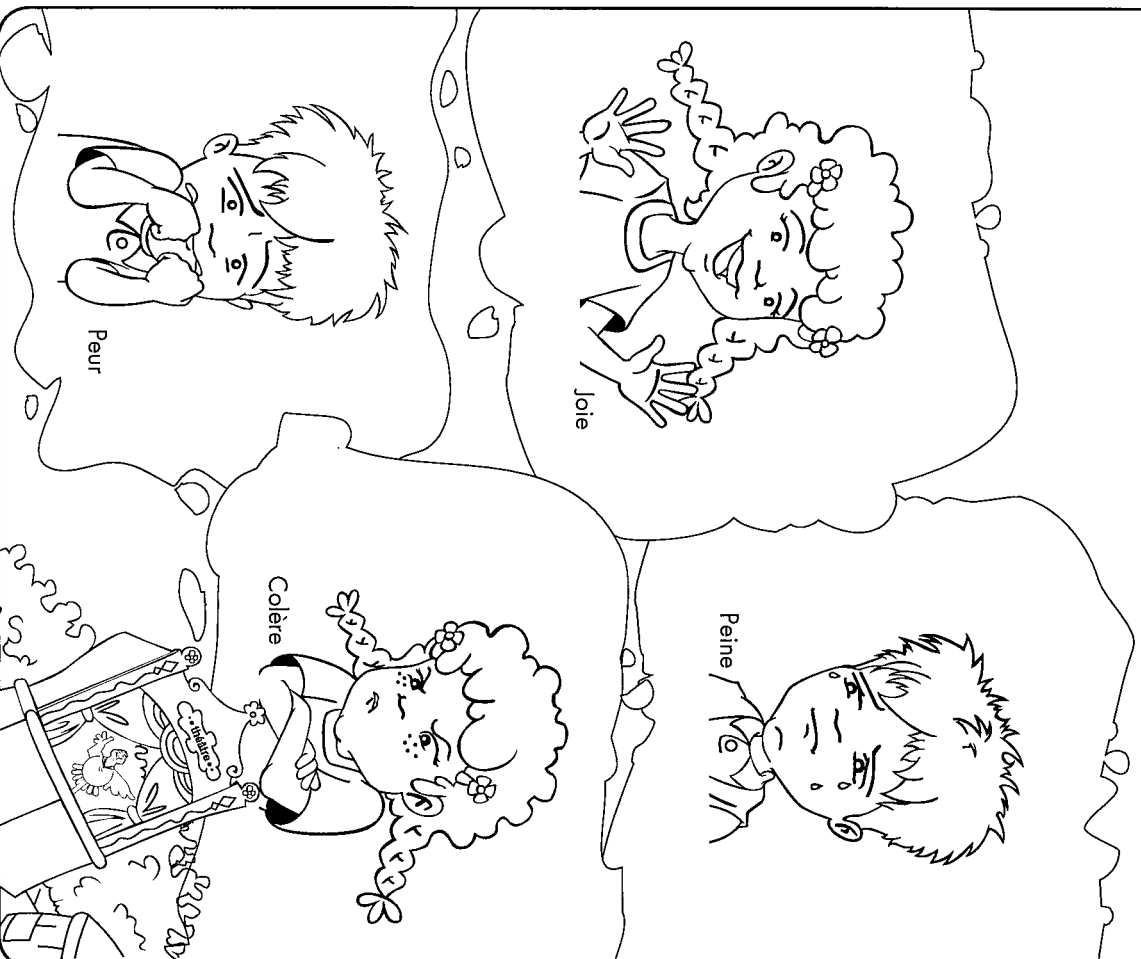


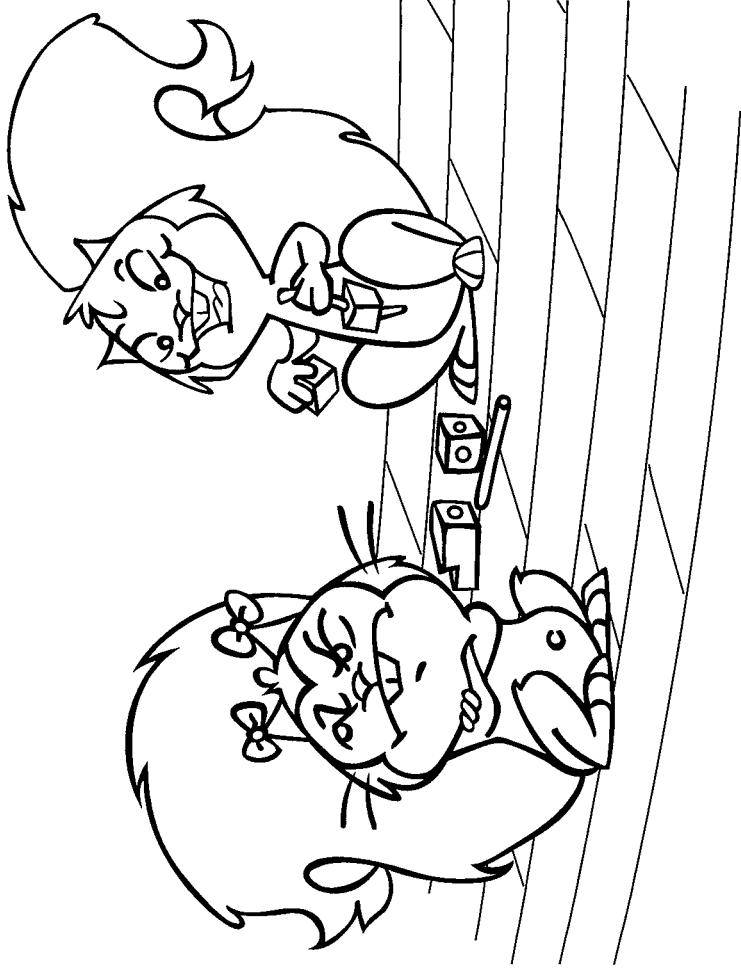
Les Sentiments



La famille Écureuil



Noisette l'écureuil habite au creux d'un arbre dans le parc du quartier de Mme Pacifique. Avec sa maman, son papa et son grand frère Cachou, elle apprend à mettre en pratique les conseils de Mme Pacifique.



Aujourd'hui, c'est samedi et Noisette a toute la journée pour jouer.

Elle va voir son grand frère Cachou et lui propose de jouer avec elle. Il lui répond qu'il est trop occupé, car il doit construire un nouveau robot.

Noisette est fâchée.

Chers Parents,

Dernièrement, au cours de leur visite dans le quartier de Mme Pacifique, les enfants ont appris à reconnaître les sentiments de joie, de peine, de colère et de peur.

Il est important pour les enfants de mettre des mots sur ce qu'ils ressentent plutôt que d'agir sous l'impulsion de leurs sentiments. Ainsi, apprendre à reconnaître et à nommer le sentiment aidera votre enfant à bien s'entendre avec les autres et à jouer en harmonie.

Trucs pour la maison

Aidez votre enfant à reconnaître et à nommer ses sentiments :

- En lui nommant les signes physiques que vous percevez.
Ex. : Tu as les yeux grands ouverts, tu trembles, est-ce que tu as peur?
- En lui reflétant les sentiments que vous percevez dans diverses situations.
Ex. : J'ai l'impression que tu es triste...
- En nommant vos sentiments.
Ex. : Je suis content(e) quand tu m'aides.

Le papa de Noisette regarde la roue et dit : « Mais c'est très facile à réparer ! » Et il remet en place la roue du camion.

Noisette est contente de voir que le camion est réparé. Elle court retrouver son frère. Que d'émotions !



Noisette retourne dans le salon et trouve un beau camion jaune, le préféré de Cachou.

Elle joue à faire rouler le camion en le tirant par une corde, mais tout à coup, bing ! Le camion perd une roue.

Noisette a peur de la réaction de son frère Cachou. Elle vient de briser son camion préféré. Elle décide donc de le cacher derrière la bibliothèque.



Noisette va chercher le camion et la roue, puis lui raconte ce qui s'est passé.

« Je suis triste. J'ai de la peine parce que Cachou cherche son camion partout. Je voudrais bien lui rendre son camion pour qu'on joue ensemble, mais je l'ai brisé. »



Noisette ne se sent pas bien. Elle voit Cachou qui cherche son camion partout et elle a de la peine.

Son papa l'aperçoit et lui demande : « Qu'est-ce qui ne va pas Noisette ? Tu as l'air tout triste ! »

