

Sélection d'outils disponibles au CoDES 05 Compétences Psycho-sociales chez les enfants

Adultes



Jeu

Cartons respirer !

Midi trente, 2023

Ces cartons psychoéducatifs illustrés présentent 27 exercices de respiration inspirés des techniques de cohérence cardiaque, du yoga et de la méditation en pleine conscience. Ils ont pour objectif de permettre une meilleure gestion du stress et l'anxiété, tout en améliorant divers aspects de la santé physique et mentale.



Jeu

Camina

BERTOIA Michèle, THER Carine, POUPAERT Nadège, Camies, 2022

Ce jeu propose de connaître et cultiver les différentes forces/qualités humaines, les reconnaître en soi et les souligner chez les autres. Il s'agit, grâce à une communication centrée sur les points positifs de chacun, d'accueillir avec douceur ses vulnérabilités et ses forces en développement.



Jeu

Can YOU ? / Le jeu des privilèges

VIMONT Claire, TOPLA, 2022

Ce jeu de cartes permet de réfléchir aux privilèges et aux discriminations que l'on peut rencontrer. Les privilèges dépendent de différents critères : la classe sociale, l'origine ethnique, le genre, l'orientation sexuelle, la religion, l'état de santé, l'apparence physique... Après avoir tiré une carte "Personnage", les participants se place en ligne au fond d'une salle ou dehors. L'animateur lit les cartes "Affirmation" une par une. Si le personnage possède ce privilège le participant avance d'un pas. Quand toutes les cartes "Affirmation" sont lues, on voit le niveau de privilèges des personnages en fonction de leur avancement.



Jeu

Dixit

ROUBIRA Jean-Louis, CARDOUAT Marie, Libellud, 2021

Ce jeu permet aux joueurs de travailler les compétences psychosociales liées à l'expression orale et à l'imaginaire : savoir communiquer efficacement ; être habile dans les relations interpersonnelles ; savoir gérer son stress et avoir une pensée créative.



Jeu

Ekip'box. Le kit ressource pour animer et dynamiser l'adhésion de vos groupes de formation

Kelje, 2021

Cet outil propose de dynamiser des groupes de formation à travers diverses animations. Il permet notamment d'aborder les sujets de la cohésion et de la collaboration, d'intégrer des premiers principes de l'agilité et de prendre conscience de la force du collectif.



Jeu

Jeu de corps

CRIPS Ile-de-France, 2021

Ce jeu propose aux participants de débattre sur des sujets tels que l'image du corps, la perception des corps, les normes sociales établies et leur cohérence via différentes thématiques de cartes. Les objectifs pédagogiques sont l'amélioration de l'estime de soi et le développement de la capacité à respecter les autres et leurs singularités ainsi que le développement de l'esprit critique par rapport aux normes corporelles établies par la société.



Jeu

Robby One

BLONDEL Cyril, DRATWA Jim, Editions FLIP FLAP, 2021

Robby One est un jeu coopératif qui permet de favoriser le lien entre les participants et de développer des habiletés sociales. Chaque participant joue le rôle d'un robot et doit fabriquer un autre robot. Pour cela, il doit être piloté par son voisin et piloter celui de l'autre côté, le tout sans parole



Jeu

C'est quoi le bonheur pour vous ? 7 milliards d'individus, 7 milliards de définitions

PERON Julien, Neo-Bienêtre éditions, 2020

Ce jeu est destiné à toute la famille et est composé de missions, de défis et de moments de partage. Il permet de mieux connaître son entourage à l'aide d'outils pratiques et propose des conseils à appliquer dans son quotidien.



Jeu

Multivies

Tous reliés éditions, 2020

Cet outil a pour objectif de libérer la parole sur des traumatismes rencontrés ou de mettre en garde sur les dangers de la vie. Les joueurs sont invités à imaginer la vie des personnages, les aléas qu'ils peuvent rencontrer et des actions qu'ils peuvent mettre en place pour y faire face.



Jeu

L'Univers des sensations

FCPPF, 2019

Les objectifs de cet outil sont : développer l'attention aux sensations et aux mots justes pour les exprimer ; favoriser la conscience de soi par la cartographie mentale du corps ; relier les sensations aux vécus émotionnels, relationnels, affectifs et sexuels ; relier les sensation aux différents besoins éprouvés ; inviter à prêter attention aux différentes sensations dans toutes leurs nuances, sans poser de jugement de valeur ; inviter à prendre conscience du caractère impermanent des sensations.



Jeu

Le langage des émotions

FCPPF, 2013

Ce jeu est constitué de 61 cartes qui représentent 61 émotions. Il permet de mettre en scène ou bien simplement de mettre des mots sur les émotions. Il peut servir de support pour un atelier sur la gestion des émotions mais aussi comme outil pour identifier nos différentes émotions, et les mettre en image.

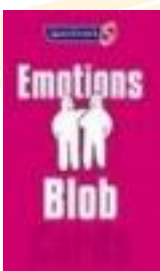


Jeu

L'expression des besoins,

FCPPF

Ce jeu de cartes a été conçu comme support pour l'identification, l'expression et la réflexion sur la thématique des besoins. Les besoins sélectionnés y sont présentés au travers d'un personnage récurrent et asexué afin de respecter l'égalité de genre dans le nécessaire assouvissement des besoins. Tant le corps que le visage s'expriment : un simple froncement de sourcil, un port de tête, un mouvement de bras ou de jambes ou encore un détail du décor permettent d'identifier le besoin dont il est question.



Jeu

Emotions blob cards et Feelings blob cards

WILSON Pip, LONG Ian, Speechmark publishing, 2008

Ces cartes représentent des expressions faciales simplifiées et un langage corporel codifié permettant des interprétations de scènes. Elles peuvent servir de base à des discussions sur les habiletés sociales et à des constructions de scénarios pour la gestion des relations avec autrui. Cet outil propose une manière de discuter des sentiments aussi bien pour des enfants que pour des adultes.



Jeu

Totem. Le jeu qui fait du bien

TREMBLAY Jade, PARADIS Tessa, RANCOURT Carol, Totem, 2018

Ce jeu de développement personnel permet de découvrir ses forces et qualités à travers les yeux des autres. À tour de rôle, chaque joueur assiste à la construction d'un Totem à son image. Celui-ci est constitué d'une carte Animal, associée à une force, et d'une carte Qualité, toutes deux choisies et décrites par les autres joueurs à partir des cartes qu'ils ont en main.



Jeu

Des récits et des vies

CHAVELLI Caroline, Le comptoir aux histoires, 2017

Fondé sur des compétences psychosociales et les principes de la thérapie narrative, ce jeu a pour objectif de libérer la parole, de créer du lien et de trouver des ressources en permettant aux participants de se raconter, d'être écouté, de donner du sens aux histoires de leur vie avec émotion et poésie. Il peut être utilisé en groupe ou dans le cadre d'un entretien individuel. L'outil s'adresse à un large public, notamment les personnes âgées, les personnes handicapées, les aidants et les familles.



Jeu

La roue des émotions - Version adulte

THIRY Anne-Sophie, L'autrement dit, 2015

Cet outil a pour objectif d'aider l'adolescent ou l'adulte à mieux prendre conscience de ce qu'il ressent, de mettre des mots sur ses émotions, d'exprimer ses besoins. La roue présente trois niveaux. Au centre sont listées des sensations, au milieu les émotions sont nommées et rassemblées autour des quatre émotions principales, à l'extérieur les principaux besoins sont nommés. L'utilisateur peut faire le lien entre ce qu'il ressent physiquement, l'émotion à laquelle ce ressenti est associé et les besoins satisfaits, ou non, qui y sont rattachés.



Jeu

Chacun ses goûts ! 25 cartes pour comparer vos goûts

Minus éditions

Cet outil est constitué de 23 cartes comportant chacune sur leur face 4 choix. Les dilemmes posés sont par exemple : ville ou campagne, économe ou dépenser.e, voiture ou vélo, sable ou neige. Ce jeu comprend également une carte mode d'emploi et une carte thermomètre pour évaluer le degré de goûts en commun. Il peut être utilisé par groupe de deux personnes ou plus pour apprendre à se connaître de manière ludique, au début d'une formation par exemple.



Jeu

Pour ou contre ? 25 cartes pour des débats sans fin

Minus éditions

Cet outil est constitué de 25 cartes comportant chacune sur leur face deux sujets de débat. Exemple de sujets proposés : pour ou contre l'uniforme à l'école ? Pour ou contre les zoos ? Pour ou contre désobéir quand c'est pas juste ? Pour ou contre les chaussettes dans les tongs ? L'objectif est de lancer une discussion autour de sujets sérieux ou plus légers.



Jeu

Qui de nous... 25 cartes pour percer à jour vos personnalités

Minus éditions

Cet outil est constitué de 25 cartes comportant chacune sur leur face deux situations. Les questions posées sont par exemple : qui de nous ferait la morale à un passant qui jette un papier dans la rue ? Qui de nous vivrait sans smartphone ? Qui de nous ferait le tour du monde à vélo ? Il peut être utilisé par groupe de deux personnes ou plus pour apprendre à se connaître de manière ludique, au début d'une formation par exemple.



Jeu

Emocartes adultes

UMEO

Ce jeu permet d'aborder les émotions avec des patients afin de travailler leur capacité à comprendre les antécédents des situations émotionnelles, à mieux identifier les manifestations physiologiques, cognitives et comportementales des émotions mais aussi à imaginer des issues et à élaborer différentes stratégies de régulation. Il est composé de 20 cartes émotionnelles et une carte de référencement. Chaque carte émotionnelle présente un scénario lié à émotion positive sur une face et un scénario lié à une émotion négative sur l'autre. La carte de référencement permet de connaître la liste des 40 émotions avec pour chacune, un numéro d'identification se retrouvant sur la carte émotionnelle.



Jeu

Memento momento

EPELLY Frédérique, Eléonide

Les cartes de ce jeu comprennent des questions pour se centrer sur le passé proche (le jour même/la semaine). Il est destiné à être un outil de bilan lors des formations. Exemple de question : Quel moment a été long ? Quel moment a été émouvant ? A quel moment avez-vous été courageux ?



Jeu

Pandemic Zone Rouge : Europe

LEACOCK Matt, LEHMANN Tom, Z-MAN Games

Dans ce jeu coopératif, les joueurs incarnent des membres d'une équipe de spécialistes de l'éradication et du contrôle des maladies. Ils doivent travailler de concert pour trouver les remèdes à quatre épidémies, tout en sauvagardant au mieux l'Europe. Cet outil permet de développer l'esprit d'équipe et la communication. Chaque personnage présente des forces qui lui sont propres mais dont l'importance n'est révélée que lors du travail en équipe.



Jeu

Parachute coopératif

Décathlon pro

Cet outil coopératif a pour objectif de développer l'esprit d'équipe et la coopération. Il est conçu pour le développement des activités motrices de base. Les enfants apprennent à se situer dans l'espace, ils font preuve de créativité et de spontanéité. Ils utilisent un outil collectif, dans la poursuite d'un objectif commun, tout en respectant des règles simples. Tout le monde gagne ! Il n'y a pas de perdant dans les jeux de parachute (7,30m – 20 poignées).

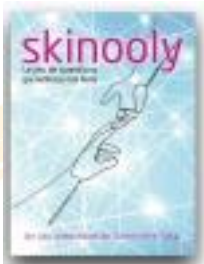


Jeu

La tour de Fröbel

Alortujou

Le but de cette activité est de construire une tour faite de 6 éléments en réussissant à saisir tous ensemble les pièces pour les placer les unes au dessus des autres. Ce jeu en équipe permet aussi de travailler les concepts d'autorité, rivalité, intimité, défense, ouverture et d'équilibre entre donner et recevoir. Il permet de développer sa confiance en soi et en les autres.



Jeu

Skinooly. Le jeu de questions qui renforce nos liens

SMAL Geneviève, Si-Trouille Editions

Ce jeu a pour objectif de resserrer les liens entre les participants : famille, amis, etc. Il permet aux enfants et adolescents de mieux connaître leurs aînés en les invitant à la discussion. Le but : que chaque participant réponde à plusieurs questions créant ainsi l'échange comme : "Raconte-nous ton premier baiser ou ta pire soirée", "Raconte le plus beau souvenir de ta jeunesse", ou encore "Quelles sont nos qualités communes ?".

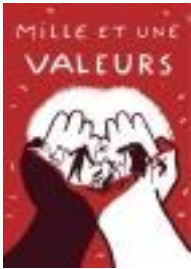


Mallette pédagogique

Médicapub

Culture et santé, 2022

Ce kit pédagogique propose une série de pistes et de supports d'animation permettant de découvrir et de déconstruire les ressorts utilisés par l'industrie pharmaceutique dans leur marketing publicitaire pour encourager l'achat de médicaments en vente libre. Il permet d'une part de travailler sur le développement de l'esprit critique et d'autre part de se questionner sur le rapport aux médicaments et leur (sur)consommation.



Mallette pédagogique

Mille et une valeurs

BERNARD Marine, FCPPF, 2021

Ce jeu de cartes permet d'aborder les valeurs et permet une meilleure compréhension et acceptation de soi et des autres. Les objectifs sont : de comprendre la notion de valeur et se doter d'un vocabulaire pour nommer les valeurs ; d'identifier ses propres valeurs et découvrir comment elles participent à la définition de l'identité de chacun ; d'explorer les avantages de connaître nos propres valeurs ; de connaître et comprendre les valeurs des autres et des groupes dans lesquels on évolue ; de créer du lien dans un groupe en s'associant autour de valeurs communes et distinctes...



Mallette pédagogique

Isolitude

Cultures et santé, 2017

Cet outil permet d'ouvrir le dialogue sur la solitude et l'isolement. Les objectifs sont de : faire émerger ses représentations de la solitude et de l'isolement, découvrir d'autres points de vue que le sien sur ce sujet afin d'enrichir ses propres représentations, identifier les mécanismes individuels et sociétaux qui produisent de la solitude et de l'isolement subis et porter un regard critique sur ceux-ci, identifier des pistes d'actions individuelles et collectives pour lutter contre la solitude et l'isolement subis.



Mallette pédagogique

COMETE. Compétences psychosociales en éducation du patient

SAUGERON Benoît, SONNIER Pierre, MARCHAIS Stéphanie (et al.), CRES Provence-Alpes-Côte d'Azur, ARS Provence-Alpes-Côte d'Azur, 2015

Cet outil permet de mieux prendre en compte les compétences psychosociales en aidant et accompagnant les professionnels de l'éducation thérapeutique à aborder cette thématique dans des temps de partage, que ce soit pendant le bilan éducatif partagé, les séances éducatives ou l'évaluation. La valise est composée d'activités diverses dont des jeux pour aider les personnes atteintes (ou non) de maladie chronique à mieux vivre avec. Les émotions sont particulièrement abordées.



Photoexpression

Thématique vie sociale

Plateforme ETP Alsace, 2018

Les participants pourront à l'aide d'un large choix de photographies parler de leur vie sociale, de leurs conditions de vie, de leurs relations sociales, de leurs projets et choix de vie...



Photoexpression

Life times. Life events

Speechmark Publishing Ltd, 2012

Les cartes de ce photo-expression illustrent les moments importants de la vie suscitant facilement des réactions, des émotions et des souvenirs. 4 thématiques sont ainsi représentées favorisant la réflexion et la discussion : Les moments clé, les moments mémorables, les expériences de vie typiques, les expériences de vie possibles.

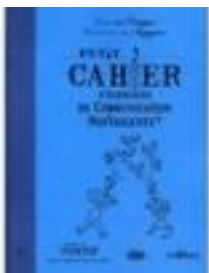


Photoexpression

Estime de soi

CHALLAN-BELVAL Maëlle, Comitys

Ce photo-expression a pour objectif de permettre l'expression émotionnelle. Il peut servir de support d'animation pour des ateliers sur l'estime de soi, mais également être utilisé lors de séances individuelles, en couple ou en famille. Composé de quarante photographies en noir et blanc, il vise à faciliter la connaissance de soi, l'expression personnelle et l'écoute des autres.



Ouvrage

Petit cahier d'exercices de Communication Non Violente

VAN STAPPEN Anne, AUGAGNEUR Jean, Jouvence, 2010

Ce cahier sur la communication non violente est composé d'exercices, de tests, de mots et de pensées pour accompagner chacun à prendre soin de ses besoins et de ses valeurs. Il aborde également l'expression des sentiments de façon positive.



Ouvrage

Jeux de coopération pour les formateurs. 70 jeux pour développer l'esprit d'équipe

PAUL-CAVELLIER François, Eyrolles, 2007

Ce livre intéressera particulièrement les animatrices et animateurs de centres de loisirs et de vacances. Il est destiné à construire un groupe et à développer l'esprit de coopération. Les exercices proposés s'adressent non seulement à des groupes de jeunes mais aussi à des adultes en formation. Ce jeu permet aux participants d'apprendre avec plaisir, ce qui renforce encore leur disposition à être coopératifs !

Adolescents



Jeu

Invasion critique

Placote, 2023

Invasion critique est un jeu de parcours coopératif conçu pour aider les jeunes de 11 à 17 ans à développer leur habileté à penser de façon critique. Les joueurs répondent à des questions de réflexion et à des mises en situation qu'ils sont susceptibles de vivre dans leur quotidien afin de combattre des zombies et de s'enfuir de la ville avant qu'elle soit envahie.



Jeu

Cartes des forces

CRIPS Ile-de-France, 2022

A destination des élèves de collège et de lycée, ce jeu permet d'identifier ses forces, de les développer et d'apprécier celles des autres. Il contient 24 cartes représentant les 24 forces de caractère avec leurs définitions. Les objectifs pédagogiques sont : d'identifier ses 3 forces principales, et des situations dans lesquelles ces aptitudes sont mises en valeur ; d'identifier les 3 forces principales d'une personne et des situations dans lesquelles elles sont mises en valeur ; d'acquérir des connaissances sur les forces et d'améliorer le climat scolaire.



Jeu

Je poste donc je suis?! Les corps sur les réseaux sociaux : miroir des injonctions aux normes de beauté

DIOUF Elena, FOUBERT Margot, FCPF-FPS, 2021

Le jeu de cartes « Je poste donc je suis?! » a pour objectif de permettre aux participant·e·s d'exprimer leur point de vue, d'ouvrir le débat, de faire réfléchir, d'échanger à propos de l'hypersexualisation et des normes de beauté sur les réseaux sociaux et leur impact sur la santé mentale des femmes.



Jeu

C'est cliché

JOUAN Léa, CANOPE, 2021

Ce jeu de plateau coopératif permet de sensibiliser les élèves de collège aux stéréotypes de genre, en les amenant à se questionner sur les différences, les points communs entre les filles et les garçons, la notion de cliché ; la différence et les discriminations en général ; et le respect de l'autre. Cet outil de réflexion qui favorise la construction d'une opinion critique et réfléchie, propose plusieurs façons d'aborder la question des stéréotypes de genre en faisant appel à l'empathie, l'expérience, l'information et l'analyse.



Jeu

Mon corps & moi

CRIPS Ile-de-France, 2021

Ce jeu permet de développer les compétences psychosociales chez les jeunes en identifiant ce qu'ils aiment ou aiment moins chez eux (caractéristiques physiques) ainsi que leurs principales forces de caractère.

C'est un outil qui met en valeur les ressources individuelles. Il vise à renforcer la connaissance et l'estime de soi et à améliorer son rapport au corps. Il permet de mobiliser différentes compétences : la communication verbale et non verbale, la prise de décision, la pensée critique, l'estime de soi, la confiance en soi, l'auto-évaluation et l'empathie.



Jeu

Belfédar

Université de la paix, Fondation Evens, Non-violence actualité, 2011

Belfédar est un jeu de plateau coopératif qui permet de favoriser la communication entre les participants et de développer des habiletés sociales afin de prévenir la violence et de gérer les conflits. A travers 250 défis les participants seront amenés à mieux se connaître et mieux connaître les autres, développer l'estime de soi, favoriser l'expression créative, l'expression et la gestion des émotions, l'écoute, la coopération.



Jeu

#Distavie

DESLAURIERS Stéphanie, BOURQUE Solène, Placote

Le jeu a pour objectif d'aider l'adolescent à s'exprimer sur des sujets variés qui le concernent et de l'amener à développer des habiletés sociales. Des cartes-questions sur des thèmes tels que l'avenir, les relations ou les souvenirs sont utilisées pour les aider à développer ce type de compréhension. Quel est ton plus beau souvenir de famille ?... Un feuillet explicatif indique comment tirer le maximum du jeu.



Jeu

Emocartes enfants adolescents

UMEQ

Ce jeu permet d'aborder les émotions avec des enfants ou des adolescents afin de travailler leur capacité à comprendre les antécédents des situations émotionnelles, à mieux identifier les manifestations physiologiques, cognitives et comportementales des émotions mais aussi à imaginer des issues et à élaborer différentes stratégies de régulation. Il est composé de 20 cartes émotionnelles et une carte de référencement. Chaque carte émotionnelle présente un scénario lié à émotion positive sur une face et un scénario lié à une émotion négative sur l'autre. La carte de référencement permet de connaître la liste des 40 émotions avec pour chacune, un numéro d'identification se retrouvant sur la carte émotionnelle.



Mallette pédagogique

SacADOS

Couples & Familles, 2021

Ce kit propose des activités ludiques pour se connaître soi-même et s'apprécier, identifier et gérer ses propres émotions, écouter l'autre, le connaître, accepter les différences, découvrir les émotions et les sentiments des autres et les respecter, expérimenter différentes possibilités de résolution des conflits, prévenir les violences.



Mallette pédagogique

Potes et Despotes

ADIJ des Côtes-d'Armor, 2020

Destiné à des jeunes à partir de 11 ans, cet outil interactif permet de parler de diverses situations de violence auxquelles ils sont confrontés. Cette nouvelle édition propose de mettre en situation les sujets suivants : les différences (le poids, l'étranger, l'importance des marques) ; les violences verbales et physiques (insulte, harcèlement et moquerie) ; les relations aux pairs (sexisme, consentement, relation entre jeunes et adultes, relation toxique) ; les conduites à risques (cannabis, alcool, racket et influence) et le numérique (réseaux sociaux, jeux vidéo, cyberharcèlement et pornographie). Ces mises en situation offrent aux jeunes la possibilité de réagir et d'exprimer leur point de vue, dans le but d'une prise de conscience et d'un changement de comportement.



Photoexpression

Exprimots

TAREK Aïcha, LEROY Anne-France, Les jeux de la marmotte, 2017

Ce photo-expression permet d'aborder avec les 13/25 ans différentes thématiques comme le civisme, la sexualité, la violence, les addictions, la citoyenneté, les relations garçons/filles.



Photoexpression

Blabla émotion

Prévention et promotion de la santé du département prévention et santé mentale du CPAS de Charleroi

Ce photolangage est un recueil d'images permettant aux membres d'un groupe de pouvoir s'exprimer sur leur ressenti. Il permet de s'exprimer sur leurs émotions à travers la symbolique des images.

Enfants



Jeu

Gaston la licorne. Mes émotions, le jeu de société

CHIEN CHOW CHINE Aurélie, Hachette Enfants, 2023

Ce jeu coopératif permet aux enfants dès 3 ans d'apprendre à reconnaître, nommer et réguler leurs émotions en décrivant celles ressenties par le personnage de Gaston. Il permet également de stimuler l'expression verbale et l'interactivité et de favoriser la relaxation à travers l'analyse et le contrôle des émotions. Des exercices de respiration sont inclus dans le livret.



Jeu

Feel good. Les 24 forces de caractères

CRIPS Ile-de-France, 2022

A destination des élèves de primaire et de collège, ce jeu permet d'identifier ses forces, de les développer et d'apprécier celles des autres. Il contient 24 cartes représentant les 24 forces de caractère avec leurs définitions. Les objectifs pédagogiques sont : d'identifier ses 3 forces principales, et des situations dans lesquelles ces aptitudes sont mises en valeur ; d'identifier les 3 forces principales d'une personne et des situations dans lesquelles elles sont mises en valeur ; d'acquérir des connaissances sur les forces et d'améliorer le climat scolaire.



Jeu

Le code social

BARRIAULT Lucie, TOBIN Simon, Placote, 2021

Ce jeu de plateau est conçu pour stimuler le développement des habiletés sociales des enfants de 6 à 10 ans. Le jeu présente des mises en situation qui amènent les participants à se mettre à la place des personnes pour réfléchir aux comportements appropriés qu'il est possible d'adopter dans ces situations. Au fil des questions, l'enfant pourra acquérir des comportements prosociaux et être sensibilisé notamment à l'affirmation de soi, l'empathie, la régulation des conflits, la recherche de solutions et à la régulation des émotions.



Jeu

Le village

Centre de planning familial des FPS du Centre, Charleroi et Soignies, 2021

Le village est un outil de prévention du harcèlement scolaire et plus globalement, une manière de mieux réguler les difficultés relationnelles dans un groupe d'enfants. Cet outil implique les enfants dans la gestion des petites tensions du quotidien et leur permet de devenir acteurs de changement. Il est centré sur la valorisation de l'empathie, la capacité à se préoccuper de l'autre et sur certaines formes de médiation par les pairs. Il s'adresse aux 9-12 ans et bien qu'il ait été conçu pour l'univers scolaire, il est utilisable dans d'autres contextes moyennant quelques adaptations.

Jeu



Le laboratoire des émotions

BARRIAULT Lucie, TOBIN Simon, LAFLEUR-LAPLANTE Geneviève, Placote, 2020

Cet outil pédagogique est conçu pour aider les enfants de 4 ans à 7½ ans à reconnaître des émotions exprimées à différents degrés d'intensité. Le jeu les amène progressivement à distinguer les émotions et leurs nuances en portant attention aux expressions faciales et aux gestes des personnages.

Jeu



Sans problème

DESJARDINS Louise, NOLIN Marie-Claude (et al.), Placote, 2020

Ce jeu est conçu pour aider les enfants de 4 à 9 ans à réfléchir à des problèmes qui peuvent se présenter dans la vie courante. Le jeu leur permet d'envisager différentes solutions pour un même problème. Il les amène ainsi à faire preuve de logique, mais aussi à penser "en dehors de la boîte". Les réponses proposées doivent régler le problème et non le contourner.

Jeu



Loto des émotions

BOURQUE Solène, Placote, 2018

Ce jeu est conçu pour aider les enfants de 1 an et demi à 4 ans à reconnaître et à nommer des émotions. A l'aide de cartes émotions, l'enfant doit reconnaître et nommer les 4 émotions primaires. Les planches de jeu peuvent représenter des visages de différents âges marqués par une émotion ou alors des situations qui peuvent causer une émotion, à utiliser selon le niveau de l'enfant.

Jeu



Feelings

BIDAULT Vincent, ROUBIRA Jean-Louis, CHALARD Franck, Act in games, 2017

Dans ce jeu, il s'agit à la fois de partager son ressenti par rapport à une situation proposée mais aussi de deviner celle de son partenaire de jeu. A chaque tour, les équipes sont redistribuées de sorte que les joueurs devinent l'émotion de personnes différentes tout au long de la partie. Il permet de confronter les points de vue de chacun dans un climat de bienveillance, afin de mieux se connaître pour mieux se comprendre. Les cartes "situation" sont réparties en 3 thèmes : "En famille" pour jouer et échanger autour de la vie familiale (dès 8 ans), "Entre amis" pour échanger sur des thèmes de société (dès 12 ans), "A l'école" pour des thèmes liés à la vie en groupe et à l'école (dès 8 ans).



Jeu

La roue des émotions

THIRY Anne-Sophie, *L'autrement dit*, 2015

Cet outil a pour objectif d'aider l'enfant à prendre conscience de ce qu'il ressent, de mettre des mots sur ses émotions, d'exprimer ses besoins. La roue présente trois niveaux. Au centre, des dessins illustrent une "météo intérieure", au milieu les émotions nommées et illustrées sont rassemblées autour des quatre émotions principales, à l'extérieur les principaux besoins sont nommés et illustrés. L'enfant peut faire le lien entre ce qu'il ressent et les besoins satisfaits, ou non, qui y sont associés.



Jeu

MicMac : enterre la hache de guerre avec ta tribu

HUART Caroline, VELGHE Estelle, BEUKENS Valérie, *Latitude junior*, 2008

Ce jeu de société coopératif et de stratégie a pour objectif de prévenir la violence chez les enfants de 8 à 12 ans en mettant plus précisément l'accent sur le développement des relations égalitaires entre les garçons et les filles. Il est conçu pour être joué en famille mais peut également être joué en groupe avec un animateur.



Jeu

Bingo sonore des émotions

Akros educativo, *Interdidak*

Ce jeu permet d'apprendre à distinguer les émotions. Le jeu est constitué de 12 cartes avec sur une face la photo du son et sur l'autre face le jeu de bingo avec les photos en miniature.



Jeu

Cap sur la confiance

COTTING Mélanie, BAYS Quentin, KINDELAN Felix, *Helvetiq*

Ce jeu permet à chaque participant de se fixer un objectif (une chose qu'il aimerait changer, ou une situation à améliorer). Tout au long de la partie les joueurs sont amenés à réfléchir individuellement et collectivement aux freins et leviers qu'ils ont pour atteindre cet objectif.



Jeu

Cherche et trouve les émotions

BOURQUE Solène, BEGIN Jean-Guy, *Placote*, Les éditions Passe-Temps

Ce jeu sur les émotions est destiné aux 2-5 ans. Il est conçu pour aider les enfants à reconnaître les émotions primaires (la joie, la peur, la colère, la tristesse et le dégoût) chez différentes personnes. Le jeu permet aussi aux enfants de comprendre que certaines situations peuvent entraîner plusieurs émotions.



Jeu

Empathico

MINIDRE Karine, Aritma

Ce jeu de cartes, s'adressant à des enfants à partir de 4 ans, a pour objectif de développer la communication empathique des enfants et de leur permettre de mettre en œuvre concrètement ces principes en jouant. Il propose une approche progressive par trois règles de jeu permettant de développer la compréhension des émotions ("Défis collectifs"), l'auto-empathie ("Les explorateurs"), et enfin l'empathie ("Devine mes besoins").



Jeu

Impro social

DESLAURIERS Stéphanie, LEVESQUE Geneviève, VERRET Claudia, Placote, Les éditions Passe-Temps

Ce jeu sur le thème du développement socioaffectif est conçu pour aider les jeunes de 8 à 14 ans à réfléchir aux différents comportements qu'ils peuvent adopter dans des situations qui mettent leurs habiletés sociales au défi. La roulette du jeu qui les invite à faire une improvisation de manière émotive, neutre, enfantine ou prosociale les aide à pousser leur réflexion. Le but du jeu est donc d'improviser des situations sociales qui peuvent être problématiques dans la vie des enfants et de trouver le bon comportement pour résoudre le problème.



Jeu

Kidikoi : Ca se fait? Ca se fait pas? - Possible? Pas possible?

Valorémis

Cet outil de la collection de cartes à jouer "Kidikoi" avec les petits citoyens se compose de deux jeux de cartes. Il permet aux enfants dès 10 ans d'exprimer leurs opinions sur les choses de la vie en répondant à des questions ouvertes. L'objectif est de susciter le débat, d'échanger, de donner son point de vue, de prendre position, d'argumenter ses choix, d'écouter les autres, de travailler ses représentations.



Jeu

L'école des monstres

DESLAURIERS Stéphanie, BOURQUE Solène, BEGIN Jean-Guy, Placote, Les éditions Passe-Temps

Ce jeu est conçu pour aider les enfants de 3 à 6 ans à comprendre quels comportements sont souhaitables en société et lesquels ne le sont pas. Le jeu leur permet aussi de réfléchir aux conséquences positives et négatives de différents comportements.

Jeu



La montagne de la confiance

DESLAURIERS Stéphanie, DENIS Isabelle, BERTRAND Guillaume, Placote, Les éditions Passe-Temps

Ce jeu est conçu pour aider les jeunes de 7 à 11 ans à réfléchir aux différentes composantes de l'estime de soi, c'est-à-dire le sentiment de sécurité, la connaissance de soi, le sentiment d'appartenance et le sentiment de compétence. Ils sont appelés à répondre à des questions qui les concernent en faisant le parallèle avec le vécu du personnage principal du jeu : un Yéti.

Jeu



La planète des émotions

BOURQUE Solène, COCHECI Oana, Placote, Les éditions Passe-Temps

Ce jeu permet d'aider les enfants de 3½ ans à 7½ ans à comprendre les émotions ressenties par plusieurs personnes dans plusieurs situations et qu'une même situation peut provoquer différentes émotions selon les personnes. Dans ce jeu, le joueur doit montrer à des extraterrestres comment comprendre les émotions, car ils ne savent pas ce que c'est.

Jeu

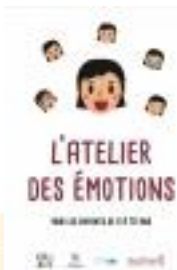


Ronchonchon

COURTOT Boris, LEBRAT Corentin, PROTHIERE Julien (et al.), Zazimut

Ce jeu coopératif se joue de 2 à 6 joueurs (dès 6 ans) et est un jeu de rôle et de mémoire sur les émotions et sur les besoins qui y répondent suivant les moments de la vie. 6 personnages et 24 scénarios permettent aux joueurs d'imaginer un ressenti par rapport à une situation donnée.

Mallette pédagogique



L'atelier des émotions pour les enfants de 6 à 12 ans

CRIPS Ile-de-France, 2020

Cet atelier propose 3 activités permettant de développer les compétences psychosociales des enfants de 6 à 10 ans, en renforçant leur capacité à repérer et à verbaliser leurs émotions.

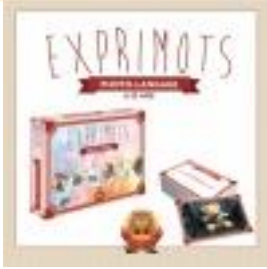
Mallette pédagogique



Estimo. Jouons avec nos 5 sens pour mieux nous connaître

DESCLOS Pascal, EHO Jérôme, Les petits citoyens (et al.), Valorémis

Ce kit éducatif permet de : comprendre comment les 5 sens accompagnent notre perception du monde ; identifier ce que révèlent les sens dans la capacité à communiquer avec le monde ; apprécier comment les 5 sens aident à gagner en confiance en soi ; développer l'envie de jouer avec les sens pour mieux découvrir le monde et soi-même.



Photoexpression

Exprimots. Photolangage 6-12 ans

TAREK Aïcha, LEROY Anne-France, Les jeux de la marmotte

Ce jeu basé sur la méthode Photolangage® s'articule autour de 46 cartes image/affirmation recouvrant 4 grandes thématiques : civisme, santé, droits et devoirs, sécurité. Le jeu vise à faciliter la prise de parole des enfants sur les thématiques signalées ci-dessus. Il a pour objectifs de favoriser la prise de parole des jeunes sur différentes thématiques, de faciliter l'échange et l'animation, de créer une dynamique de groupe.

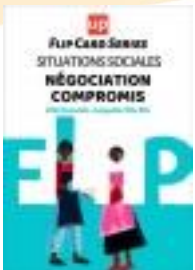


Ouvrage

Flip Card Series. Situations sociales coopération

KASSOTAKI Aiki, Upbility, 2023

Destiné aux enfants de 4 ans et plus, cet ouvrage a pour objectif de développer les compétences de communication des enfants et à les encourager à travailler harmonieusement avec les autres. Les scénarios présentés sur les cartes invitent les enfants à comprendre l'importance de la coopération et ses avantages.

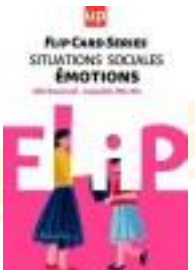


Ouvrage

Flip Card Series. Situations sociales négociation compromis

KASSOTAKI Aiki, Upbility, 2023

Destiné aux enfants de 4 ans et plus, cet ouvrage aborde le développement des compétences appropriées pour faire face aux conflits en négociant et en trouvant un terrain d'entente. Il contient 30 cartes illustrées présentant des situations courantes qui aident les enfants à apprendre à faire des compromis et à faire preuve d'ingéniosité lorsqu'ils cherchent des réponses aux problèmes quotidiens.



Ouvrage

Flip Card Series. Situations sociales Situations sociales émotions

KASSOTAKI Aiki, Upbility, 2023

Cet ouvrage s'adresse aux enfants de 4 ans et plus éprouvant des difficultés à communiquer efficacement et à interagir harmonieusement avec les autres. Il propose à travers 30 scénarios d'aider les enfants à identifier et à exprimer leurs émotions dans différentes situations. Chaque scénario propose une courte histoire accompagnée d'une illustration sur la situation ainsi que le visage du héros qui permet de deviner son émotion. L'objectif est de reconnaître les émotions, en comprendre les causes puis accepter ces émotions.



Ouvrage

Flip Card Series. Situations sociales Situations sociales estime de soi

KASSOTAKI Alik, *Upbility*, 2023

Cet ouvrage s'adresse aux enfants de 4 ans et plus et a pour objectif de les aider à prendre conscience de leur valeur personnelle. A travers 30 scénarios, l'enfant peut identifier ses forces et ses faiblesses en matière d'estime de soi.

Chaque scénario propose une courte histoire accompagnée d'une illustration sur la situation ainsi que le visage du héros qui permet de deviner ses pensées. L'objectif est de comprendre ses pensées puis ses réactions, en mettant l'accent sur les pensées positives qui renforcent l'acceptation de soi.



Ouvrage

Flip Card Series. Situations sociales Situations sociales mes amis

KASSOTAKI Alik, *Upbility*, 2023

Cet ouvrage s'adresse aux enfants de 4 ans et plus éprouvant des difficultés à communiquer efficacement et à interagir harmonieusement avec les autres. Il comprend 30 cartes en couleur afin d'aider les enfants qui ont des

difficultés à exprimer leurs sentiments et à formuler leurs besoins, mais aussi leurs droits, de manière appropriée.



Ouvrage

Jeux traditionnels pour la protection des enfants

MEUWLY Michèle, RENNESSON Gaël, FESSLER Pascal (et al.), 2012

S'adressant aux professionnels de l'éducation et de l'animation, ce manuel propose 20 jeux traditionnels destinés aux enfants de 4 à 14 ans. En utilisant la théorie de l'apprentissage par l'expérience, ces jeux visent à développer

chez les enfants des compétences de vie ainsi que le développement de leur capacité de résilience et d'autoprotection.



Ouvrage

Jeux coopératifs pour bâtir la paix

MASHEDER Mildred, D'ANSEMBOURG Thomas, *Chronique sociale*, 2011

Cet ouvrage s'adresse aux enseignants, aux parents et à toute personne travaillant avec des enfants, des jeunes et des adultes. Il regroupe plus de 300 jeux et sports coopératifs sans perdants ni gagnants qui ont pour but de

développer la confiance en soi, le respect de l'autre, la cohésion du groupe et la solidarité. Fusion des deux livres "Jeux coopératifs pour bâtir la paix Tome 1 et Tome 2" écrits par Mildred Masheder, cette adaptation permet une structuration en 7 parties.



Littérature jeunesse

Tant de diversité, la même humanité

COSTETTI Vilma, Esserci, 2008

Ce livre sur la communication non violente, permet d'aborder plus particulièrement l'expression des besoins et surtout de nos "vrais" besoins dans le cadre d'action avec des enfants de 5 à 10 ans mais aussi des parents. Il aborde également la tolérance et le développement de l'individualité de l'enfant que l'adulte doit respecter.



Littérature jeunesse

L'arc-en-ciel des besoins : livre-jeu

COSTETTI Vilma, Esserci, 2007

Dans le cadre de projets en Communication non-violente, des enseignants et des enfants ont mené, ensemble, un travail de réflexion autour de la notion de « besoins ». Les jeux et les fiches proposés dans ce livre en sont issus. Il s'agit d'apprendre à reconnaître ses besoins, à l'école, en famille, auprès d'amis, au cours des loisirs.



Littérature jeunesse

L'arc-en-ciel sentiments : livre-jeu

COSTETTI Vilma, Esserci, 2006

Cet album est composé de jeux, d'activités et d'histoires et d'un DVD pour comprendre la communication non-violente et apprendre à exprimer ses sentiments et ses besoins.



Littérature jeunesse

Ma parole a-t-elle de la valeur ?

COSTETTI Vilma, Esserci, 2006

Ce livre, portant sur la communication non violente, est le résultat d'une réflexion menée dans une classe d'enfant de 10 ans à partir de la Convention Internationale des Droits de l'Enfant et plus particulièrement sur le droit d'expression des enfants. Il permet d'aborder le besoin d'écoute des enfants dans le cadre de la communication et s'adresse également aux parents et à tout adulte en contact avec des enfants.

CoDES 05 – Comité Départemental d'Éducation pour la Santé Hautes-Alpes

6 Impasse de Bonne, 05000 Gap - Tél. : 04 92 53 58 72 - Mail : codes05@codes05.org

Site : www.codes05.org - www.facebook.com/codes05

Association Association loi 1901 non assujettie à la T.V.A. - Le CoDES 05 a fait pour ses prestations de formation une déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 93 05 00 32 505 auprès du préfet de région de Provence-Alpes-Côte d'Azur. Le CoDES 05 est référencé DATADOCK : 0053295