

L'Intello-émotif

Trousse d'ateliers sur la reconnaissance des émotions
et des stratégies d'autorégulation

Exprime-toi!

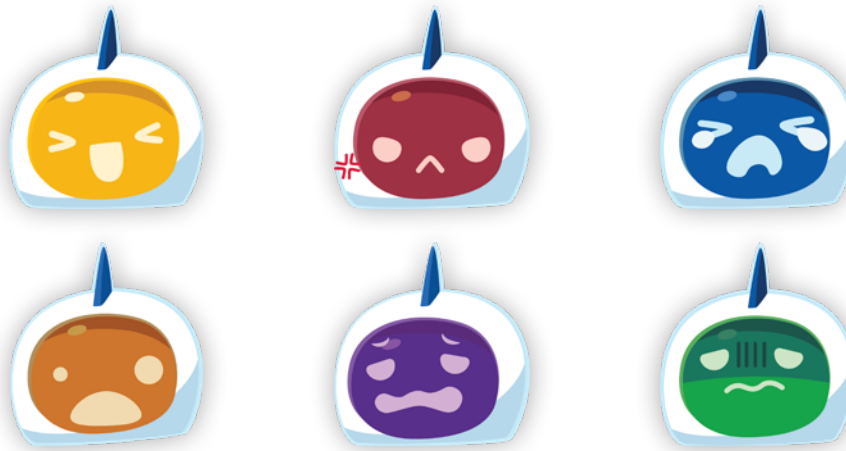


Atelier : Exprime-toi!

Durée de l'atelier : 10 minutes

Déroulement de l'atelier

Animateur : Connaissez-vous les émojis ? Êtes-vous en mesure de reconnaître ceux qui se trouvent à l'écran ?



Élèves : (Écouter les réponses des élèves, renchérir, leur poser des questions, les encourager, leur donner de la rétroaction non verbale.)

Animateur : Pouvez-vous me dire à quoi servent les émojis ?

Élèves : (Écouter les réponses des élèves, renchérir, leur poser des questions, les encourager, leur donner de la rétroaction non verbale.)

Animateur : Les émojis sont de petites images qui remplacent des mots. Souvent, on les utilise pour exprimer une émotion lorsqu'on envoie un texto. Ils nous aident à exprimer rapidement la façon dont on se sent. C'est d'ailleurs l'une des raisons pour lesquelles on a plus de facilité à s'exprimer au moyen de nos appareils électroniques ! Est-ce que ce que je dis a du sens pour toi ? Es-tu d'accord avec ce que je dis ?

Élèves : (Écouter les réponses des élèves, renchérir, leur poser des questions, les encourager, leur donner de la rétroaction non verbale.)

Animateur : Par contre, on n'a pas toujours accès à nos appareils électroniques pour exprimer nos émotions. Parfois, il est important d'être en mesure d'exprimer la façon dont on se sent à l'aide de mots.

Animateur : Avec l'aide d'Intello, on va déterminer la façon dont on peut exprimer la joie à l'aide de mots et d'expressions. N'hésitez pas à proposer des expressions que vous connaissez tout en demeurant ouverts aux nouveaux mots ou aux nouvelles expressions que nous propose Intello.

L'Intello-émotif

Trousse d'ateliers sur la reconnaissance des émotions
et des stratégies d'autorégulation

Lexique de la « Joie »



Mots

Paisible
Calme
Joyeux
Jovial
Content
Gai
Enthousiaste
Enchanté
Heureux
Emballé
Excité
Euphorique

Expressions

J'ai des papillons dans le ventre.
Être heureux comme un poisson dans l'eau.
Être au 7e ciel.
Être au comble de la joie.
Être sur un petit nuage.
Être aux anges.
Sourire jusqu'aux oreilles.
Être gai comme un pinson.

Mots et expressions en contexte

- Je suis **heureux** d'être invité à la fête.
- Notre capitaine est **contente** de notre réussite.
- Je suis **emballé** par ce projet.
- Jason est **excité** d'aller voir ce film avec ses amis.
- Lorsqu'il se retrouve en forêt, Jonathan est **heureux comme un poisson dans l'eau**.
- Ma petite cousine est toujours **gaie comme un pinson**.