

COMPRENDRE LES ÉMOTIONS

« Feelinks »

12 - 18
ans

30
min.

1 - 25
pers.



Description & Compétences

Ce module permet d'aborder les sentiments en duo. Essayons de deviner quel sentiment ressent notre partenaire.

- Comprendre que nos sentiments sont propres
- Comprendre ce qui cause une émotion

Matériel & Supports

- Feuilles de papier
- Crayons et stylos
- Fiche d'animation
- Présentation
- Affiches murales CLE

Pour toute information et/ou renseignement, contacter le centre Infor Jeunes

085/21 57 71

www.inforjeuneshuy.be

DÉROULEMENT

Mise en place (3')

Former des groupes de 2 personnes. Chaque participant prend une feuille de papier sur laquelle il trace deux colonnes : l'une pour la situation, l'autre pour l'émotion.

Placer les affiches murales dans chaque coin de la pièce.

Feelinks (25-30')

À l'aide d'une liste de situations préparée au préalable, l'animateur expose une situation aux participants. Ceux-ci remplissent individuellement leur tableau en indiquant l'émotion qu'ils ressentiraient dans la situation citée.

Il est ensuite demandé à l'un des membres du duo d'aller se placer dans le coin qu'il pense correspondre à l'émotion de son partenaire.

On vérifie s'il se positionne au bon endroit et on demande la correction si nécessaire au partenaire.

On répète ensuite l'opération en inversant les rôles du duo.

Et ainsi de suite autant de fois qu'on le désire.

Conseils

La liste des situations peut soit être préparée par l'animateur, soit être obtenue grâce à l'EXPREMOTION.