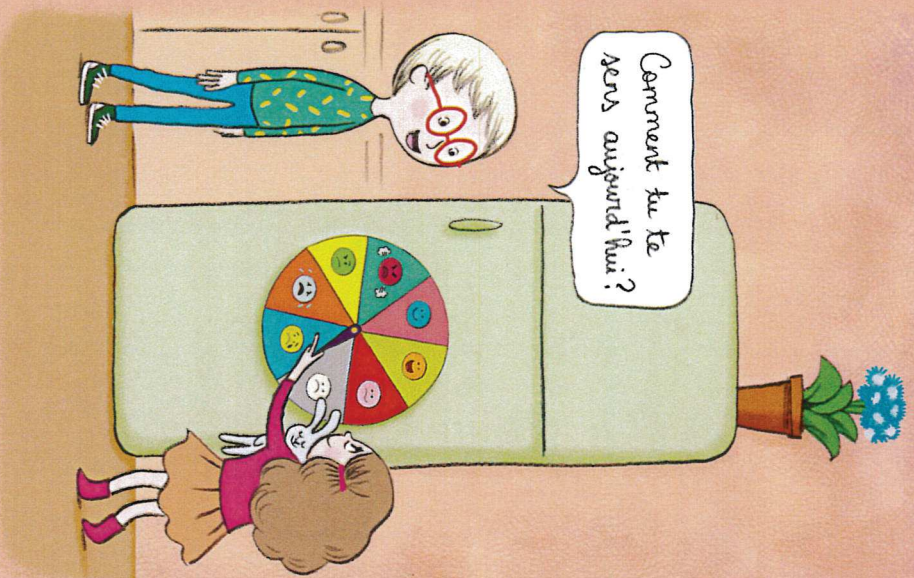
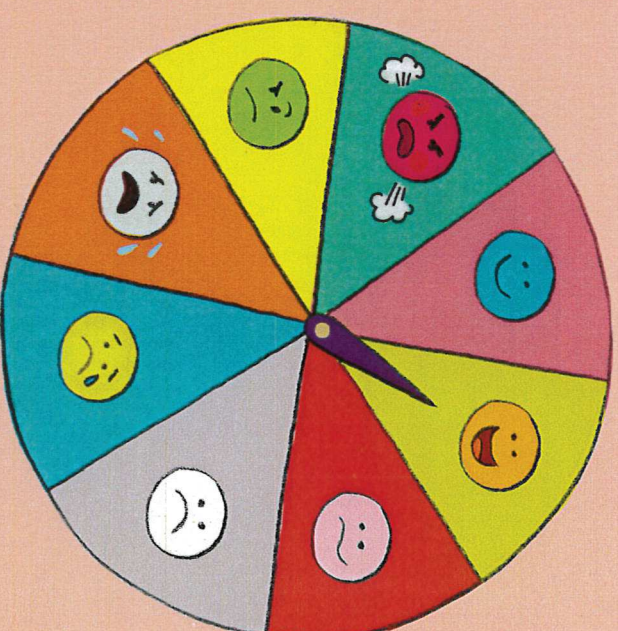


Fabriquer une roue des émotions



- MATÉRIEL**
- Du carton
 - Du papier de couleur
 - De l'adhésif transparent autocollant
 - Une attache parisienne
 - De la colle
 - Un compas
 - Des ciseaux

1. Dessiner un grand cercle sur le carton (diamètre 25 à 30 cm).
2. Découper et recouvrir de papier couleur.
3. Tracer sur le rond 6 à 10 parts égales selon le nombre d'émotions que l'on veut évoquer.
4. Dessiner et colorier (ou imprimer) des « petites frimousses » qui expriment les émotions principales, telles des émoticônes : joyeux, en colère, triste, déçu, rassuré, fâché, content, surpris, désespéré, vexé, etc.
5. Découper ces frimousses et les coller sur la roue (une par part).
6. Découper une flèche dans du carton, la recouvrir de papier couleur.
7. Plastifier la roue et la flèche avec l'adhésif autocollant.
8. Faire un petit trou au centre de la roue et à l'extrémité non pointue de la flèche.
9. Assembler la roue et la flèche avec l'attache parisienne.
10. Placer cette roue à un endroit stratégique et accessible à l'enfant pour qu'il puisse lui-même indiquer, avec la flèche, ce qu'il ressent.



Vous pouvez jouer en famille aux jeux « Je ressens » et/ou « Ma petite bouille », ils sont à la fin du chapitre. Des jeux rigolos pour se mettre dans tous ses états ! Pour parler avec votre enfant, raconter, mimer les émotions qui nous traversent.

Pour lui dire notre découverte de son amour

Rendez grâce au Seigneur : il est bon
Éternel est son amour !

Ps 135, 1-2



Pour lui confier notre joie

Louez Dieu dans son temple saint,
louez-le pour ses actions éclatantes,
louez-le selon sa grandeur !

Ps 150, 1-2

**Pour lui dire notre faiblesse
et lui demander pardon**

Pitié pour moi, mon Dieu, dans ton amour,
selon ta grande miséricorde, efface mon péché.
Ps 50, 3



Quand l'angoisse m'atteint, pour lui demander son aide

Me suis pas loin : l'angoisse est proche,
je n'ai personne pour m'aider,
Mon cœur est comme la cire,
il fond au milieu de mes entrailles.

Ps 21, 12/15



Pour lui dire notre colère

Combien de temps, Seigneur, vas-tu m'oublier,
combien de temps, me caches-tu visage ?
Ps 12, 2

Dans la détresse, pour lui demander son aide

Seigneur... entends ma plainte, accueille ma prière
Se trappelle, toi, le Dieu qui répond : écoute-moi, entends ce que je dis.
Ps 16, 16



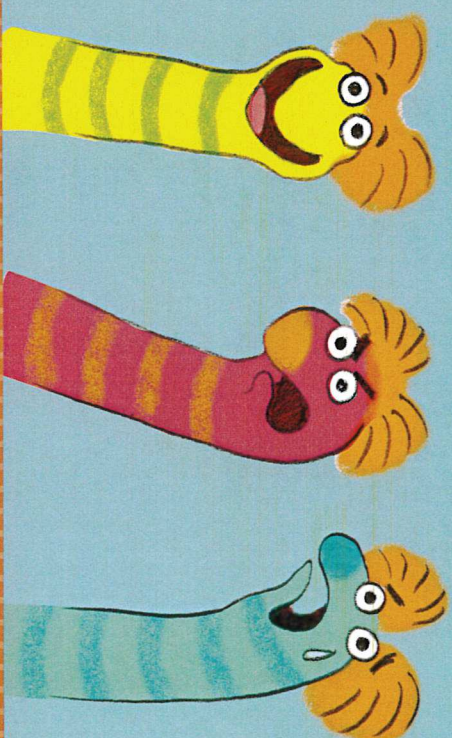
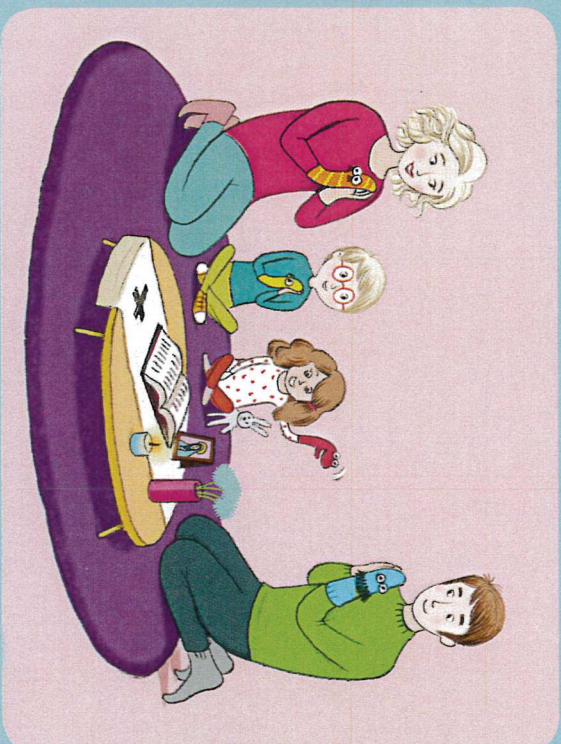
Prière du soir avec ma marionnette

Seigneur, j'étais très fâché.
Ma colère grondait au fond de moi.
Maman m'a écouté.
Tout doucement, le calme est revenu.
Seigneur, tu me connais,
merci d'être toujours avec moi.

Seigneur, aujourd'hui,
c'était trop bien !
J'ai...
Je suis rempli(e) de joie.
Comme c'est bon de me sentir
plein de vie.
Seigneur, tu me connais,
merci d'être toujours avec moi.

Seigneur, je suis trop triste.
Je...
Mon papa m'a pris dans ses bras,
il a essuyé mes larmes.
Tout doucement, mon sourire est
revenu.
Seigneur, tu me connais,
merci d'être toujours avec moi.

*Ce n'est pas toujours facile
d'exprimer ses émotions.
Prendre une marionnette peut
aider l'enfant à verbaliser,
dans le dialogue avec sa
marionnette, ce qu'il ressent.
Ce peut être une manière de
relire sa journée. Le parent
peut aussi avoir sa marionnette
et, dans un dialogue de
marionnette à marionnette,
mettre des mots sur le vécu
de la journée et l'offrir à Dieu.*



Tout au fond de moi

DÉCOUPAGE DES TEXTES BIBLIQUES POUR L'EXPRESSION DES ÉMOTIONS

MODULE / TOUT AU FOND DE MOI

Veillez à bien laisser l'enfant exprimer l'émotion du personnage telle qu'il la ressent, même si elle est différente de nous ressentons.

JOB (*La Bible illustrée des petits*, pp. 92-93)

| | |
|---|---|
| 1 | Job est un homme juste et bon. Un jour, sans raison, il perd tout. Il tombe malade. Il se retrouve tout seul, et même ses amis le laissent tomber. |
| 2 | Ils murmurent dans son dos : « Il a sûrement fait quelque chose de très mal pour avoir autant de malheurs d'un seul coup ! » Job a mal. Il pleure. |
| 3 | Il se met en colère : « Dieu ! Au secours ! Aide-moi ! » |
| 4 | Job est sûr que Dieu l'entend : « Bientôt, tout ira mieux ! J'ai confiance. » Ses amis le prennent pour un fou. Ils se disent entre eux : « C'est sûr ! Dieu l'a abandonné ! » Job ne les écoute pas, il continue à prier, et crie vers Dieu sans arrêt. Finalement, Dieu répond. |
| 5 | Bientôt, Job retrouve la santé, une nouvelle famille, une nouvelle maison et un nouveau travail. C'est une nouvelle vie. |

JONAS (*La Bible illustrée des petits*, pp. 88-91)

| | |
|---|--|
| 1 | Dieu demande à Jonas d'aller à Ninive. Mais Jonas a peur d'aller dans cette grande ville : « Non ! Je n'irai pas ! Les habitants de Ninive sont des voleurs et des brigands ! » Au lieu de partir à Ninive, Jonas désobéit à Dieu. Il saute dans un bateau et s'enfuit en sens inverse. |
| 2 | Soudain, le vent se lève. Les vagues deviennent énormes. Les matelots tremblent de peur. « C'est ma faute, hurle Jonas, c'est Dieu qui se fâche contre moi et qui provoque une grande tempête ! C'est parce que j'ai désobéi. Jetez-moi à la mer. » |
| 3 | Les matelots jettent Jonas par-dessus bord. Il s'enfonce loin, loin, dans un tourbillon, et puis soudain... un énorme poisson l'avale ! La tempête se calme aussitôt. Jonas reste prisonnier dans le ventre du poisson. Pendant trois jours et trois nuits, il prie et demande pardon à Dieu. Le poisson recrache Jonas sur le rivage. |
| 4 | Aussitôt, il part à Ninive. Pendant trois jours, il traverse la ville en criant : « Cessez d'être méchants. Faites confiance à Dieu. » Les habitants de Ninive découvrent que Dieu s'intéresse à eux. Ils décident d'arrêter leurs méchancetés et Dieu leur pardonne. |
| 5 | Jonas n'en revient pas : « Ça alors ! Dieu aime tous les hommes ! » |

CAÏN ET ABEL (*La Bible illustrée des petits*, pp. 16-17)

| | |
|---|--|
| 1 | Aujourd'hui, Adam et Ève ont deux enfants : Caïn et Abel. Caïn est laboureur ; il transpire. Son travail est très fatigant. Abel est berger ; dans les champs, il joue de la flûte et garde les moutons. Caïn est jaloux de son frère : « J'en ai assez ! Ton travail est beaucoup plus facile que le mien et Dieu t'aime sûrement plus que moi ! » |
| 2 | Un jour, Caïn est très en colère. Il attaque Abel et le tue. |
| 3 | Dieu demande à Caïn : « Où est Abel ? » Caïn lui raconte des mensonges. |
| 4 | Alors Dieu lui dit : « Je sais que tu as tué ton frère. C'est très grave. » Caïn demande pardon à Dieu. |
| 5 | Dieu lui répond : « Tu as fait quelque chose de mal, mais moi, je ne te ferai pas mourir et je ne t'abandonnerai jamais. » |