La démarche du message clair **Doc 6 La démarche du message clair**

b) Observer ses élèves

Une **position de vie** se définit par l'évaluation de nos relations, et s'exprime selon la structure suivante⁵ :

« Comment je me considère / Comment je considère l'autre (ou les autres) ».

Chacune de ces deux évaluations peut être :

- ▶ essentiellement positive, elle est alors notée « OK+ »
- ▶ ou essentiellement négative elle est alors notée « OK- »

Les positions de vie suivantes peuvent donc être envisagées

- ▶ OK-/OK- : je suis mauvais et les autres sont mauvais
- ▶ OK-/OK+ : je suis mauvais et les autres sont "bien"
- ▶ OK+/OK- : je suis "bien" et les autres sont mauvais
- ▶ OK+/OK+ : Je suis "bien" et les autres sont "bien".

⁵ In <http://eppee.ouvaton.org/spip.php?article230>

Gestion des émotions Formation Épinay-sur-Seine

Nous ne développerons ici que quelques analyses de positions de vie face aux messages perçus par un comportement :

Comportement de l'élève.

Comportement de l'élève	Message perçu par l'enseignant	Positions : Comment je me considère / Comment je considère l'élève
faire autre chose que ce qui est attendu (bavarder, lire, jouer, ...) oublier son matériel	« Ce que tu proposes ne m'intéresse pas » « Je ne m'investis pas »	- / + : Je suis un mauvais enseignant, je n'arrive pas à les motiver + / - : Malgré tous mes efforts, cet élève n'est jamais intéressé - / - : Il n'est jamais intéressé, je n'y arriverai jamais + / + : c'est important pour lui, on va rebondir sur ces sujets
réagir face aux propos de l'enseignant et exprimer son mécontentement répliquer, défendre ses propres propos	« Je n'accepte pas ce que tu dis ou demande »	- / + : Je ne suis pas respectable sa réaction est justifié + / - : Je l'écoute et suis attentif, il doit avoir un problème, il ne me respecte pas - / - : on ne s'entendra pas, ce que je dis ne convient pas et il est toujours mécontent + / + : un débat intéressant, écoutons les arguments de chacun et agissons ensemble
narguer l'enseignant désobéir, répondre quitter sa place sans permission	« Tu n'es pas un adulte respectable et je le montre au groupe » « Non ! » « Je désobéis ouvertement »	- / + : Je suis ridiculisé, ce que je propose est inintéressant je vais perdre mon autorité alors qu'il exprime ses besoins et il pense avoir mieux se à faire + / - : Je suis un enseignant de qualité, cet élève n'a rien à faire dans ma classe - / - : avec des élèves comme celui-ci, je n'y arriverai jamais, je ne sais pas faire + / + : mon autorité va permettre de positiver le conflit qui semble nécessaire
oublier systématiquement les règles de politesse	« Je ne fais pas attention à qui je parle »	...
s'absenter :	« Je ne m'investis pas, mes parents non plus »	...

La première position de vie, OK-/OK-, s'avère d'emblée difficile à vivre : la personne n'a pas d'estime pour elle-même et n'apprécie pas plus autrui, les autres pouvant être considérés comme sans intérêt, sans qualités, éventuellement malveillants voire dangereux. Il n'y a pas d'acceptation de soi ni de l'autre ; **la négativité imprègne totalement les relations.**

Les deux positions suivantes (OK+/OK- et OK-/OK+) sont plus « ordinaires » dans le principe, posant problème à mesure du déséquilibre entre l'image de soi et celle d'autrui. Situations courantes en effet, si l'on s'aperçoit que l'un des jeux les plus courants que pratique l'être humain dans ses relations repose sur l'un des deux principes suivants :

« Ce que je suis, ce que je sais, ce que je possède (...) vaut bien mieux que ce que tu es, ce que tu sais, ce que tu possèdes » (Position de vie OK+/OK-) ou : « Ce que je suis, ce que je sais, ce que je possède (...) vaut bien moins que ce que tu es, ce que tu sais, ce que tu possèdes » (Position de vie OK-/OK+).

Gestion des émotions Formation Épinay-sur-Seine

Les inconvénients de ces deux positions de vie apparaissent aisément. Dans chacun de ces deux cas, **les relations entre humains s'avèrent difficiles**, étant chargées d'arrogance et d'orgueil, d'envie ou de honte, selon que l'on se sent supérieur ou inférieur à l'autre.

Lorsque la position se veut dominante, **l'ego que manifeste une personne irrite automatiquement celui d'autrui**, générant du ressentiment, de la colère, des conflits. A contrario, lorsque l'on se sent inférieur à autrui, l'envie, la jalousie ou la honte qui peuvent en résulter engendrent la tristesse, la dépression, parfois l'agressivité. La position la plus favorable OK+/OK+ : Ce qui revient à : « Je m'accepte et je m'apprécie tel que je suis / Je t'accepte et je t'apprécie tel que tu es ». Le réalisme et l'équilibre sont ici comme ailleurs nécessaires. Il ne s'agit bien sûr pas de développer une arrogance superflue, ni de considérer naïvement que toute personne est parfaite. Mais plutôt de **pratiquer une vision positive, en considérant en priorité les qualités de chacun**.

Doc 6.3 [Quelles sont nos pratiques pour prévenir l'indiscipline ou lien](#)
Quelques observations basées sur l'expérience.

En guise de conclusion provisoire

Pas de solution miracle, une recette ? Juste quelques réflexions. Instaurer dans sa classe un climat serein et de confiance possède quelque chose de l'ordre de l'alchimie. Mais **l'observation des élèves**, leur **reconnaissance**, le **respect de leur parole**, l'instauration de **rituels**, la mise en place **d'instances participatives**, une **discipline raisonnée**, des **lois claires et des sanctions connues** de tous en sont quelques ingrédients.

Observation (objective ?) des élèves

Voici une partie d'un tableau d'observations que j'ai créé et utilisé pour l'observation des MS, je n'ai gardé que les parties langage et socialisation.

Au regard des propos de France Capuano ou de votre propre observation

- Qu'est-ce qui vous paraît utile/inutile ?
- Que pourrait-on y ajouter afin d'avoir des informations pertinentes sur les élèves ?
- Comment mettre en place ce type d'outil, seul (ou avec ATSEM) dans sa classe ?

Gestion des émotions Formation Épinay-sur-Seine

LANGAGE				
Prise de parole <i>Réservé – spontané – ne parle pas</i> Capacité phonatoire <i>Bégaiement – Zézaiement – « Parlé bébé »</i> Maîtrise de la langue <i>Syntaxe - Vocabulaire</i> Utilisation du « Je »				
DEBUT DE SOCIALISATION				
a) aspect psychoaffectif				
Attitude générale <i>Emotif – Passif – Actif - Timide</i>				
b) relation à autrui				
Avec ses pairs <i>Sociabilité – Dépendance indifférence - Opposition</i> Avec l'adulte <i>Indifférent – opposant - Coopérant</i>				
c) respect des règles				
<i>Accepte ou refuse la consigne</i> <i>Accepte mais transgresse</i> <i>Accepte mais s'en débarrasse</i>				

Le respect des règles n'est pas leur connaissance, l'enfant peut connaître les règles et ne pas les respecter.

Catégorisation des règles :

- Je suis là pour apprendre
- Je suis en sécurité
- Je ne casse pas le matériel
- Je mets les autres en sécurité/pas en danger.

Travail collectif par niveaux ? Par école ? Réalisation d'un tableau d'observation (importance de la prise en compte des observables.

e) Les parents

- Coéducation
- Préconiser/favoriser les activités communes
(APC parents, Préconiser de jouer avec ses enfants, fête de l'école avec jeux enfants/parents, classe ouverte ...)

Gestion des émotions

Formation Épinay-sur-Seine

4. « Apprendre » les émotions :

Des guillemets car, en principe, les émotions ne s'apprennent pas, elles se ressentent, elles s'éprouvent.

Le rôle éducatif de l'école et également, parfois les difficultés des parents dans ce domaine, nous imposent cependant de réfléchir et de mettre en œuvre des actions, des dispositifs permettant aux enfants accueillis dans nos classes (ici REP) d'avoir le vocabulaire et la possibilité de les exprimer.

Activités possibles

- Dans le cadre des activités ritualisées du matin, prévoir étiquettes avec les 4 sentiments de base : tristesse, joie, peur, colère.
 - Miroir : mimer ces mêmes sentiments
 - Travail sur les albums : quelques titres entre autres :
 - Les masques (Tromboline et Foubazar) : Claude Ponti *Ecole des loisirs*
 - Petit ours brun est amoureux : Marine Aubinais/danièle Bour Bayard *Jeunesse*
 - La colère de Trotto : Bénédicte Guettier *Gallimard Jeunesse*
 - Le cauchemar de Gaëtan Quichon : Anaïs Vaugelade *Ecole des loisirs*
 - Un grand monstre ne pleure pas : Kalle Güettler/Raquel Helmsdal/Aslaug Jonsdottir *Album circonflexe*
 - Papa ! : Philippe Corentin *Ecole des loisirs*
 - Un câlin : Malika Doray *Edition MeMo*
 - Parfois je me sens ... : Anthony Bowne *kaleidoscope*
 - Bébé Chouettes : Martin Wadell/Patrick Benson *kaleidoscope*
 - Billy se bille : Anthony Bowne *kaleidoscope*
 - Max le terrible : Ed Vere *Milan*
 - La couleur des émotions : Annalenas *Edition Quatre Fleuves*
1. À quelle émotion fait-il référence ?
 2. Comment l'exploiter en classe
- Cf. dossier Activités (*répartition par école*)
 1. Y a-t-il une règle ? Laquelle ? Si non, quelle pourrait-elle être ?
 2. Objectifs

Gestion des émotions Formation Épinay-sur-Seine

Conclusion :

Si je veux réussir
à accompagner un être vers un but précis
je dois le chercher là où il est
et commencer là, justement là.

Celui qui ne sait faire cela, se trompe lui même
quand il pense pouvoir aider les autres.

Pour aider un être,
je dois certainement comprendre plus que lui,
mais d'abord comprendre ce qu'il comprend.

Si je n'y parviens pas,
il ne sert à rien
que je sois plus capable et plus savant que lui.

Si je désire avant tout montrer
ce que je sais, c'est parce que je suis orgueilleux
et cherche à être admiré de l'autre
plutôt que l'aider.

Tout soutien commence avec humilité
devant celui que je veux accompagner ;
et c'est pourquoi je dois comprendre
qu'aider
n'est pas vouloir maîtriser
mais vouloir servir.

Si je n'y arrive pas,
je ne puis aider l'autre.

Soren KIERKEGAARD (1813-1855)