

ACCUEILLIR OU ÉTEINDRE L'ÉMOTION

Accueillir l'émotion, c'est dire à l'enfant
« je t'accepte entièrement ».

C'est également envoyer le message que
l'émotion est normale et nécessaire.

Bougribouillons.fr

ILIAS A PERDU SON DOUDOU

Ne sois pas triste,
ne pleure pas,
on va le retrouver
ton doudou.

Je vois que tu es
très triste d'avoir perdu
ton doudou. Il est très
important pour toi.

L'émotion est niée
l'enfant apprend
à l'enterrer.

L'émotion est
nommée,
l'enfant apprend
à la reconnaître.



LOU A PEUR DU JOUET QUI BOUGE

N'aie pas peur,
c'est juste
un jouet.

Je vois que tu as très peur
de ce jouet, il fait
beaucoup de bruit, et
bouge sans prévenir.

L'émotion est niée
l'enfant apprend
à l'enterrer.

L'émotion est
nommée,
l'enfant apprend
à la reconnaître.



Verbaliser les émotions, c'est offrir à l'enfant la possibilité de développer sa conscience et son vocabulaire émotionnel.

Plus tard, il saura reconnaître et vivre son émotion,
sans déborder ni se couper de lui-même.



Bougribouillons.fr pour

les pros de la
petitenfance