

Doudou des émotions

Guide d'accompagnement



Émotions



Habiletés
sociales

Placote

placote.com

Émotions | S'initier aux émotions

L'expression des émotions

De la naissance à 1 an, les émotions exprimées par le tout-petit sont, la plupart du temps, rattachées à ses besoins de base: manger, dormir, se sentir bien et être rassuré. Le bébé ne peut pas les nommer, mais il les exprime de façon non verbale afin de communiquer avec son entourage. Ainsi, il sourit lorsqu'il est bien, il pleure lorsqu'il est fatigué, il se tortille en grimaçant quand il a mal ou ressent de l'inconfort, et il crie ou sursaute lorsqu'il a peur.

Entre 1 et 2 ans, l'enfant démontre une plus grande gamme d'émotions dans diverses situations de la vie quotidienne même s'il n'a pas souvent les mots pour les exprimer adéquatement. Il a besoin du soutien de l'adulte pour les reconnaître, d'une part, et les verbaliser, d'autre part. Les trois premières émotions que l'enfant arrive à identifier sont habituellement la joie, la colère et la peine. Entre 1½ an et 2 ans, il les exprime sommairement en disant, par exemple, «moi fâché!».

Entre 2 et 3 ans, l'enfant ajoute généralement la peur au registre des émotions qu'il peut nommer et, graduellement, il en verbalisera d'autres lorsqu'il les vit. Vers 3 ans, quand on lui demande pourquoi il éprouve une émotion, il peut souvent proposer une réponse (p. ex., il est fâché parce que ses blocs sont tombés).

Le saviez-vous ?

Les tout-petits ressentent des émotions même s'ils ne sont pas en mesure de les nommer ni de les comprendre. Ils peuvent toutefois reconnaître et distinguer certaines émotions sur un visage, dont la joie et la tristesse. On peut observer à leurs mimiques qu'ils réagissent en souriant aux émotions positives des autres tandis qu'ils grimaçant ou pleurent quand ces émotions sont négatives. Il est pertinent de nommer les émotions même quand le bébé ne comprend pas bien encore les mots, car il apprendra graduellement ainsi à mieux décoder les émotions elles-mêmes et à associer les mots aux émotions correspondantes.

Pourquoi Doudou des émotions ?

Les doudous constituent des objets importants dans la vie des tout-petits. Elles sont utilisées pour y déposer le bébé au sol, pour le couvrir, pour le rassurer et même pour jouer à coucou. Plusieurs bébés «adoptent» une doudou comme objet transitionnel, c'est-à-dire comme objet de réconfort qui les aide à mieux vivre les moments où ils sont séparés de leurs parents. **Doudou des émotions** se veut donc à la fois un outil réconfortant, ludique et éducatif pour les tout-petits de la naissance à 3 ans. Bien sûr, certains enfants décideront de la garder avec eux plus longtemps!

Le bébé n'exprime pas encore ses émotions avec des mots, mais il est capable de reconnaître des émotions sur des visages. L'imprimé coloré de **Doudou des émotions**, mettant en scène des tout-petits, lui permet d'observer plusieurs visages expressifs et l'aide à mieux identifier les différentes émotions. Entre 1½ an et 3 ans, l'enfant apprend graduellement à les nommer. À cet âge, la doudou lui est alors utile à la fois pour parler des émotions et pour agrémenter ses moments de calme (p. ex., la sieste ou les périodes de lecture) et ses moments de jeux (p. ex., pour jouer à la cachette ou à la poupée). Durant cette même période, la doudou lui sert aussi à faire un lien entre les émotions et les situations qui peuvent les susciter.





Comment aider votre enfant à reconnaître les émotions ?

Avant l'âge de 1 an :

- Mettez la doudou au sol ou sur un petit matelas et déposez-y votre bébé sur le ventre ou assis, selon son âge. À partir de 6 mois, pointez chaque personnage de l'image en nommant l'émotion qu'il ressent, par exemple : «Le petit garçon est triste»; «La petite fille a peur.» Mimez vous-même l'émotion!
- Toujours à partir de 6 mois, lorsque votre enfant manifeste une émotion, nommez-la, par exemple : «Oh, tu es content!» Vous pouvez ensuite pointer l'image correspondante sur la doudou, si vous l'apercevez, et ajouter : «Regarde! Tu es content comme la petite fille!»
- Pour les petits de 6 à 12 mois, vous pouvez également vous cacher sous la doudou et jouer à «coucou!» avec votre enfant. Vous pouvez parler de l'émotion d'un des personnages, par exemple : «Regarde, il est fâché!» et vous cacher sous la doudou en faisant semblant de ressentir la même émotion.

De 1 à 2 ans :

- Posez la doudou au sol. Pointez les différents personnages en nommant les émotions exprimées ainsi que les actions réalisées, par exemple : «La petite fille est contente! Elle se balance dans l'arbre.»
- Faites en sorte que votre enfant pointe une émotion en réponse à une question que vous lui posez ou à la suite d'une consigne que vous formulez, par exemple : «Où est l'enfant qui est fâché?» ou «montre-moi l'enfant qui est fâché!»
- Si votre enfant parle davantage, pointez un des personnages sur la doudou et demandez comment celui-ci se sent, par exemple : «Comment se sent le petit garçon?» Si votre enfant ne vous répond pas, vous pouvez commencer une phrase pour lui et ajouter la première lettre du nom de l'émotion : «Le petit garçon a p...» S'il n'y arrive toujours pas, donnez-lui un choix de réponse : «Le garçon a-t-il peur ou est-il triste?»

À 2 ans et plus :

- En regardant ensemble la doudou, demandez à votre enfant de nommer les émotions qu'il y observe en vous montrant les personnages. Vous pouvez aussi le questionner, par exemple : «Quelle est l'émotion vécue par le petit garçon sous la branche d'arbre?» Si votre enfant répond seulement par un mot, par exemple «peur», formulez une phrase complète pour favoriser le développement de son langage en même temps : «Oui, le garçon a peur!»
- Aidez votre enfant à reconnaître le langage corporel associé à chacune des émotions des personnages illustrés sur la doudou. Vous pouvez par exemple lui faire observer que le garçon qui a peur a la bouche ouverte et les mains de chaque côté du visage ou que la fille heureuse sourit en se balançant sur la branche. Vous pouvez également jouer à imiter les visages des émotions, par exemple en demandant à votre enfant de faire sa face fâchée ou en donnant vous-même un modèle.
- Vers 3 ans, si votre enfant est capable de faire de petites phrases, pointez un personnage et demandez-lui d'identifier la cause de son émotion, par exemple : «Pourquoi a-t-il peur?» Continuez ainsi avec chacun des personnages de la doudou jusqu'à ce que votre enfant semble perdre de l'intérêt pour l'activité.

L'expression verbale des émotions est un processus graduel qui commence au moment de l'apparition des premiers mots et des premières phrases, et qui se poursuit jusqu'à 3 ou 4 ans. Lors du jeu, il est normal que votre enfant n'arrive pas à nommer toutes les émotions ou encore les situations qui les provoquent. En jouant avec lui, en nommant et en expliquant vous-même les émotions, il apprendra peu à peu à les reconnaître, à les nommer et à en identifier les causes. Le temps de qualité que vous passez ensemble favorise son développement affectif et langagier.

Au quotidien...

Doudou des émotions favorise de façon amusante l'identification des émotions, la capacité à les nommer et l'habileté à les expliquer sommairement. Toutefois, il est avantageux de poursuivre cette stimulation dans les situations de la vie quotidienne. Voici quelques conseils pour aider votre enfant à mieux identifier et exprimer ses émotions, positives comme négatives :

- Nommez souvent les émotions que vit votre enfant, même s'il est tout petit ; cela le prépare à identifier et à nommer ses émotions.
- Nommez les émotions que vous vivez. Quand vous expliquez à votre enfant que vous êtes content ou triste et pourquoi, il en vient graduellement à comprendre mieux les émotions et leurs causes.
- Devant un miroir ou en face à face, amusez-vous à imiter différentes émotions avec votre enfant. Il pourra ainsi mieux les reconnaître sur son visage et sur celui des autres.
- De façon plus générale, parlez-lui fréquemment tous les jours, entre autres pendant les routines comme le changement de couches, les repas et le bain, afin de stimuler sa compréhension du langage.



Un coup de pouce ?

L'expression et la gestion des émotions varient d'un enfant à l'autre. Il est normal pour un tout-petit de crier ou de pleurer plus longuement malgré votre réconfort. Si toutefois les crises sont fréquentes ou encore de grande intensité, vous pouvez en parler avec votre médecin de famille ou un autre professionnel de la santé ou du développement de l'enfant.



Pour suivre le développement de votre enfant...

Maintenant

Doudou des émotions amène votre enfant à comprendre et à utiliser les mots désignant les émotions de base, soit la joie, la tristesse, la colère, la peur et le dégoût. Si votre enfant est habile avec ce matériel éducatif, il pourrait aussi être rendu à dire ses premiers mots (des noms ou des verbes) et à comprendre de courtes consignes simples. Les jeux suivants pourraient donc lui convenir.



Le dé des premiers mots

Le jeu **Le dé des premiers mots** aide l'enfant de 6 mois à 2½ ans à développer son premier vocabulaire de noms comme «lait», «maison» et «chapeau». Dans ce jeu qui permet aussi de bouger, les photos très réalistes à insérer sur chaque face du dé ont été soigneusement sélectionnées parce qu'elles représentent souvent les premiers objets nommés par les bébés, selon des études.

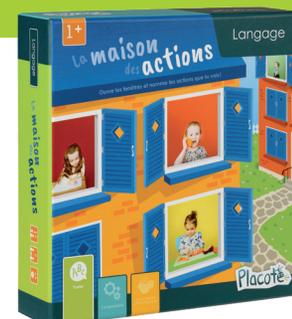
Code de produit : **PLA-1**



La maison des actions

Le jeu **La maison des actions** encourage l'enfant de 1 an à 3½ ans à utiliser des verbes d'action comme «manger» et «courir», ce qui est généralement plus difficile que d'employer des noms. Dans ce jeu d'association, les photos d'enfants aident le tout-petit à reconnaître les actions et le motivent à les nommer.

Code de produit : **PLA-2**



La tour des consignes

Le jeu **La tour des consignes** aide l'enfant âgé de 1 an à 2½ ans à comprendre de courtes consignes variées incluant des mots qu'il entend souvent au quotidien. Dans ce jeu de blocs, chaque cube illustre des consignes en lien avec une thématique différente (p. ex., les bruits d'animaux, les objets de la maison), ce qui permet à l'enfant d'élargir sa compréhension.

Code de produit : **PLA-8**



Plus tard

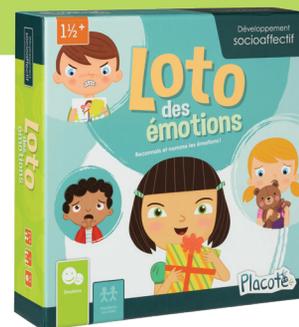
Si votre enfant comprend bien les noms des émotions et en emploie quelques-uns, il est probablement prêt à les utiliser couramment. Il est peut-être aussi rendu à reconnaître les émotions que vivent des personnages illustrés dans une scène et à en expliquer les causes. Les jeux suivants pourraient l'aider dans son développement.



Loto des émotions

Le jeu **Loto des émotions** permet à l'enfant âgé de 1½ an à 4 ans d'identifier et de nommer les émotions de base, soit la joie, la tristesse, la peur et la colère. Dans ce jeu de loto, les personnages sont des enfants, des parents et des grands-parents, ce qui amène le tout-petit à observer les émotions sur différents visages et à comprendre que tout le monde peut avoir les mêmes sentiments.

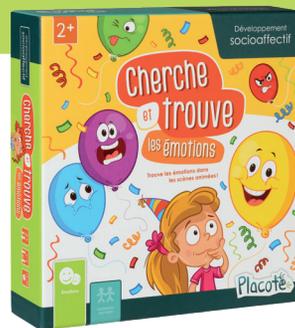
Code de produit : **PLA-18**



Cherche et trouve les émotions

Le jeu **Cherche et trouve les émotions** aide l'enfant âgé de 2 à 5 ans à reconnaître et à expliquer des émotions de base (la joie, la tristesse, la peur, la colère et le dégoût) vécues par des personnages dans différents contextes. Dans ce jeu de recherche et trouve, les causes des émotions sont claires et concrètes, ce qui aide l'enfant à faire le lien avec son vécu.

Code de produit : **PLA-19**



L'équipe de Doudou des émotions

Auteure du guide: Solène Bourque

Illustratrice: Anne-Marie Bourgeois

Révisseuse linguistique: Caroline Laflamme

Directrice de la collection: Marie-Ève Bergeron-Gaudin

Directeur éditorial: Simon Tobin

Directrices artistiques: Vanessa Dionne et Anne-Marie Lévesque

Consultantes: Solène Bourque, Stéphanie Deslauriers et Martine Dugas



Ce produit est conforme à la nouvelle orthographe

La différence **Placote**



Des jeux gradués

Nos jeux sont conçus par notre équipe d'experts pour suivre le développement de votre enfant, un jeu à la fois.

Des matériaux de qualité

Boîtes rigides, plateaux de jeu en casse-tête, cartes à jouer plastifiées... Tout est pensé pour être durable. Et nous produisons tout ce matériel localement, dans notre usine à Québec.

Une approche centrée sur l'interaction parent-enfant

Nos jeux sont éducatifs, certes, mais aussi conçus pour passer d'agréables moments en famille!

La science au cœur de la conception de nos jeux

Les plus récentes données scientifiques guident notre démarche éducative.



Notre mission: outiller le parent et lui donner confiance en ses moyens

Chaque jeu est accompagné d'un guide qui explique clairement le pourquoi et le comment derrière chaque objectif éducatif.