

# Programme KIMOCHIS™

Programme ludique pour développer  
**L'INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE**

Enfants de 3 à 8 ans

**COMMUNIQUER**  
avec bienveillance

Se  
**POSITIONNER**  
et **S'AFFIRMER**  
avec respect

**COMPRENDRE**  
et **GÉRER** ses  
**ÉMOTIONS**

Construire une  
**BONNE ESTIME**  
de **SOI**

**VIVRE**  
de **BELLES**  
**RELATIONS**



**ANNÉE 2018-2019**

[info@je-decouvre-mes-talents.ch](mailto:info@je-decouvre-mes-talents.ch)

**076.370.80.17**

# Programme KIMOCHIS™

## Explorer les émotions par le jeu

Les peluches KIMOCHIS™ sont des outils de communication, chargés d'apprendre aux enfants à entrer en relation avec autrui, à mieux comprendre leurs émotions, à voir comment elles dictent leurs comportements et à quel point elles influent sur leur confiance en eux.

## Un cadeau pour la vie

Les études montrent que les enfants qui acquièrent des enseignements sociaux et émotionnels, connaissent :

- une augmentation de +23% de leurs compétences sociales et émotionnelles (amitié, compassion, pardon, entraide, résilience...)
- une diminution de -11% des anxiétés, angoisses liées aux relations avec les autres, et de -9% des agressions, violences et conflits
- une amélioration de +11% de leurs résultats scolaires



L'enfant qui apprend à reconnaître ses émotions, à les nommer et à les communiquer prend confiance en lui et développe des relations harmonieuses avec autrui. Ainsi outillé, il a davantage de chance de s'épanouir dans ses études, dans sa vie relationnelle et plus tard dans son travail.

## Qui sont les Kimochis™?

Les KIMOCHIS™ sont 5 personnages colorés et drôles, qui ont chacun leur personnalité et leur propre tempérament, avec certains bons côtés et certains que l'on apprécie un peu moins...

Chacune de ces peluches possède une poche spéciale où l'on insère des petits bonshommes-émotions. Ces petits coussins ronds et colorés ont un visage exprimant le sentiment qu'ils incarnent d'un côté et le nom de l'émotion qu'ils représentent de l'autre : heureux, triste, excité, courageux, frustré...



KEY.MO.CHEE signifie « émotions » en japonais.

Les enfants adorent les personnages KIMOCHIS™, entre autre parce qu'ils se reconnaissent dans leurs différents traits de caractère. De plus, pour certains enfants, parler des traits de caractère d'un personnage KIMOCHI™ peut parfois être plus confortable que de parler d'eux-mêmes directement. C'est justement l'intérêt d'avoir la peluche comme intermédiaire. Cet élément est important car il permet aux enfants de se sentir en confiance et en sécurité.

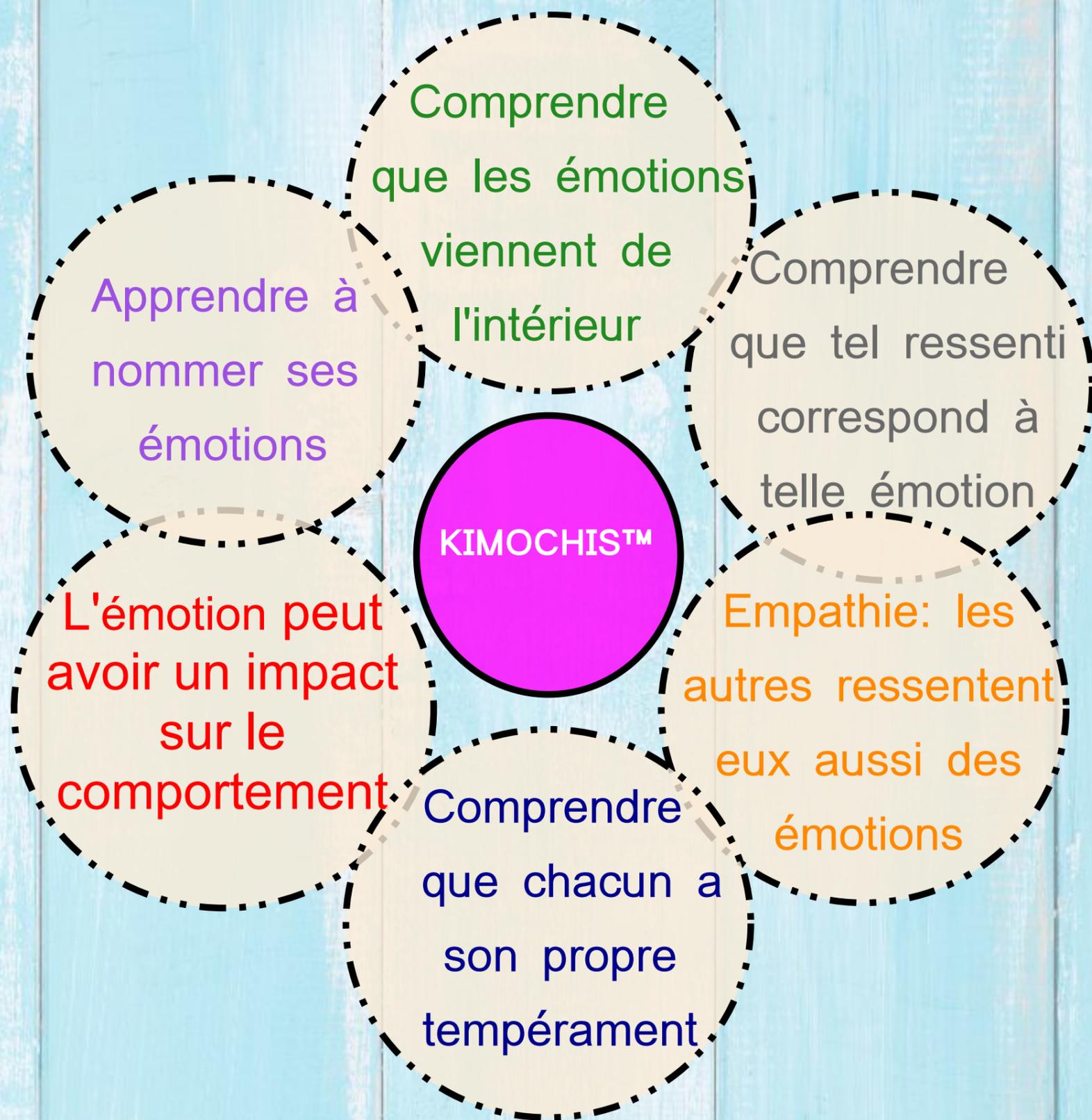
Les bonhommes-émotions rendent l'apprentissage des émotions plus concret pour les enfants puisqu'ils peuvent les manipuler et visualiser les mimiques de chacune d'entre elles.



## Méthode

En utilisant les KIMOCHIS™ et les bonhommes-émotions, les enfants explorent le monde des émotions d'une manière amusante et agréable, à travers:

des jeux de rôle, des histoires, des discussions,  
des activités manuelles...



Progressivement, au fil des séances, les élèves se constituent une **boîte à outils** qu'ils pourront utiliser de façon **autonome** dans la vie de tous les jours **à l'école, en famille** et **avec leurs camarades**.

A la fin de chaque atelier, les **enseignants** reçoivent une **fiche** leur donnant des informations concernant le **travail** qui a été **réalisé** durant la **séance**, afin de tenir **informés** les **parents d'élèves** des notions abordées.



## Qui suis-je?

Riche d'une expérience de 19 ans d'enseignement auprès d'élèves âgés entre 3 et 12 ans, je me suis fixé pour objectif d'aider les enfants à développer leur intelligence émotionnelle, au travers d'ateliers ludiques et vivants. C'est pourquoi je propose aujourd'hui aux écoles, un programme qui a déjà largement fait ses preuves, le programme KIMOCHIS™.

Il me tient en effet à coeur d'accompagner les enfants dans leur apprentissage du savoir-être, condition indispensable à la construction de citoyens épanouis et responsables.

## Comment?

Les ateliers sont organisés par classe. L'intervention peut se faire dans des classes de degrés d'enseignement simples ou multiples.

Il est prévu que chaque classe bénéficie d'une intervention de 45 minutes par semaine, mais il est possible d'adopter un autre mode de fonctionnement, selon vos besoins. Le programme peut se dérouler sur 1, 2 ou 3 trimestres.

Contact:

Fanny Juvenet

[www.je-decouvre-mes-talents.ch](http://www.je-decouvre-mes-talents.ch)

076.370.80.17

[info@je-decouvre-mes-talents.ch](mailto:info@je-decouvre-mes-talents.ch)