



# RENCONTRE PIC

Par Kristina et Frédérique

## Problèmes ciblés:

- Gestion et expression des émotions
- Gestion de conflits

## Intention ciblée:

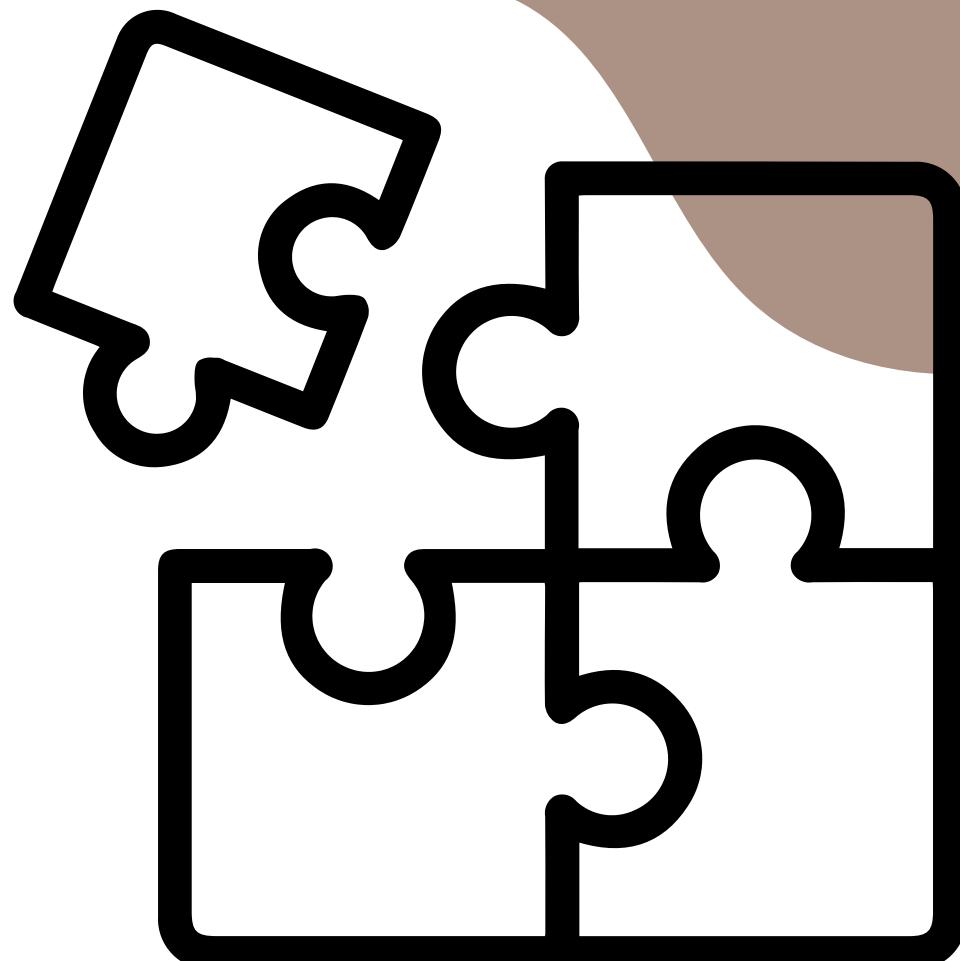
- Amener l'enfant à reconnaître et exprimer ses émotions ainsi qu'à gérer ses conflits de manière autonome et appropriée.

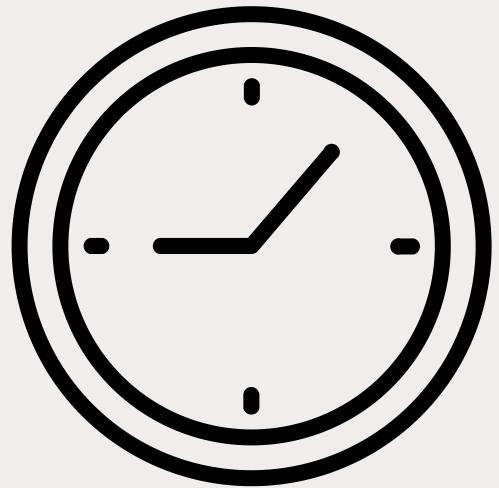




# Interventions

- Ateliers (avec Karianne et Florence)
- Musicothérapie
- Albums jeunesse
- Coin calme (modélisation)
- Yoga (gymnase)
- Mises en situations
- Manifestations physiques
- Marguerites des choix (émotions)
- Boom Learning
- Techniques d'impact
- Outil d'identification des émotions
- Inside Out (film)





# Échéancier

	Semaine 1	Semaine 2	Semaine 3
Activités	Ateliers avec les TES	Mises en situation	Film Inside out
	Musicothérapie	Yoga	Techniques d'impact
	Outil d'identification des émotions	Manifestations physiques	Stéthoscope
		Marguerites des choix	
		Coin calme (modélisation)	

\*\*Les albums jeunesse et les Boom Learning seront placés un peu partout durant les trois semaines.

# L'observation du projet



Traces utilisées :

- Grille
- Dessins
- Vidéos



# Ressources matérielles

- Marguerites de choix (affiches)
- Gymnase (Yoga) avec des tapis
- TNI pour projeter le film
- Outil d'identification des émotions
- Albums jeunesse
- Coin calme
- Matériel pour les techniques d'impact



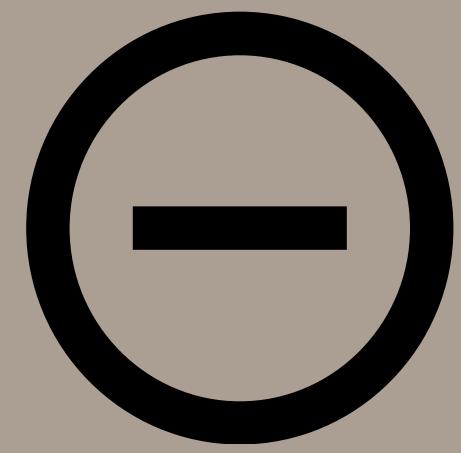
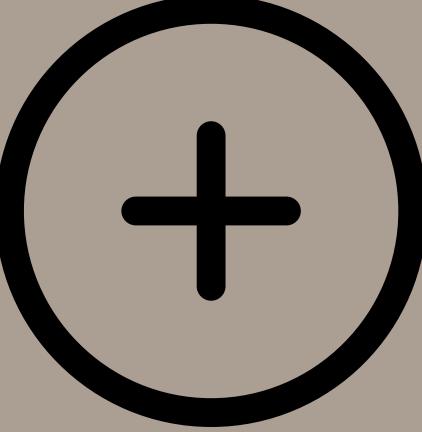
# Analyse critique

Limites et obstacles :

- Contrainte de temps (orthophoniste)
- Absences pendant les ateliers

Forces:

- Diverses stratégies et divers contextes
- Approfondissement du lien d'attachement du groupe
- Constance et cohérence du vocabulaire utilisé (TES)



# Revue scientifique

## Article de Rosalie Côté et Audrey-Anne Tremblay

### Avantages:

- Projet similaire (littérature jeunesse, coin clame et activités en classe)
- Touche aussi les compétences socioémotionnelles (expression, compréhension et régulation des émotions)

### Bonifications de notre projet:

- Découverte et expérimentation de diverses stratégies complémentaires (yoga au gymnase, outil de gestion des émotions, marguerites de choix, musicothérapie, activités interactives, mises en situation).
- Permet aux élèves de réinvestir les stratégies de manière autonome.
- Réinvestissement dans divers contextes (3 semaines).
- Inclusion d'adultes divers (TES, orthophoniste).

### Les compétences socioémotionnelles essentielles au préscolaire

fin de répondre à nos objectifs, nous allons d'abord définir les concepts clés qui encadreront nos analyses. Tel que mentionné, cet article s'intéresse à l'influence du

soutien de l'adulte sur le développement des compétences émotionnelles. Nos trois concepts ciblés sont donc l'expression, la compréhension et l'autorégulation des émotions.

Tout d'abord, les compétences socioémotionnelles regroupent un ensemble d'habiletés qui permettent aux enfants de reconnaître, d'exprimer, de comprendre et de réguler leurs émotions tout en développant des relations harmonieuses avec les autres. Ces compétences se définissent en trois composantes principales: l'expression, la compréhension et la régulation des émotions (INSPQ, 2022).

#### COMPÉTENCES SOCIOÉMOTIONNELLES

L'expression      La compréhension      La régulation

L'expression des émotions est la première compétence socioémotionnelle, cette habileté fait référence à la capacité de l'enfant à exprimer verbalement et non verbalement, par des gestes ou des expressions faciales, ses émotions (Bouchard, 2019).

La compréhension des émotions repose sur la capacité d'une personne, plus particulièrement d'un enfant, à reconnaître et nommer ses émotions ainsi que celle des autres (Bouchard, 2019). Cette habileté est essentielle pour le développement socioémotionnel de l'enfant, car elle constitue la base de la régulation émotionnelle et des compétences sociales.

L'autorégulation des émotions est l'habileté qui permet à l'enfant d'exercer un contrôle sur ses émotions et ses comportements, qui lui permet ainsi de créer des relations positives avec ses pairs (Montmigny, 2020). Cette compétence se développe de manière graduelle chez l'enfant par l'interaction avec son enseignante et ses pairs. Le développement de l'autorégulation passe d'abord par différents processus, dont la régulation externe et la corégulation, pour finalement atteindre l'autorégulation (Montmigny, 2018).

### Mise en contexte et interventions

Dans nos classes de stage, plusieurs stratégies ont été mises en place pour soutenir les élèves dans leur processus vers l'autorégulation et ainsi favoriser le développement de leurs compétences socioémotionnelles. Ces approches visaient à aider les élèves à reconnaître, comprendre et réguler leurs émotions, en leur offrant des outils concrets pour exprimer ce qu'ils ressentent et ainsi retrouver leur calme.

#### *L'exploitation de la littérature jeunesse*

Une des stratégies principales utilisées était l'exploitation de la littérature jeunesse à travers des lectures interactives. En lisant des albums jeunesse axés sur les émotions de la joie, la tristesse, la peur et la colère, les enfants découvraient un vocabulaire qui leur permettait de mieux identifier et verbaliser leur émotion. En accompagnant les lectures avec des questions ouvertes et des discussions en grand groupe, cela permettait l'expression des émotions et l'identification de moyens concrets pour réguler les émotions (Bouchard, 2019). Cette approche est autant bénéfique pour les élèves allophones, qui peuvent associer de nouveaux mots à des situations vécues et ainsi mieux communiquer leurs états émotionnels. Après la lecture et la discussion, les élèves étaient invités à représenter une émotion à travers un dessin, en illustrant une situation dans laquelle ils ont ressenti cette émotion. Cette activité leur permettait de faire des liens avec leurs expériences personnelles et d'exprimer visuellement leurs sentiments. Puis, dans une démarche de dictée à l'adulte, chaque enfant expliquait son dessin et l'adulte écrivait ses paroles et un moyen pour revenir au calme si l'émotion était la peur, la tristesse ou la colère.

#### *L'aménagement d'un coin doux*

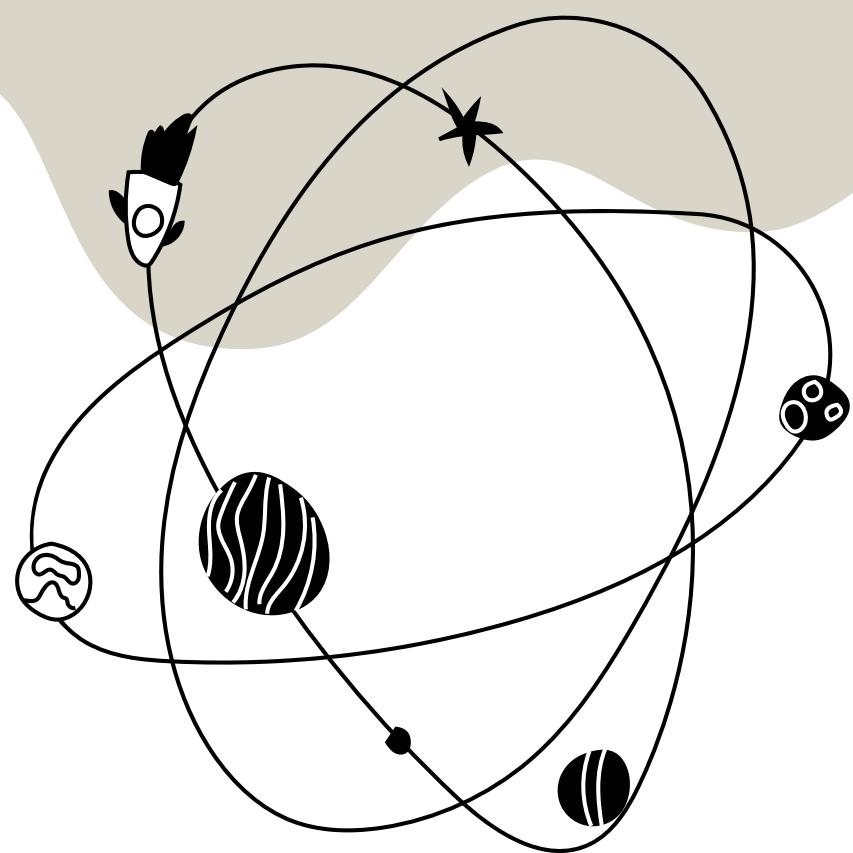
Aussi, l'aménagement d'un coin doux dans nos classes constitue un espace sécurisant où les élèves pouvaient se retirer lorsqu'ils ressentaient le besoin de se calmer. Cet espace était équipé d'objets sensoriels, tels que des balles antistress, des coussins lestés, des bouteilles de retour au calme, des toutous, etc. Tous ces objets permettaient aux enfants d'expérimenter différentes techniques pour revenir au calme. Cette approche favorise une régulation autonome des émotions, en offrant aux élèves des moyens concrets pour réguler leurs réactions face à différentes situations (Montmigny, 2018).

#### *Activités sur les émotions*

Puis, d'autres outils complémentaires ont été intégrés au quotidien dans nos classes de stage pour aider les élèves à identifier et gérer leurs émotions. Les cartes bougeottes, inspirées du yoga et des mouvements de pleine conscience, qui permettaient aux enfants d'évacuer leur trop-plein d'énergie par des exercices physiques adaptés. Il y avait aussi les pictogrammes illustrant les émotions et les stratégies de retour au calme qui servaient de repères visuels accessibles à tous les élèves. Grâce à ses supports, les enfants développaient progressivement des stratégies pour réguler leurs émotions. Finalement, le dé des émotions était une activité intégrée afin d'amener les élèves à identifier les émotions primaires, soit la joie, la colère, la tristesse et la peur, et ainsi verbaliser des situations où ils peuvent ressentir ces émotions et même des moyens qu'ils utilisent afin de gérer ces émotions. Cette activité permet aussi de développer le vocabulaire émotionnel des enfants.



# Liens pédagogiques



- Comme vu dans les cours DID-1003 et DID-2011, le fait d'impliquer les élèves dans le projet et de leur permettre de vivre des expériences concrètes favorise grandement leur engagement et leurs apprentissages.
- Comme vu dans le cours ENP-2710, la variété des interventions pédagogiques permet de rejoindre davantage d'élèves et d'enrichir les apprentissages.
- Lien d'attachement (enfants/adultes et enfants/enfants) (Caroline Bouchard, 2019)

# Questions

1. Pensez-vous que les objectifs ciblés sont réalistes et adaptés en fonction du temps dont nous disposons ?
2. Pensez-vous que notre projet pourrait être réinvesti dans l'école à moyen ou long terme ?

# MERCI

