

MALLE ÉMOTIONS

(Dernière mise à jour février 2025)



La malle émotions met à votre disposition plusieurs ouvrages et jeux qui vous permettront d'accompagner dès le plus jeune âge les enfants à mettre des mots sur leur ressenti.

Les albums jeunesse ont été choisis pour proposer une large palette graphique vous permettant de vous approprier les univers et de penser des activités autour des ouvrages.

A qui s'adresse-t-elle ? Aux professionnels de la petite enfance et de la parentalité, travailleurs sociaux, enseignants et familles.

Objectifs de la malle :

- Développer le langage et l'expression de ses émotions
- Proposer des activités pour les enfants et leurs familles
- Favoriser l'empathie et développer les compétences psychosociales

ALBUMS JEUNESSE

AUJOURD'HUI JE SUIS...

Mies van Hout - minédition

Album transportant les lecteurs dans les sombres profondeurs de l'océan à la rencontre d'une vingtaine de poissons aux écailles chatoyantes qui expriment chacun une émotion particulière de par leurs postures et mimiques très éloquentes.

De la naissance à 2 ans



A L'INTÉRIEUR DE MOI

Aurélia Gaud – Acte Sud

Émo est un petit personnage en proie à toutes sortes d'émotions : des airs de fêtes qui lui font tourner la tête, des bruits d'orage qui le rendent fou de rage, des petits riens qui le remplissent de chagrin, des bulles de douceur qui le laissent songeur... Alors, quand le cœur d'Émo est trop agité, il n'y a rien de plus rassurant que les bras de sa maman.



De la naissance à 4 ans

DANS MON PETIT CŒUR

Jo Witek & Christine Roussey – De la Martinière Jeunesse

Ce livre présente le cœur d'une petite fille qui découvre pas à pas tous les sentiments de la vie. De la tristesse à la colère en passant par la joie et la jalousie, son cœur est l'objet de petits tourments et de grands bonheurs.

De 3 à 5 ans

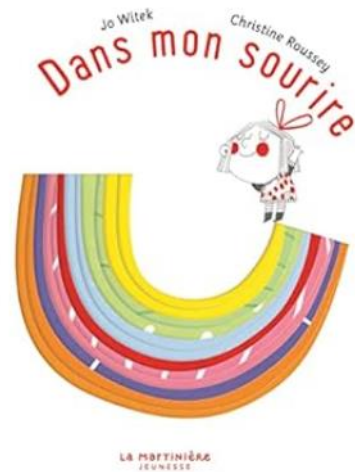


DANS MON SOURIRE

Jo Witek & Christine Roussey – De la Martinière Jeunesse

Il y en a des petits et des grands, des timides, des rêveurs, des farceurs, des éclatants. Un album graphique sur l'importance du sourire et de ces émotions particulières que celui-ci peut révéler.

De la naissance à 5 ans



MA BOÎTE À PETITS BONHEURS

Jo Witek & Christine Roussey – De la Martinière Jeunesse

Ce livre graphique met en scène une petite fille qui page à page nous livre petits et grands bonheurs de son existence. Du plaisir d'être en famille à celui de manger des cerises, du bonheur de jouer avec ses amis à la joie de sauter dans les flaques, tout est bon à vivre.

De 3 à 5 ans



LA COULEUR DES ÉMOTIONS

Anna Llana – Glénat jeunesse

Le monstre des couleurs se sent tout barbouillé, aujourd'hui. Ses émotions sont sens dessus dessous ! Il ne comprend pas ce qui lui arrive. Réussira-t-il à mettre de l'ordre dans son cœur et à retrouver son équilibre ?

De 2 à 4 ans



JEUX

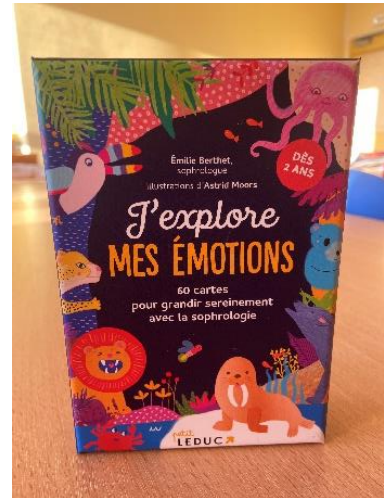
J'EXPLORE MES ÉMOTIONS : 60 CARTES POUR GRANDIR SEREINEMENT AVEC LA SOPHROLOGIE

Petit Leduc

Apprivoiser ses émotions, se libérer des tensions, stimuler son imaginaire, développer sa confiance en soi, renforcer ses liens aux autres...

Ce coffret de cartes poétique et ludique vous permettra accompagner les enfants dans la découverte de leurs émotions à travers une initiation à la sophrologie.

Dès 2 ans



EMPATHICO

Asmodée

Empathico est un jeu de société qui permet de développer l'empathie et l'auto-empathie chez l'enfant afin de le socialiser et de lui apprendre à comprendre les autres.

Dès 5 ans



TOTEM

Equipe Totem Inc

À tour de rôle, chaque joueur assiste à la construction d'un Totem à son image. Celui-ci est constitué d'une carte Animal, associée à une force, et d'une carte Qualité, toutes deux choisies et décrites par les autres joueurs à partir des cartes qu'ils ont en main

À partir de 8 ans



ROUE DES ÉMOTIONS

L'autrement dit

Un outil qui propose d'apprendre à ne plus subir la réactivité émotionnelle, mais d'apprendre peu à peu à prendre conscience de ses sensations, ses émotions et ses besoins inhérents à celles-ci pour y répondre de façon adaptée et congruente.

Il permet 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 et plus serein.

A partir de 7 ans

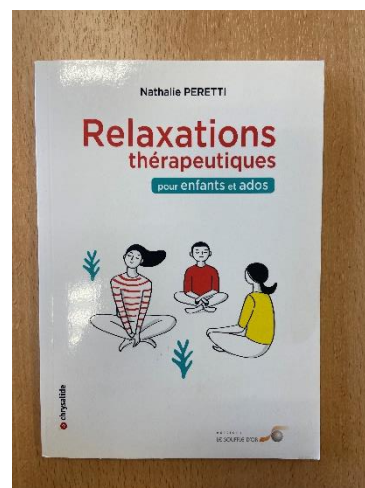


OUVRAGES DIVERS

RELAXATIONS THÉRAPEUTIQUES POUR ENFANTS ET ADOS

Nathalie Peretti – Le Souffle d'OR

Un guide pratique de relaxations thérapeutiques pour aider enfants et adolescents à trouver leurs propres ressources et à surmonter les difficultés usuelles inhérentes à leurs âges.



OUTILS PÉDAGOGIQUES

FICHES POUR TRAVAILLER LES ÉMOTIONS EN PÂTES À MODELER

Hoptoys.fr

Contenu :

- 8 fiches émotions format A5
- 8 visages format A4