

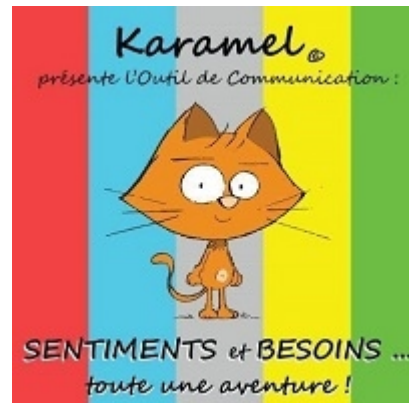
Karamel

2016 - fiche modifiée le 24 juin 2019

Sentiments et besoins, toute une aventure !

Outil de communication illustré pour apprendre aux enfants à comprendre leurs émotions et leurs besoins.

Support	Cartes
Âge du public	A partir de 5 ans
Obtention	Acquisition En centre de prêt
Participants	Inconnu
Prix	20,00 €
Consultable chez PIPSa	Oui (réf. EXP-JCA-020-KAR)



PIPSa propose des pistes d'utilisation pour cet outil

Thèmes associés à cet outil

Compétences psychosociales Expression de soi

Sur l'outil

Description selon l'éditeur

Matériel :

- 60 cartes illustrées (N/B)
 - 36 cartes "sentiments"
Clasées en 5 familles (joie, tristesse, colère, peur, "Et aussi...")
 - 24 cartes "besoins"
- 4 cartes "utilisation"
- Petit livret "Un petit coup de pouce!" (8 pages)

Concept :

Ce jeu de cartes a pour but de développer le vocabulaire émotionnel des enfants, de les aider à comprendre que derrière des émotions se cachent des besoins.

Conseils d'utilisation

Voir "[Pistes d'utilisation](#)"

Où trouver l'outil

Chez l'éditeur :

CPAS de Gerpinnes - Service Psychomotricité
Rue des Ecoles 31
6280 - Gerpinnes
+32 (0)71 50 29 11 - psychomot.cpas@publilink.be

Dans les centres de prêt :

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

Description

Support d'animation / expression

Thème : Compétences psychosociales - émotions - sentiments - besoins

Support : jeu de cartes

36 cartes « sentiments » et 24 cartes « besoins », illustrées en noir et blanc avec une image de chaton très expressif. Les cartes sont basées sur la CNV, la méthode Gordon, la pleine conscience.

Le jeu a pour objectif de développer la conscience et le vocabulaire des émotions, de les relier aux sensations et aux besoins, installant peu à peu ainsi la base de l'intelligence émotionnelle.

Comment l'utiliser

Privilégier une utilisation en petit groupe pour favoriser la parole de chacun.

Le concepteur propose 3 façons de jouer : météo intérieure, apprendre à donner de l'empathie, prendre du recul par rapport à une situation vécue.

Public

A partir de 7-8 ans, quand l'enfant sait lire mais peut s'utiliser aussi avec des adultes.

Ecole - Accueil extrascolaire - groupes de jeunes - famille - thérapie ...

Peut être utilisé avec un public petit lecteur, maîtrisant mal le français ou porteur d'un handicap mental léger.

Rôle de l'animateur

Installer un climat de confiance, commencer par une activité de détente, de respiration, de centration, un rituel pour le groupe.

L'utilisateur doit être formé à l'écoute et à la communication bienveillante. IL sera attentif à ne pas influencer, par son regard, le vécu du participant. Il facilitera, par le dialogue et l'écoute, l'identification et la reconnexion à son/ses besoins.

L'adulte se met au service de l'enfant et l'aide à s'exprimer, sans rechercher de solutions à sa place.

Aménagement de l'espace

Placer les participants en cercle.

A quel moment d'un projet ?

L'utilisation régulière permet de développer l'empathie, l'intelligence émotionnelle et donc de participer à la prévention des conflits, au vivre ensemble. Pour s'exercer à reconnaître et exprimer ses émotions/besoins.

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

Reconnaître et exprimer ses émotions/besoins dans un cadre bienveillant contribue à construire les compétences psychosociales dont on sait qu'elles constituent un puissant antidote pour renforcer son système immunitaire émotionnel face aux aléas de la vie.

Temps de préparation :



Points forts :

Simple, facilité d'utilisation

Points d'attention :

L'utilisateur doit être formé à l'écoute et l'accueil des émotions

Sujets abordés :

Emotions, besoins, compétences psychosociales

Complémentarité :

[Pratique de l'éducation émotionnelle](#) (PDF)

[L'éducation émotionnelle de la maternelle au lycée](#)

Date de l'avis : 17 juin 2019

<http://www.pipsa.be/outils/export-2139614107/karamel.html?export>

20-08-2019 11:50