

## Exprimer des émotions, des sentiments, admirer, s'étonner...

### Quelques idées d'activités :

#### A destination des enfants

- ✓ Sorties « nature » : pour admirer la beauté du monde qui nous entoure, pour développer les sens, pour cultiver son jardin intérieur.
- ✓ Activités théâtrales : saynètes sur le thème des émotions avec réalisation d'un spectacle.
- ✓ Projet d'expression des sentiments : à partir d'activités artistiques comme la peinture, la photographie, les enfants représentent les sentiments et produisent des textes. Un livret collectif peut-être réalisé.
- ✓ Le mime, le jeu : proposition d'activités permettant aux enfants d'exprimer par le mime, par le jeu, des sentiments, de relire les évènements de leur vie et enfin de faire lien avec la relation à Dieu.
- ✓ « Mon cahier à moi » : chaque jour l'enfant a un moment à lui où il pourra exprimer en toute liberté et intimité ses joies, ses envies, ses peurs, ses colères et ses espérances.
- ✓ Jeux poétiques : propositions de jeux poétiques permettant aux enfants de libérer leurs émotions (lien : « le jeu poétique et la découverte de l'écrit à l'école primaire »)

#### A destination des enseignants ou des élèves de collège et lycée

- ✓ Activités « photo-langage » : technique d'animation permettant l'expression de nos représentations sur un sujet donné. Les réactions ne se discutent pas, elles s'accueillent...elles amènent à créer un dialogue au sein d'une équipe sans crainte de jugement.
- ✓ Animation concertation pour libérer la parole : sous l'impulsion du chef d'établissement, il peut être proposé en début de concertation, que les enseignants qui le souhaitent, puissent exprimer un événement plaisant ou contrariant, qu'ils ont vécu au sein de l'école ou dans leur vie personnelle depuis la dernière rencontre.  
Différentes propositions d'animation peuvent être faites pour inviter les enseignants, les personnels, les parents, les enfants à « poser leurs valises »