

**OBJECTIFS DE LA SEQUENCE :**

**Aider les élèves à définir par eux même la notion d'émotion, réfléchir sur les émotions**

Introduire l'activité en écrivant le mot "**émotion**" au tableau.

Voici quelques questions qui pourront aider les élèves à définir la notion d'émotions.

- *D'après vous, qu'est-ce que c'est une émotion ?*
- *D'où viennent les émotions ?*
- *Comment peut-on reconnaître une émotion ? Comment se manifestent-elles ?*
- *Quelle(s) différence(s) faites-vous entre émotion et sentiment ?*

**Des outils pour penser : Les définitions**

Lorsqu'on définit, on explicite le sens d'un mot, on énonce ce à quoi il renvoie. C'est une opération complexe et exigeante. Définir une chose, c'est tenter d'en délimiter l'étendue, c'est-à-dire déterminer le genre de chose auquel elle se rattache et les caractères spécifiques qui la différencient des autres choses du même genre. Ainsi, si je définis l'être humain en disant que c'est un animal doué de raison, je situe l'être humain dans la catégorie animal et je le distingue des autres animaux par le critère de la raison. Lorsque l'on invite les élèves à définir les termes dont on discute, la définition peut être difficile et longue à construire, et il se peut que l'on échoue à obtenir une définition bien établie. Cependant, le chemin parcouru pour tenter de définir est précieux car il permet aux élèves de clarifier leur pensée et de préciser leurs idées. Ce faisant, les définitions facilitent également la bonne compréhension entre les participants d'une discussion. Amener les élèves à définir, c'est donc aussi favoriser la mise en place d'un réel dialogue, où chacun peut contribuer à construire une conception commune de l'objet discuté.

Après un premier moment d'échange autour des émotions, voici une activité ludique à proposer aux élèves :

- **Demander aux élèves quelles émotions ils connaissent.**
- **Les noter au tableau, puis proposer de les ranger selon leur intensité (ressenti faible ou fort).**

Vous pouvez également proposer au groupe de les classer par catégorie.

Pour terminer la séquence, distribuer la roue des émotions aux élèves et en discuter avec eux :

- *Qu'en pensent-ils ?*
- *Est-ce que les sensations associées aux émotions sont toujours présentes ?*
- *Est-ce qu'elles peuvent apparaître pour d'autres émotions ?*

**OBJECTIFS DE LA SEQUENCE :**

Questionner le lien entre besoin et émotion et travailler la relation cause/conséquence. Cette séquence poursuit la séquence 1 et requiert donc qu'elle ait été réalisée avec le groupe au préalable.

En reprenant la roue des émotions, demander aux enfants ce qu'ils comprennent du lien entre émotions et besoins. Les questions suivantes pourront aider la discussion :

- Que signifie la partie « besoins » de la roue ?
- Lorsque je vis une émotion, ai-je des besoins particuliers ? Par exemple, quand je suis en colère ? Lorsque je suis triste ? Lorsque j'ai honte ?
- Parmi les besoins dans le tableau, y en-t-il qui me procurent des émotions ? Par exemple, lorsque je partage quelque chose, lorsqu'on me fait un câlin ou lorsque je suis écouté(e) ?

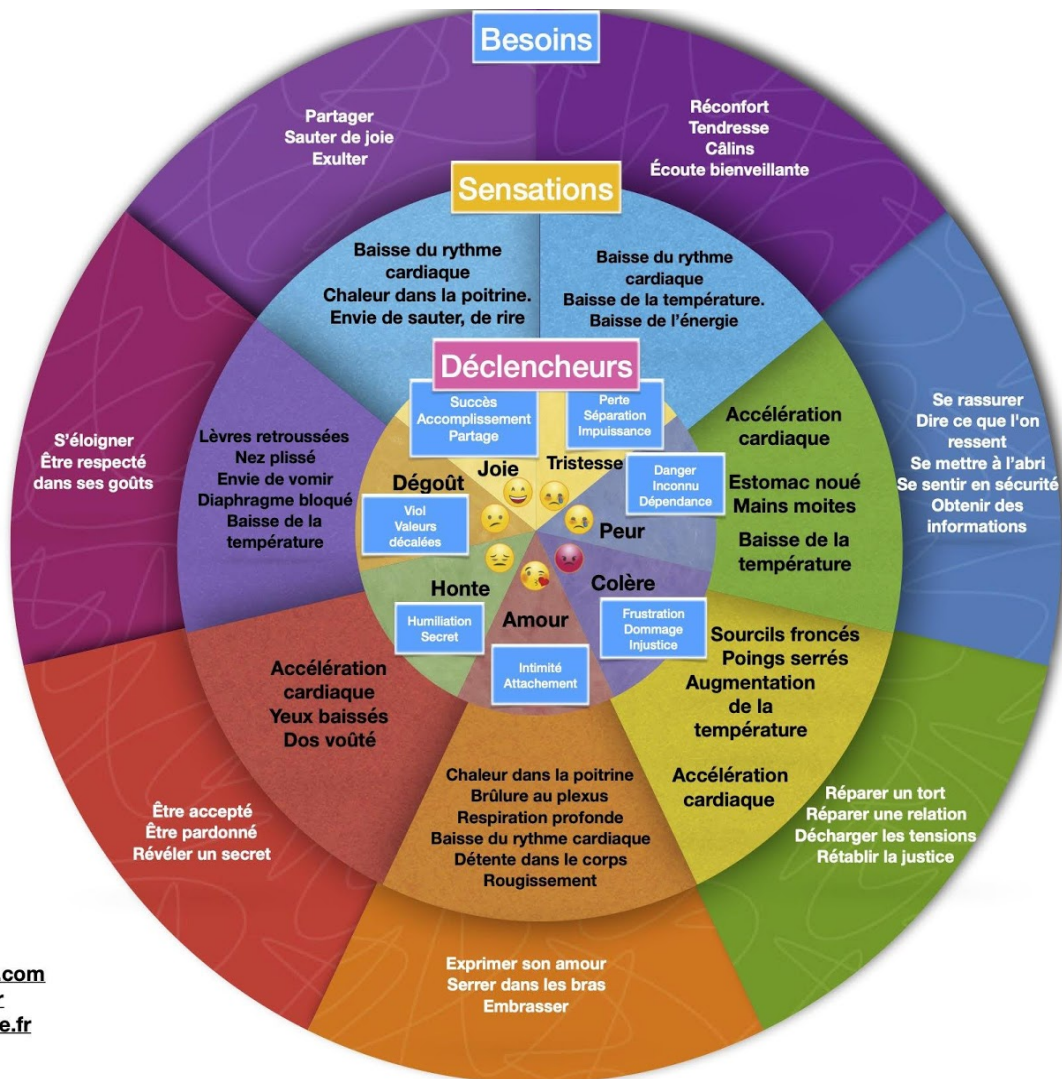
**Des outils pour penser : La relation cause / conséquence**

Pour aider les élèves à construire leur jugement et à structurer leur pensée, l'identification des types de relations qu'ils établissent est précieuse, car elle permet de prendre conscience des raisonnements qu'ils opèrent, notamment les relations de type logique. La **relation cause/conséquence**, ou cause/effet, en est une souvent utilisée. Son explicitation favorisera une utilisation à bon escient. Une **cause** est une raison, ce par quoi quelque chose arrive, se produit. La cause est antérieure à la conséquence (ou à l'effet), qui, elle, désigne le résultat obtenu. La conséquence suit la cause dont elle est le produit.

Les mots comme *car, parce que, donc, puisque*, expriment souvent ce rapport causal.

Lire les énoncés ci-dessous avec les élèves et demandez-leur de transformer les phrases ci-dessous pour qu'elles expriment un rapport cause/conséquence. Demandez-leur de préciser si la phrase initiale est devenue la cause ou la conséquence.

1. Jeanne est en colère.
2. En appelant ses parents, Cheng criait de joie.
3. Nadim est fatigué.
4. Pierre craint de ne pas pouvoir aller à l'école demain.
5. Bintou aimerait qu'on la prenne dans les bras.



## 2. Liste des émotions

LES BESOINS	
Dormir	Découvrir
Se nourrir	Explorer
Boire	Observer
Être au calme	Créer
Se reposer	Participer
Être en sécurité	Être utile
Être réconforté	Aider
Câlin	Faire plaisir
Être aimé	Partager
Amitié	S'exprimer
Se détendre	S'affirmer
Jouer	Communiquer
S'amuser	Être écouté
Bouger / se déplacer	Être soutenue
Se défouler	Être respecté
Apprendre	Que l'on me protège
Que l'on respecte ma vitesse	Que l'on me fasse confiance