

s'informer, pour mieux protéger

L'atelier des émotions

ENFANTS DE 6 À 10 ANS

information
**violences
sexuelles**

L'atelier des émotions

Le CRIAVS Île-de-France, en partenariat avec le CRIPS Île-de-France et l'Association Une Vie ont créé cet *atelier des émotions* dans le cadre de l'exposition de prévention des violences sexuelles sur les enfants, disponible au prêt.

Cet atelier des émotions propose trois jeux, dont aucun n'aborde explicitement la thématique des violences sexuelles.

Les activités proposées permettent de développer les compétences psychosociales des enfants de 6 à 10 ans, en renforçant leur capacité à repérer et à verbaliser leurs émotions.

Les cartes de jeu sont disponibles au téléchargement à l'adresse :
<https://violences-sexuelles.info/dl/atelier-des-emotions-cartes.pdf>

L'atelier des émotions	2
Le mime des émotions	3
Le visage des émotions	6
Si j'étais à sa place	9



Les activités proposées dans le cadre de cet atelier ont été imaginées et développées en partenariat avec le CRIPS Île-de-France, un organisme de prévention en santé associé à la région Île-de-France, qui œuvre à l'amélioration de la santé des jeunes, avec une approche de santé globale et de développement des compétences psychosociales, notamment dans le domaine de la santé sexuelle. Plus d'info sur lecrips-idf.net.

Le mime des émotions

Description : Des cartes sur lesquelles sont inscrites des émotions sont montrées à des participants, qui doivent les faire deviner aux autres joueurs. Chacun peut apprendre l'éventail d'émotions propres à tous les humains et l'hétérogénéité d'expression de chacune d'entre elles.

Type de support : Jeu de rôle

Profil du public : Enfants

Âge du public : 6 à 10 ans

Thématique principale : Vie affective et sexuelle

Éditeur : CRIAVS Île-de-France

Date : 2020

Fiche descriptive

Utilisation

- En individuel / en groupe
- Avec animateur

Types de savoirs développés par le support

Le développement de savoir



Le développement de savoir-être



Objectifs pédagogiques de l'outil

Au cours de l'animation, les participants pourront :

- Apprendre à reconnaître des émotions exprimées
- Apprendre l'éventail d'émotions propres à tous les humains
- Comprendre que chaque émotion peut être exprimée de différentes manières

Thèmes abordés

Vie affective et sexuelle / Relations affectives et amoureuses / Stéréotypes

Compétences psychosociales mobilisées

- Avoir une pensée créative / Avoir une pensée critique
- Savoir communiquer efficacement / Être habile dans ses relations
- Avoir conscience de soi / Avoir de l'empathie pour les autres
- Savoir gérer ses émotions

Matériel

L'outil se compose de sept cartes « émotion » sur lesquelles est inscrit le nom d'une des sept émotions de base.

Les cartes sont disponibles au téléchargement à l'adresse :

<https://violences-sexuelles.info/dl/atelier-des-emotions-cartes.pdf>

Consigne

Un joueur se place face aux autres participants. Il choisit une carte au hasard parmi les sept cartes « émotion », et doit mimer l'émotion inscrite sur la carte afin que les autres joueurs la devinent.

Le joueur qui devine l'émotion se place face au groupe et choisit une carte au hasard, etc.

Conseils d'utilisation de l'outil

Si un joueur devine plus souvent ou plus rapidement que les autres, il est possible de faire jouer tous les participants à tour de rôle.

Une fois tous les joueurs passés un par un, il est possible de les faire passer deux par deux. Dans cette variante, c'est l'animateur qui choisit au hasard une carte et la montre aux deux joueurs. Le jeu consiste alors à montrer deux façons différentes de jouer la même émotion.

Pour les joueurs expérimentés, il est possible de choisir deux cartes en même temps. Il faudra alors faire deviner deux émotions en même temps : « il est en colère et honteux », « triste et dégoûté »... Dans cette variante, seul le duo « joie et tristesse » ne peut pas fonctionner ensemble.

Avantages et limites de l'outil

Avantages

L'outil est ludique et très simple à comprendre, il peut être utilisé comme jeu d'introduction avant de passer à des jeux plus complexes.

L'outil permet de travailler sur l'empathie en permettant une variété de façons d'exprimer une seule et même émotion. Il permet également aux joueurs d'améliorer leur capacité d'expression et d'apprendre à mieux se faire comprendre.

Limites

Le nombre d'émotions est limité et la variété d'expression pour une même émotion est elle aussi limitée. L'animateur pourra proposer une variante afin de redynamiser le jeu.

Pistes d'utilisation et outils complémentaires

Pour une utilisation en solitaire, le joueur pourra se placer face à un miroir.

Les joueurs peuvent proposer une émotion sans avoir à choisir une carte, en utilisant parmi une liste d'émotions ou de mémoire.

Pour les joueurs les plus jeunes, il est possible de jouer avec cinq émotions, en retirant les cartes « dégoût » et « honte » plus complexes à mimer.

Affirmations proposées

- Il existe 7 émotions : joie, colère, peur, dégoût, tristesse, surprise et honte.
- Les émotions s'expriment en utilisant à la fois le visage (yeux, lèvres, sourcils, front...) et le corps (position des bras, des mains, des pieds, du bassin...).

Le visage des émotions

Description : Différentes cartes sur lesquelles sont dessinés des visages exprimant une émotion sont montrées aux joueurs, qui doivent deviner l'émotion correspondante, avant de proposer un besoin satisfait ou insatisfait, à l'origine de l'émotion exprimée.

Type de support : Jeu de compréhension

Profil du public : Enfants

Âge du public : 6 à 10 ans

Thématique principale : Vie affective et sexuelle

Éditeur : CRIAVS Île-de-France

Date : 2020

Fiche descriptive

Utilisation

- En individuel / en groupe
- Avec / sans animateur

Types de savoirs développés par le support

Le développement de savoir



Le développement de savoir-être



Objectifs pédagogiques de l'outil

Au cours de l'animation, les participants pourront :

- Apprendre à reconnaître des émotions exprimées
- Apprendre l'éventail d'émotions propres à tous les humains
- Comprendre le lien entre une émotion exprimée et un besoin satisfait ou insatisfait

Thèmes abordés

Vie affective et sexuelle / Relations affectives et amoureuses / Stéréotypes

Compétences psychosociales mobilisées

- Savoir résoudre les problèmes
- Avoir une pensée créative / Avoir une pensée critique
- Savoir communiquer efficacement / Être habile dans ses relations
- Avoir conscience de soi / Avoir de l'empathie pour les autres
- Savoir gérer ses émotions

Matériel

L'outil se compose de sept cartes « visage » sur lesquelles figure le dessin d'un visage exprimant une émotion, de sept cartes « émotion » sur lesquelles est inscrit le nom d'une des sept émotions de base, et de 22 cartes « besoins » sur lesquelles est inscrit un besoin spécifique.

Les cartes sont disponibles au téléchargement à l'adresse :

<https://violences-sexuelles.info/dl/atelier-des-emotions-cartes.pdf>

Consigne

L'animateur se place face aux participants et leur montre une carte « visage ». Les joueurs doivent choisir la bonne carte « émotion » parmi les sept proposées.

L'un après l'autre, chaque joueur propose ensuite une carte « besoin » pouvant renvoyer à un besoin satisfait ou insatisfait pour le personnage exprimant l'émotion de la carte « visage ».

Conseils d'utilisation de l'outil

L'animateur pourra introduire le jeu en expliquant que pour chaque personne, nous exprimons différemment les émotions ressenties, et que pour un besoin satisfait ou insatisfait, chacun peut ressentir différentes émotions.

Si les joueurs ne parviennent pas à gérer les espaces de parole, l'animateur jouera à tour de rôle avec chaque participant, qui choisira une émotion et un besoin correspondant au visage proposé. L'animateur pourra ensuite interroger les autres joueurs : « est-ce que ça pourrait nous faire penser à un autre besoin ? ».

Avantages et limites de l'outil

Avantages

L'outil est ludique et s'inspire de la Communication Non Violente, en proposant de faire des liens entre les émotions exprimées et les besoins ressentis.

L'outil permet de travailler sur la créativité et l'empathie en offrant une variété d'interprétation pour chaque émotion proposée.

Limites

La liste des besoins proposés est limitée. L'animateur pourra introduire une variante du jeu en laissant libre cours à l'imaginaire des participants.

Pistes d'utilisation et outils complémentaires

Les joueurs peuvent proposer un besoin insatisfait sans avoir à choisir une carte, en utilisant leur imaginaire.

Pour les joueurs les plus jeunes, il est possible de jouer avec cinq émotions, en retirant les cartes (« visage » et « émotion » correspondant au « dégoût » et à la « honte », plus complexes à appréhender.

Avec des joueurs expérimentés, l'animateur pourra solliciter la créativité des participants en leur proposant d'inventer une situation à l'origine de l'émotion exprimée, ainsi qu'une résolution : « la petite fille est tombée en faisant du vélo. Elle s'est fait mal au genou. Elle a besoin de réconfort, alors elle est triste. Son papa vient l'aider et lui fait un câlin, alors maintenant elle ressent de la joie ».

Une autre variante consiste à faire des liens entre différentes émotions, en proposant des résolutions : « Elle a peur parce que sa chambre est dans le noir. Elle a besoin d'être rassurée. On allume une petite lumière dans le couloir, et on laisse sa porte entrouverte, alors elle est rassurée. Elle se sent apaisée, elle est heureuse. » Le joueur placera face à lui les différentes cartes correspondant à la situation, ici : « peur », « besoin d'être rassuré », « joie ».

Affirmations proposées

- Il existe 7 émotions : joie, colère, peur, dégoût, tristesse, surprise et honte.
- Les émotions ressenties peuvent renvoyer à des besoins satisfaits ou insatisfaits. Exemple : Le personnage ressent de la tristesse, parce qu'il a besoin de tendresse ; la petite fille exprime de la joie, elle a besoin de rigoler.

Si j'étais à sa place

Description : Des cartes sur lesquelles sont proposées des situations sont montrées aux joueurs, qui doivent répondre à deux questions : « que ferais-tu à sa place ? » et « À qui pourrais-tu en parler ? ».

Type de support : Jeu de rôle

Profil du public : Enfants

Âge du public : 6 à 10 ans

Thématique principale : Vie affective et sexuelle

Éditeur : CRIAVS Île-de-France

Date : 2020

Fiche descriptive

Utilisation

- En individuel / en groupe
- Avec animateur

Types de savoirs développés par le support

Le développement de savoir



Le développement de savoir-être



Objectifs pédagogiques de l'outil

Au cours de l'animation, les participants pourront :

- Apprendre à verbaliser les émotions ressenties
- Apprendre à gérer des situations complexes
- Repérer les adultes référents à interpeller en cas de problème

Thèmes abordés

Vie affective et sexuelle / Relations affectives et amoureuses

Compétences psychosociales mobilisées

- Savoir résoudre les problèmes / Savoir prendre des décisions
- Avoir une pensée critique
- Savoir communiquer efficacement / Être habile dans ses relations
- Avoir conscience de soi / Avoir de l'empathie pour les autres
- Savoir gérer ses émotions / Savoir gérer son stress

Matériel

L'outil se compose de deux cartes « questions » sur lesquelles figure une question à laquelle doit répondre le joueur, et de 11 cartes « situation » sur lesquelles est inscrite une situation spécifique (10 situations différentes).

Les cartes sont disponibles au téléchargement à l'adresse :

<https://violences-sexuelles.info/dl/atelier-des-emotions-cartes.pdf>

Consigne

L'animateur place les deux cartes « question » face aux joueurs. Il propose ensuite une carte « situation ». Les joueurs proposent chacun leur tour une réponse à chacune des deux questions.

L'animateur invite les participants à expliquer leur choix, et à chercher d'autres réponses, le message sous-jacent étant : « si un adulte ne t'apporte pas l'aide demandée, adresse-toi à un second adulte, puis un troisième, etc. ».

Conseils d'utilisation de l'outil

L'animateur pourra introduire le jeu en expliquant que, pour chaque personne, nous réagissons différemment à des situations, et que pour une situation vécue comme heureuse pour certains, d'autres ressentiront de la peur ou de la colère.

Pour chaque situation, les participants écoutent les ressentis des autres joueurs et verbalisent leurs propres ressentis. Pour chaque situation nécessitant de faire appel à un adulte, les joueurs proposeront leurs idées, qui inspireront les autres participants, leur permettant d'avoir en tête une multitude d'adultes référents.

Avantages et limites de l'outil

Avantages

L'outil est ludique et invite à exercer son empathie en se mettant à la place d'un personnage confronté à différentes situations, tantôt heureuses, tantôt angoissantes ou dangereuses.

L'outil permet de repérer les adultes pouvant offrir une aide aux enfants.

Limites

La liste des situations est limitée. L'animateur pourra introduire une variante du jeu en laissant libre cours à l'imaginaire des participants.

Pistes d'utilisation et outils complémentaires

Les joueurs peuvent proposer une situation sans avoir à choisir une carte, en utilisant leur imaginaire.

Dans un second temps, les joueurs peuvent être invités à répondre à d'autres questions :

- Est-ce que vous vous êtes déjà retrouvé dans une situation similaire, ressemblante ?
- Est-ce que vous avez déjà été dans une situation où vous avez eu besoin de demander de l'aide à des adultes ? Est-ce que ces adultes vous ont aidé ? Et s'ils n'avaient pas pu vous aider, à quels autres adultes auriez-vous pu demander de l'aide ?

Affirmations proposées

- Certaines situations problématiques nécessitent de faire appel à un adulte :
 - Dans la cour, des grands embêtent mon copain, qui se met à pleurer.
- Certaines situations potentiellement problématiques ne nécessitent pas forcément de faire appel à un adulte :
 - Je veux jouer au foot avec mes copains, mais ils ne veulent pas.
 - Un voisin est triste, il a perdu son petit chien. Il me demande de l'aider à le chercher.
 - Dans les vestiaires de la piscine, je dois me changer devant tout le monde.
- Certaines situations potentiellement problématiques nécessitent de faire appel à un adulte, en fonction de différents critères :
 - Ma copine m'a confié un secret. J'aimerais bien en parler, mais j'ai promis de ne pas le répéter.

Cette dernière situation invite le joueur à différencier les bons et les mauvais secrets, ceux renvoyant à un ressenti agréable (fête d'anniversaire surprise...) et ceux renvoyant à un ressenti désagréable, mettant mal à l'aise (quelqu'un menace, intimide, fait mal, fait quelque chose d'interdit...) et nécessitant impérativement l'aide d'un adulte.

Prévenir les violences sexuelles

Le site violences-sexuelles.info propose de nombreux outils et des supports de prévention : vidéos, livres, dépliants, affiches, jeux...



En libre téléchargement sur
violences-sexuelles.info

Le CRIAVS Île-de-France est un service des Hôpitaux de Saint-Maurice, établissement public de santé. À la fois centre ressource et lieu de soutien et de recours pour les professionnels intervenant auprès des auteurs de violences sexuelles.

Le CRIAVS Île-de-France organise tout au long de l'année des formations et des événements gratuits destinés aux professionnels. Rendez-vous sur **criavs.fr**.

Le site violences-sexuelles.info est géré en partenariat avec l'Association Une Vie®, investie dans la prévention des violences sexuelles. Plus d'infos sur **1vie.org**.

