



# MALLETTE DES HABLETES SOCIALES

## LES EMOTIONS EN MIME



COMPETENCE GENERALE : Empathie / émotions



HABILETE SOCIALE TRAVAILLEE : Empathie / B.A. BA des émotions



OBJECTIFS :

- Identifier les émotions à partir de leurs expressions sur les visages et de leurs attitudes.
- Connaitre les différentes familles d'émotions.
- Nommer les émotions et enrichir le vocabulaire.



NOMBRE MAXIMUM DE PARTICIPANTS : INDIFFERENT



DUREE : 15 mn



Matériel : cartes émotions dans une enveloppe



# MALLETTE DES HABILITES SOCIALES

Les émotions en mime

## Mise en situation

Chacun leur tour, les personnes volontaires piochent une émotion dans l'enveloppe et la miment devant le groupe.

Une fois l'émotion reconnue par le groupe, l'animateur la note sur un paperboard (noter les émotions les unes en dessous des autres).

Continuer ainsi jusqu'à ce que l'enveloppe soit vide.

## Prise de conscience

« Quel a été votre ressenti en mimant les émotions ? ».

« Était-ce facile ? Difficile ? ». Même question pour les observateurs.

Questionner le groupe sur les regroupements des émotions par catégories :

- Noter les différentes catégories dans une colonne (Peur/Joie/Tristesse/Colère) à côté des émotions déjà notées et relier les émotions aux catégories au fur et à mesure des réponses données par le groupe :

« Quelles émotions vont dans la famille de la peur ? », « quelles émotions vont dans la famille de la joie.... Puis de la tristesse... Puis de la colère ? ».

L'animateur pourra s'aider des réponses données en annexe de cette fiche.

- Les aider en abordant les différentes intensités des émotions à l'intérieur de chaque catégorie.

## Synthèse et généralisation

« Que nous apprend cette activité ? »

Expliquer que le corps parle des émotions et qu'observer les indicateurs des émotions permet de mieux comprendre ce que l'autre ressent et donc de mieux savoir comment réagir (s'isoler, reconforter, alerter, etc.).



# MALLETTE DES HABLETES SOCIALES

## Annexe

### Réponses

Intensité de l'émotion	Joie	Peur	Colère	Tristesse
	Heureux	Paniqué	Furieux	Malheureux
	Ravi	Stressé	Fâché	Découragé
	Enthousiaste	Inquiet	Agacé	Chagriné
	Décontracté	Mal à l'aise	Mécontent	Déçu