

conseils pour les parents et les éducateurs

Un aspect fondamental de notre éducation et de notre développement en tant que personnes est notre capacité à



identifier et gérer nos émotions de manière positive. Toutefois, il arrive très souvent que les jeunes enfants trouvent difficile de les reconnaître et d'en parler, car elles sont la source de très forts émois.

C'est pourquoi Le Monstre des couleurs est un excellent outil pour aider les enfants à travailler sur leurs

émotions. Le Monstre des couleurs doit séparer ses émotions toutes mélangées, et en l'aidant, les enfants sont à même de réfléchir à ce qui cause chaque émotion, et de le partager avec les autres.

Comme chaque petit garçon et chaque petite fille est entièrement unique et différent et que vous êtes ceux qui les connaissez le mieux, nous proposons les suggestions suivantes pour profiter du jeu et en tirer le meilleur parti :

QU'AVONS-NOUS RESENTI ?

Une fois la partie terminée, vous avez une excellente opportunité pour discuter avec les enfants de ce qu'ils ont ressenti pendant qu'ils jouaient. Demandez-leur s'ils connaissent toutes les émotions que ressent le Monstre, et s'il leur arrive à eux aussi de trouver leurs propres émotions toutes mélangées. Vous pouvez les inclure dans une grande discussion concernant l'importance de savoir séparer ses émotions, et comment cela peut aider les enfants à se comprendre eux-mêmes et à mieux savoir ce que nous aimons et ce qui nous inquiète.

PETITS MONSTRES

Les très jeunes enfants trouvent souvent difficile de parler d'eux-mêmes. Si c'est le cas, quand c'est leur tour d'expliquer ce qui leur fait ressentir telle ou telle émotion, vous pouvez suggérer à la place qu'ils expliquent pourquoi le Monstre des couleurs se sent comme cela. Par exemple : « A ton avis, pourquoi le Monstre est en colère ? »



COULEURS DU JOUR

Une fois que les enfants seront familiarisés avec l'univers du Monstre des couleurs, les couleurs peuvent être utilisées pour leur parler de leur journée, de comment elle s'est passée, d'une manière simple pour eux. Ils peuvent également associer de nouvelles couleurs à de nouvelles émotions. Par exemple : « Comment s'est passée ta journée ? Plutôt bleu, ou jaune ? Pourquoi ? »



UN PLATEAU DE JEU POUR NOS PROPRES ÉMOTIONS

Le Monstre des couleurs se joue sur un plateau qui représente les choses qui l'effraient ou le rendent heureux, l'attristent ou le calment – lui... Mais chaque personne a son propre plateau d'émotions. Vous pouvez travailler avec les enfants pour dessiner tous ensemble votre plateau personnalisé, ou bien chaque joueur peut faire sa propre fiche décrivant ses émotions – une manière de continuer à partager ses sentiments. En connaissent-ils d'autres ?

