

Kontan, Tris, Fache

Aprantisaj pou konprann emosyon

Timoun resanti anpil emosyon ki pa menm. Chak emosyon gen pwòp non pa li. Men chak timoun pa santi ak montre emosyon yo menm jan.

Nosyon Debaz

Tout moun gen emosyon. Tibebe gendwa souri lè yon adilt fè yon son ki komik oswa yo gendwa kriye lè yo grangou.

Pandan timoun ap grandi, li enpòtan pou yo itilize mo ak poze aksyon pou yo aprann montre emosyon yo. Èske yo tris? Fache? Pè? Timoun fristre lè granmoun pa konprann yo. E granmoun yo paka ede yo san yo pa konnen kisa timoun nan resanti.

Pafwa yon timoun gendwa pa konnen kisa li resanti anreyalite. Se nan fè pratik yap vin konprann emosyon yo

Nòt:

Ou ka jwenn founiti ki souliyen yo nan kit ou a.

Bagay ou ka Eseye fè ak Timoun ki gen Laj 2 jiska 5 lane

Dekouvri vizaj

- Pwente sou chak vizaj sou tablo vizaj la epi nonmen emosyon an. Pale sou kijan ou konnen ki emosyon yon vizaj ap montre. "Mwen ka wè vizaj sa a tris paske sousi yo bese." Gade nan miwa a. Kreye vizaj yo sou tablo vizaj la ansanm. Kisa zye nou yo fè? Bouch nou yo?
- Mande pitit ou a pou li itilize moso patamodle pou li fè yon vizaj nan yon asyèt plastik. Mande yo kijan vizaj ki fèt ak patamodle yo a santi l e kilè yo ka santi yo konsa yo menm. "Nan ki moman ou fè yon vizaj ki kontan tankou sa a? Lè wap danse?" Fè plis vizaj ki pa gen menm emosyon.

Ann Kòmanse

Emosyon ka pozitif oswa negatif e toulède pa pwoblèm! Kite pitit ou eksprime emosyon l yo. Tande mo yo itilize yo. Pale awòtwa pou di kisa ou remake. "Mwen wè ou fèmen men w byen di. Èske ou santi w fache? Oswa petèt ke ou pè?" Bay pitit ou tan pou emosyon l yo. Pafwa granmoun yo bezwen ranje bagay yo twò rapid!



Plis! →

Bagay ou ka Eseye fè ak Timoun ki gen Laj 2 jiska 5 lane

Jwèt maryonèt

- Mande pitit ou a pou li chwazi yon maryonèt pou tèt li ak youn pou ou. Mande maryonèt pitit ou a kijan li santi l. “Bonjou Kochon! Kijan w santi w?” Imite diferan emosyon. “Bèf la tris paske li pat fè yon tou sou tobogan an.” “Lapen an kontan wè grann li anpil jodiya!”
- Mete kèk blòk ak bagay ki nan bwat resiklaj ou a deyò (katon ze, woulo papyè twalèt). Mande pitit ou a pou li kreye yon ti mond, yon mond imajinè pou maryonèt yo. Tande istwa pitit ou a ap kreye a. Ajoute emosyon nan jwèt yo a. Mande maryonèt pitit ou a ap jwe avèk li a kijan li santi l. “O non, Lyon, ou lage bonbon w nan atè! Kijan ou santi w?”



Emosyon ki plen koulè

- Bay pitit ou a de oswa twa koulè pentri pou dwèt. Ankouraje li fè pwen, liy oswa fòm sou papyè yo a. Pale sou kijan koulè ka fè chak nan nou santi nou. Petèt ke koulè wouj fè li santi li kontan. Petèt ke li fè ou santi w ankòlè. Se pa yon pwoblèm si w pa santi menm bagay ak tout moun!
- Tande mizik pandan wap fè pentri ansanm. Jwe mizik ki swa, apres a jwe mizik ki fò. Mizik dousman, apres a rapid. Eseye fè mizik ak diferan enstriman. Mande pitit ou pou li eksplike w sa yo pentire a. Kijan mizik la fè yo santi yo?



Entèraksyon Toulejou

Pale sou emosyon moun oswa zannimo yo genyen nan liv wap li a. Mande pitit ou a kilè li santi li gen menm emosyon sa yo.

Pandan yon moman silans, pale sou jounen pitit ou a te pase a. Kijan li te santi l lè li tap jwe nan teren rekreyasyon an? Kijan li te santi li lè li te pèdi balon a?

Bay Egzanp, Obsève, Pratike

“Gran papa w voye yon bèl kat pou nou. Li fè kè m kontan!”

Bay egzanp lè ou gen emosyon epi nonmen emosyon sa yo.

“Mwen wè dlo ap soti nan zye w. Mwen konnen ke sa fè w santi w tris anpil.”

Obsève ki emosyon pitit ou a genyen. Nonmen emosyon yo epi di li kijan ou konnen sa li gendwa resanti.

“Ann eseye fè yon vizaj ki desi.”

Pratike pou fè vizaj ki montre emosyon ki diferan. Apre yon tan, pitit ou a pral aprann kominike emosyon li yo grasa mo ak aksyon.