



## Module 3 Résumé

---

En nommant et en comprenant les émotions des enfants, nous leur signalons que nous nous préoccupons de leurs sentiments.

Pour apprendre à exprimer sainement ses émotions, un enfant a besoin de temps et du soutien d'un adulte.



« Quand on parle de mes sentiments, cela nous aide tous les deux à comprendre ce que je ressens et ce que je peux faire par rapport à mes émotions. »

Prenez quelques instants aujourd'hui pour réfléchir aux sentiments que vivent les enfants d'âge préscolaire : joie, colère, tristesse, peur, frustration, excitation. Dessinez ou découpez des visages qui expriment ces sentiments et trouvez des façons de les utiliser avec les enfants, comme en désignant ou en nommant le sentiment qui correspond à ce qu'on ressent à ce moment précis et en expliquant pourquoi nous nous sentons ainsi.