



Nom de l'activité : Mes sentiments à travers les couleurs

Groupes défavorisés (enfants ayant des besoins particuliers, migrants, enfants confrontés à des barrières linguistiques, enfants vulnérables). Convient à tous les niveaux de développement.

Durée : 20 à 25 minutes

Résultats d'apprentissage / Objectifs :

- Aider les enfants à exprimer leurs émotions par d'autres moyens lorsqu'ils ne parviennent pas à les verbaliser pendant le processus de deuil.
- Offrir une occasion de partager ses émotions dans un environnement sûr.
- Permettre à l'enseignant d'observer les besoins émotionnels des élèves.

Matériel :

- Peintures, pastels ou feutres de couleur.
- Grandes feuilles de papier.
- Cartes illustrées représentant des expressions émotionnelles simples (joyeux, triste, en colère, surpris, etc.) — facultatif.

Guide pédagogique (pour l'enseignant) :

1. L'enseignant prépare les peintures de couleur, le papier et les cartes illustrées représentant des émotions simples (facultatives) qui seront utilisées pendant l'activité.
2. L'enseignant explique aux enfants que les couleurs peuvent être utilisées pour exprimer des émotions. « Il est parfois difficile d'exprimer nos sentiments avec des mots. Aujourd'hui, nous allons exprimer nos sentiments avec des couleurs. »
3. On distribue aux enfants du papier et des crayons de couleur ou de la peinture.
4. L'enseignant demande : « Quelles couleurs utiliseriez-vous pour vous décrire aujourd'hui ? Quelles émotions ressentez-vous, et quelle couleur utiliseriez-vous pour les montrer ? »
5. Les enfants font leurs dessins. Ceux qui le souhaitent peuvent décrire leur dessin par une petite phrase ou en montrant du doigt.
6. L'enseignant aborde le travail de chaque enfant avec sensibilité, sans porter de jugement.
7. À la fin de l'activité, le message « Chaque émotion a de la valeur. Nous avons tous des couleurs différentes » est mis en avant.
8. Tout au long de cette activité, l'enseignant doit porter une attention particulière aux enfants qui ressentent des émotions négatives. Si des situations préoccupantes surviennent (telles que l'apathie, des réactions excessives ou un refus de coopérer), celles-ci doivent être notées et signalées au service d'orientation et de soutien psychologique.

À la fin de l'activité (résultats attendus) :

- Les enfants auront exprimé leurs émotions en toute sécurité.
- Les élèves qui ont des difficultés à s'exprimer verbalement auront également l'occasion de s'exprimer.

- L'enseignant peut observer l'état émotionnel des élèves et identifier les besoins individuels en matière de soutien.

Conseils aux enseignants :

- Soyez patient : chaque enfant a besoin d'un temps différent pour s'exprimer ; certains commencent immédiatement, tandis que d'autres peuvent mettre beaucoup de temps.
- Respectez le langage d'expression de l'enfant : certains n'utilisent que des couleurs, d'autres dessinent des formes, d'autres encore ajoutent des mots. Toutes ces formes d'expression sont valables.
- Ne portez pas de jugement : posez des questions encourageantes telles que « Que te fait ressentir cette couleur ? » plutôt que des questions insistantes comme « Pourquoi as-tu choisi cette couleur ? »
- Tenez compte des différences culturelles : pour les enfants issus de l'immigration ou de cultures différentes, la signification symbolique des couleurs peut varier.
- Observez : l'intensité émotionnelle de l'enfant, les couleurs qu'il choisit et son comportement fournissent des indices à l'enseignant ; prenez des notes et apportez un soutien individuel si nécessaire.
- Créez un environnement sûr : ne mettez pas la pression sur les enfants qui ne souhaitent pas s'exprimer. Leur silence est également une forme d'expression précieuse.