

> BIEN-ÊTRE

> PHOTOBOTH DES ÉMOTIONS

> JEUNES

CRIPS
PRÉVENTION • SANTÉ • JEUNESSE

île de France

Description : Ce jeu propose aux jeunes d'identifier les émotions à travers des photos.

Type de support : Cartes

Profil du public : 13-25 ans

Thématique principale : Bien-être/Émotions

Éditeur : Crips Île-de-France

Date : Septembre 2018



UTILISATION

- En groupe.
- Avec animateur ou animatrice.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES DE L'OUTIL

- À la fin de l'animation, les participants et participantes :
- Connaissent les différentes émotions.
 - Identifient leurs propres émotions et celles des autres.

THÈMES ABORDÉS

- Émotions.
- Bien-être.

COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES MOBILISÉES

- Avoir une pensée créative.
- Savoir communiquer efficacement/être habile dans ses relations interpersonnelles.
- Savoir gérer son stress.

MATÉRIEL

- L'outil se compose de :
- 6 cartes photos format A5,
 - 6 cartes émotions format A6.

CONSIGNE

« Divisez-vous en 6 groupes et sélectionnez une photo. Retrouvez les cartes "émotion" correspondant à chaque photo ».

RÈGLES DU JEU

Les animateurs ou les animatrices forment les groupes. Chaque groupe prend une carte photo. Les jeunes vont chercher les cartes émotions qu'ils pensent correspondre à la photo.

CONSEILS D'UTILISATION DE L'OUTIL

Le rôle de l'équipe d'animation est de veiller au bon déroulement du jeu et de faire réfléchir les jeunes sur les émotions identifiées.

À la fin du jeu, l'équipe d'animation reprend et débriefe avec les jeunes en classe entière. L'équipe revient sur ce qu'il s'est passé et amène les participants à se questionner sur l'expression et la reconnaissance des émotions :

« Comment ça se passe dans la réalité ? Est-ce toujours facile de reconnaître les émotions de quelqu'un ? Quelles différences observe-t-on d'une personne à une autre dans

l'expression des émotions ? Comment fait-on pour décrypter les émotions des autres ? Est-ce qu'on préfère les cacher ? Ou au contraire, les montrer ? »

L'animateur ou l'animatrice veille à compléter ces informations en fonction des besoins d'orientation du groupe (fournir des informations sur les professionnels relais sur le bien-être/mal-être).

L'équipe d'animation peut se servir de la liste récapitulative des émotions de Paul Ekman (ci-dessous) afin d'apporter des connaissances aux jeunes sur les émotions et leurs significations.

COLÈRE : Regard fixe, renfrognement du visage, lèvres serrées, sourcils et base du nez froncés, mâchoire serrée.

MÉPRIS : Unique expression asymétrique, contraction d'une extrémité des lèvres.

DÉGOÛT : Rétrécissement des yeux, grimace de la bouche, plissage du nez, muscles du menton tendus.

SURPRISE : Écarquillement des yeux, ouverture de la bouche, relèvement des sourcils.

TRISTESSE : Abaissement des coins de la bouche, regard tourné vers le bas, affaissement général des traits.

JOIE : Plissement des yeux, ouverture de la bouche, sourire, sourcils arrondis, rehaussement des joues.

PEUR : Yeux écarquillés, bouche ouverte, tremblement des lèvres, pâleur, transpiration.

AVANTAGES ET LIMITES DE L'OUTIL

Avantages :

- L'outil est ludique et interactif.
- L'outil permet de travailler la coopération et le travail en équipe.

PISTES D'UTILISATION ET OUTILS COMPLÉMENTAIRES

Les cartes émotions peuvent être utilisées seules pour initier un échange autour des émotions.

On questionne chaque personne du groupe sur son émotion dominante du moment :

« Comment vous sentez-vous, ici et maintenant ? »

L'animateur ou l'animatrice ne se contente pas d'une réponse générale (« bien » / « normal »). Il ou elle aide chaque personne à identifier l'émotion ou les émotions qu'elle ressent au moyen des cartes.

RESSOURCES NUMÉRIQUES

Il est possible de terminer la séance avec une vidéo sur les émotions :

“Et tout le monde s'en fout, # 3 les émotions” :

www.youtube.com/watch?v=_DakEvdZWLk&t=16s