



# Émotions et sentiments avec la CAA

## Fiche d'activité

- **Groupe cible :** 6 ans et plus
- **Durée :** 30 à 45 minutes
- **Matériel nécessaire :**
  - Cartes des émotions
  - Cartes avec des réactions possibles et des solutions sociales
  - Symboles pour exprimer des besoins
  - Poupées ou peluches représentant les personnages de l'histoire (le vilain petit canard, les cygnes, d'autres animaux)
  - Miroir pour s'observer et reconnaître ses propres expressions faciales
- **Compétence clé :** compétences de la vie quotidienne

### OBJECTIFS GÉNÉRAUX

Cette activité aide les enfants à développer **leur intelligence émotionnelle, leur confiance en eux, leurs compétences sociales et leur compréhension de leurs propres besoins et de ceux des autres** à travers une histoire familière. Les enfants apprennent à reconnaître leurs émotions, à s'exprimer et à mieux comprendre comment se comporter dans des situations quotidiennes. Les outils



de CAA permettent à chaque enfant de participer, d'exprimer ses sentiments et de nouer des relations.

## **MISE EN ŒUVRE**

### **1. Reconnaître les émotions**

En lisant certaines parties de l'histoire, arrêtez-vous pour parler des émotions que ressent le vilain petit canard. Les enfants utilisent des cartes d'émotions ou des symboles de communication pour décrire les sentiments des personnages et leurs propres expériences similaires.

### **2. Comment être un bon ami ?**

Organisez un cercle de discussion sur l'acceptation, la compassion et l'entraide. Des cartes représentant des situations sociales sont utilisées pour encourager la réflexion sur ce que signifie être un bon ami.

### **3. Prendre soin de soi et besoins personnels**

Le jeu « De quoi le vilain petit canard a-t-il besoin ? » : les enfants choisissent des images qui représentent des besoins (nourriture, eau, maison, câlins, conversation, jeu). Ensuite, discutez des besoins des élèves et de la manière dont ils peuvent les reconnaître et les exprimer.

### **4. Le rôle de la famille et des amis**

Les enfants réfléchissent aux personnes qui les aiment, les soutiennent et les protègent (parents, amis, éducateurs) et créent un « cercle de soutien » avec



leurs noms ou leurs photos. Cette activité renforce le sentiment d'appartenance et de sécurité.

## **5. Jeu de rôle**

Avec l'aide de leur enseignant, les enfants créent des personnages de l'histoire à partir de matériaux recyclés. Ils jouent ensuite les rôles des personnages de l'histoire et mettent en scène des situations dans lesquelles ils sont confrontés à des défis et recherchent du soutien. Grâce à des conseils et à l'utilisation de ressources de CAA, la communication positive et la résolution des conflits sont encouragées.

## **DÉVELOPPEMENT DES COMPÉTENCES EN CAA**

Ces activités offrent diverses possibilités d'utiliser les outils de CAA pour exprimer des sentiments, des besoins et des messages sociaux. Les enfants apprennent à utiliser des symboles pour exprimer leurs émotions, leurs relations interpersonnelles et des situations quotidiennes. La communication verbale et non verbale, l'écoute active et le développement de stratégies pour résoudre les problèmes et les conflits sont encouragés.

## **POUR ALLER PLUS LOIN**

Cette activité peut être reliée à d'autres histoires ou situations réelles de la vie de l'enfant (par exemple, à la maternelle ou à l'école). Il est possible de créer des tableaux de communication personnels pour les routines quotidiennes, les plans quotidiens, l'expression des émotions ou les demandes d'aide. Impliquer les



parents ou les aidants dans la poursuite de l'activité à la maison renforce encore davantage le lien émotionnel et social.



Cofinancé par  
l'Union européenne

**movetia**

Austausch und Mobilität  
Echanges et mobilité  
Scambi e mobilità  
Exchange and mobility

**Plural  
Words**