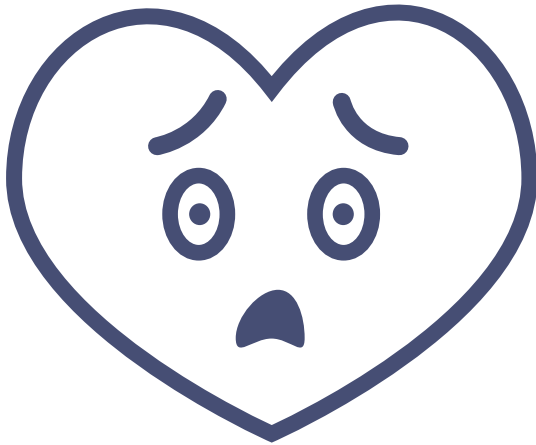


Mes émotions en couleur (peur, gêne et déception)

Colorie le cœur de la peur en noir, celui de la gêne en rose et celui de la déception en mauve.



Conseil
de Mme Pacifique

Cette semaine,
quand tu vis une situation,
nomme l'émotion que
tu ressens. Si possible,
refais aussi une partie
de dé des émotions.





En compagnie de Monsieur Toutcœur, votre enfant a développé sa compréhension des émotions de peur, de gêne et de déception. Il a aussi appris à identifier les situations qui lui font vivre ces émotions et à reconnaître les réactions corporelles provoquées par celles-ci.


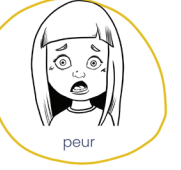


Pour aider mon enfant, je peux :

- l'aider à mettre des mots sur ses émotions ;
- nommer l'émotion que je ressens dans diverses situations ;
- lui demander comment il se sent à différents moments de la journée.

à toi de jouer!

□ J'ai demandé à mes parents : « Dans quelle situation ressens-tu de la peur? »

Les émotions
avec Monsieur Toutcœur

 joie	 tristesse	 colère
 surprise	 gêne	 peur
 dégoût	 déception	 fierté
 inquiétude	 Et toi, comment te sens-tu?	



