

L'abécédaire des sentiments

Nos activités

- Les formations
- Interventions sur mesure
- Intervisions
- Conférences et ateliers
- Informations pratiques
 - Infos pratiques globales
 - Conditions préférentielles et reconnaissances
- La newsletter

Programmes Jeunesse

- Pôle enfants
 - Graines de médiateurs
 - En maternelle
 - En primaire

OBJECTIF

Enrichir son vocabulaire des sentiments.

MATERIEL

Tableau ou affiches.

DISPOSITION

Les participants sont assis.

DEROULEMENT

- L'animateur inscrit sur le tableau ou sur les affiches les différentes lettres de l'alphabet, en laissant de l'espace pour écrire entre chacune d'elles.
- Il demande ensuite aux participants de citer différents sentiments en tâchant d'en trouver au moins un pour chacune des lettres de l'alphabet. Exemples : A comme « amusé », B comme « bouleversé », C comme « chagriné »...
- L'animateur écrit les réponses à côté des lettres concernées.
- Il encourage la réflexion suffisamment longtemps pour que plusieurs sentiments soient trouvés pour la plupart des lettres.
- Au terme de l'activité, les participants prennent note de la liste de vocabulaire constituée.

Pistes de réflexion...

- Sur mesure
 - Harcèlement à l'école
 - Kiva (Enfants – Primaire)
 - Pôle ados
 - Harcèlement entre jeunes
 - #BetterTogeth
 - Cellules d'écoute (ados)
 - Autres
 - Histoires croisées
- Après cette activité d'enrichissement du vocabulaire, l'animateur peut lancer un débat et amener une prise de conscience : quels sont les termes que les participants utilisent le plus fréquemment ? Sont-ils suffisamment précis ? Quels sont les termes qu'ils ne connaissent pas ? Trouvent-ils intéressant d'enrichir leur vocabulaire des sentiments ? Pourquoi ?

NOTES A L'ANIMATEUR

- Derrière chaque terme, les participants peuvent exprimer des choses différentes. Exemple : « Je suis dégoûté » peut vouloir dire « Je suis déçu », « Je suis triste » ou « Je suis en colère ».
- Les mots du langage familier peuvent être acceptés, quitte à noter leur traduction plus conventionnelle entre parenthèses. Exemple : « Ca me saoule » peut vouloir dire « Je suis énervé ».
- Avant de prendre note de la liste obtenue, l'animateur propose un classement selon 4 émotions de base : joie, peur, tristesse, colère. Les termes qui ne se retrouvent dans aucune de ces émotions peuvent être classés dans une cinquième catégorie. Cette catégorie reprend les sensations (ex. fatigué), les émotions « passe-partout » ou impliquant d'autres spécificité (« dégoûté »...)
- Après cette répartition, il demande de classer les termes selon leur intensité. Exemple : « inquiet » serait une peur moins intense que « paniqué » ou « terrifié ».

Ressources

- Bibliothèque thématique
- Fiches-outils
- Périodique semestriel
- Ressources didactiques
- Accès réservés
- La boutique

À propos

- Mission et pédagogie
- Equipe
- Instances
- Conseil académique
- Documents officiels (PDF)
- Historique et publications
- Partenaires et soutiens

Publié par [Université de Paix](#) le 21 Jan, 2016 dans [Ressources pédagogiques](#)

- Plan d'accès

Contact

- Contact général
- Intervention sur mesure
- La boutique

**RECHERCHE
FORMATION**

Envie de soutenir nos actions ?

Vos dons nous permettent de mener des actions éducatives au quotidien sur le terrain et auprès des jeunes pour diminuer la violence et développer des comportements autonomes, responsables et respectueux. Vous pouvez verser le montant de votre choix sur notre compte général : BE73 0010 4197 0360. Si le cumul annuel de vos dons atteint 40 euros ou plus, nous vous envoyons une attestation fiscale.

JE FAIS UN DON

UNIVERSITÉ DE PAIX

Boulevard du Nord, 4
B- 5000 Namur (Belgique)
Tél. : +32 (0)81-55 41 40
Email :
[info\(at\)universitedepaix.be](mailto:info(at)universitedepaix.be)

–

Compte bancaire :
BE73 0010 4197 0360
N° national :
4-161339-58

LIENS UTILES

- **Carnet d'adresses : liens utiles**
- **Interventions sur mesure**
- **Crédits des photos du site**
- **Offre d'emploi**

RESSOURCES GR

- **Articles et ress**
pédagogiques
- **Fiches-outils**
- **Périodique trim**

©2018-2020 Université de Paix | [Developpement Web par](#)