PIPSa
Pédagogie Interactive en Promotion de la Santé

# Les roues des émotions

*2014 - fiche modifiée le 23 février 2015*

5 roues cartonnées pour aider l'enfant à identifier ce qu'il ressent et ce qu'il vit en fonction du comportement adopté.

| | |
|---|---|
| **Support** | Support d'expression |
| **Âge du public** | De 6 à 10 ans |
| **Thèmes associés à cet outil** | Compétences psychosociales, Expression de soi |
| **Obtention** | Acquisition<br>En centre de prêt |
| **Participants** | A partir de 1 |
| **Prix** | 90,00 € |

PIPSa propose des pistes d'utilisation pour cet outil

## Sur l'outil

### Description selon l'éditeur

**Matériel :**

5 Roues pivotante cartonnées et plastifiées (Diamètre 22,5 cm) :

- Roue des peurs et des inquiétudes
- Roue de la Tristesse
- Roue de la Timidité
- Roue de la Honte
- Roue de la Colère

**Concept :**

Pour chaque émotion, au recto des cartes l'enfant identifie le comportement que lui ou d'autres personnes de son entourage ont pu avoir.

A l'aide du verso des cartes, l'enfant exprime les conséquences, tant relationnelles que personnelles reliées à chaque comportement.

Après lui avoir fait prendre conscience de ces mécanismes habituels et de leurs conséquences, les roues permettent d'aider l'enfant à développer les stratégies gagnantes à l'aide de jeux de rôles ou simplement par des discussions à partir de situations réelles rencontrées par le jeune.

### Objectifs

Voir l'onglet "Pistes d'utilisation"

### Bon à savoir

L'Atelier des Parents a choisi de distribuer le matériel pédagogique élaboré par l'Académie Impact (Québec).
Ce matériel s'adresse aux particuliers comme au professionnels (thérapeutes, coach, enseignants…).

### Où trouver l'outil

**Chez l'éditeur :**

L'Atelier des parents
56 av Beaurepaire
94100 - St Maur des Fossés
France
+33 (0)1 41 81 64 42 - edition@latelierdesparents.fr
http://latelierdesparents.fr/blog

**Dans les centres de prêt :**

Centre liégeois de promotion de la santé
+32 (0)4 279.50.52 - promotion.sante@clps.be
http://www.clps.be
Catalogue : http://www.clps.be/outils-pédagogiques

Centre Local de Promotion de la Santé de l'arrondissement de Verviers
+32 (0)87 35 15 03 - s.vilenne@clpsverviers.be
https://www.clpsverviers.be/

Centre Bruxellois de Promotion de la santé
+32 (0)2 639 66 88 - info@cbps.be
https://cedosb.be

Centre local de promotion de la santé de Huy-Waremme
+32 (0)85 25 34 74 - info@clps-hw.be
http://www.clps-hw.be

Centre local de promotion de la santé de Mons-Soignies
+32 (0)64 84 25 25 - clps.documentation@yahoo.com
http://www.clps-mons-soignies.be/centre-doc

Centre local de promotion de la santé en province de Luxembourg
+32 (0)84 31 05 04 - clps.lux@skynet.be
http://www.clps-lux.be
Catalogue : http://bit.ly/1AfCwMD

Centre local de promotion de la santé de Namur
+32 (0)81 75 00 46 - info@clpsnamur.be
http://www.clpsnamur.be
Catalogue : http://www.clps-namur.be/documentation/

Centre de ressources documentaires provincial (Namur)
+32 (0)81 77 67 29 – 77 67 99 - anastasia@province.namur.be
Catalogue : http://anastasia.province.namur.be

Centre Local de Promotion de la Santé de Charleroi-Thuin
071/ 33 02 29 - secretariat@clpsct.org
http://www.clpsct.org
Catalogue : http://www.promotionsante.info/documentation.php

## Pistes d'utilisation

*Support d'animation / expression*

*Thème :expression de soi*

*Support :support d'expression*

### Description

Toutes les roues sont organisées sur le même principe : un recto qui illustre les différentes réactions possibles face à l'émotion et un recto qui décrit cette réaction, ainsi que les conséquences qu'elle entraine, pour l'enfant, pour les autres, et pour son bien-être général.

Ainsi, face à la tristesse, les réactions suivantes sont présentées : s'isoler,  faire semblant, se venger, pardonner, pleurer, bouder, en parler, avoir honte. Les conséquence de "s'isoler" sont "les autres s'éloignent de moi, ils sentent que je ne leur fais pas confiance. Ils ne comprennent pas pourquoi j'agis de la sorte puisque je ne leur parle pas. Je ne règle rien". Et au final, l'état de bien-être est identifié par un smiley "Je me sens pas bien ».

### Comment l'utiliser ?

En utilisation individuelle avec un adulte, en situation pédagogique ou thérapeutique.

La roue et les illustrations peuvent aider l'enfant à identifier/nommer sa réaction spontanée. L'adulte peut alors engager le dialogue avec lui sur les conséquences possibles de son comportement. Il peut vérifier avec l'enfant s'il est satisfait de son comportement, et lui proposer éventuellement d'autres manières de réagir.

Dans le dialogue, l’adulte pourra envisager avec l’enfant ce qui est possible/pas possible pour lui et ce qu’il faudrait mettre en place pour initier un changement dans lequel ses besoins soient satisfaits.

**Public**

Enfants 6-10 ans

**Rôle de l’animateur**

Ecoute bienveillante, empathie, reformulation, ouverture à d’autres possibles, accompagnement de l’enfant.

**Temps d'appropriation**

Très rapide.

**En quoi il est soutenant pour la promotion de la santé ?**

Les roues développent les compétences émotionnelles des enfants. Elles lui permettent de faire du lien entre ses émotions et son comportement et les conséquences de celui-ci sur lui-même et les autres. Elles montrent aussi que d’autres réactions sont possibles et que certaines sont plus satisfaisantes que d’autres au niveau du bien-être.

**Temps de préparation :**

**Points forts :**

Lien entre émotions, comportement, impact sur soi et sur les autres.

**Points d'attention :**

Nécessite une écoute active de l'enfant.

**Sujets abordés :**

NPeur, tristesse, timidité, honte, colère.

**Complémentarité :**

La Roue des émotions - Version enfant ; Cartes de sentiments et de besoins

**Date de l'avis :** 12 février 2015