

La Roue des émotions - Version enfant

2014 - fiche modifiée le 11 mai 2015

Un outil pour aider les enfants à verbaliser leurs émotions et à identifier quels sont leurs besoins.

Support	Support d'expression
Âge du public	De 6 à 10 ans
Thèmes associés à cet outil	Compétences psychosociales, Expression de soi
Obtention	Acquisition En centre de prêt
Participants	A partir de 1
Prix	21,00 €
Consultable chez PIPSa	Oui (réf. EXP-SUP-003-LAR)



PIPSa propose des pistes d'utilisation pour cet outil

Sur l'outil

Description selon l'éditeur

Matériel :

- 3 disques pivotants en carton laminé, d'environ 21 cm de diamètre
- Un curseur, pour se positionner en fonction des sensations du moment.
Les émotions et les besoins sont accompagnés de dessins. La "météo intérieure" est illustrée également (arc en ciel, nuage, soleil, orage, ...)

Concept :

Cet outil permet de prendre conscience, de parler, de mettre des mots, de dire autrement, ce qui se vit à l'intérieur de notre corps-cœur-tête, et de se sentir plus équilibré, plus serein.

Objectifs

Aider l'enfant à conscientiser ce qu'il ressent (les sentiments physiques), à mettre des mots sur les émotions qui correspondent, et à exprimer le ou les besoins sous-jacents.

Conseils d'utilisation

Voir l'onglet "[Pistes d'utilisation](#)".

Bon à savoir

Il existe aussi une [version destinée aux adultes](#). Celle-ci est plus riche en vocabulaire des émotions et des besoins. Elle n'est pas illustrée.

Où trouver l'outil

Chez l'éditeur :

L'Autrement dit
Chaussée de St-Hubert 91a
6640 - Morhet
Belgique
+32 (0)498/474 124 - anne-sophie@lautrementedit.net
<http://www.lautrementedit.net>

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](http://www.clps.be/outils-pedagogiques)

Centre verviétois de promotion de la santé

+32 (0)87 35 15 03 - s.vilenne@cvps.be

<http://www.cvps.be>

Catalogue : <http://www.cvps.be/index.php/le-centre-de-documentation>

Centre local de promotion de la santé du Brabant wallon

+32 (0)10 62 17 62 - info@clps-bw.be

<http://www.clps-bw.be>

Catalogue : <http://www.clps-bw.be/que-proposons-nous/centre-de-documentation>

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

3 disques en carton et un curseur à positionner en fonction du ressenti du moment.

Dans le premier cercle, au centre : des dessins illustratifs de la "météo intérieure" ; dans le 2ème cercle, dessins et textes en lien avec les 4 émotions principales ; dans le 3ème cercle, dessins et textes en lien avec les besoins.

Comment l'utiliser

Dans la relation éducative, thérapeutique, en famille ; l'outil soutient l'éducation émotionnelle en ouvrant le dialogue entre l'enfant et l'adulte. A travers le support, l'enfant peut faire peu à peu le lien entre ses sensations, son ressenti et les besoins (in)satisfaits. Il apprendra à décoder les messages fournis par l'émotion et à rechercher une manière d'y répondre, en dialogue avec l'adulte, qui soit adaptée au(x) besoin(s) qu'elle révèle.

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 ?

La roue développe les compétences émotionnelles des enfants. Elles lui permettent de faire du lien entre ses émotions et son/ses besoin(s). Ces compétences permettent d'accéder à une plus grande confiance en soi et à une réduction du stress, ainsi qu'à un meilleur apprentissage (démontré par les neurosciences et les techniques d'imagerie cérébrale).

Temps de préparation :



Points forts :

Concrétise les liens corps - coeur - tête.

Points d'attention :

L'utilisateur doit intégrer et pratiquer la Communication non violente.

Sujets abordés :

Prendre conscience des émotions, et identifier le besoin qui s'exprime à travers l'émotion.

Complémentarité :

[Cartes de sentiments et de besoins](#)

Date de l'avis : 05 mai 2015

L'avis des utilisateurs

Super outil ★★★★★

publié le 18 novembre 2015 à 16h15 par Visiteur

Outil très intéressant pour que l'enfant apprenne à exprimer ce qu'il ressent d'un point de vue corporel, à comprendre le sentiment qu'il ressent et à définir ce qu'il a besoin face à ses ressentis.

<http://www.pipsa.be/outils/export-2139613984/la-roue-des-emotions-version-enfant.html?export>

06-06-2020 14:06