

Gestion des émotions dans nos classes :

L'avale-soucis et la porte des petits bonheurs !



L'avale-soucis

Cette peluche douce et colorée est dotée d'une bouche en fermeture éclair qui sert à engloutir soucis, peurs et chagrins des enfants. Aussitôt avalés, leurs sujets d'anxiété préalablement formulés sur un bout de papier disparaissent et sont oubliés. L'Avale-soucis, de sa bouche fermée en un éclair, peut tout autant s'occuper des petits chagrins de la maternelle que des petits conflits entre pairs au cycle 3!



« Et pourquoi pas un projet sur Le bonheur? »

La « porte-bonheur » : les élèves écrivent un de leurs petits bonheurs sur un post-it et le collent sur la porte. À tout moment de la journée, aussitôt qu'ils ont une caresse au cœur, ils sont invités à l'écrire sur un post-it et à l'ajouter à notre porte. Leur post-it peut rester anonyme et s'ils préfèrent le mettre derrière la porte ils peuvent le faire aussi. Ceci permet aux élèves de non seulement se concentrer sur le positif et d'apprécier le moment présent mais également de reconnaître ce qu'est le bonheur pour eux.

[Cliquez ici !](#)