

Le journal météo

Objectif : aider à ressentir

Matériel : aucun

Description

Il s'agit de repérer son ressenti du moment en utilisant la métaphore de la météo.

Consigne

Ce matin, je vais dire comment je me sens à l'intérieur de moi comme si c'était un bulletin météo (donner quelques exemples) : est-ce que ce sont des « gros nuages avec quelques éclaircies », « un ciel bleu avec un grand soleil, est-ce qu'il pleut, il fait froid, chaud... est-ce qu'il y a un "avis de tempête" » !

Notes

La réalité du gros nuage, de la tempête est connue de l'enfant. Libre arbitre : à lui de dire ou de taire. L'état intérieur de ce qu'en sent l'enfant a été nommé, pour lui et aux autres. Un avis de tempête annoncé autorise de se préparer, de demander comment faire, de quoi il y a besoin pour que cela soit tempéré ou même transformé. Je peux utiliser la terre, ou la pâte à modeler pour représenter ce ressenti. parfois les enfants vont parler de la météo extérieure. Les solliciter : « Oui, mais c'est comment à l'intérieur de toi ? ».

Quels liens pour grandir ?

Transformer la relation adulte-enfant

Michèle Bannay et Anne Bordage, 2013, Chronique sociale