

Ateliers KIMOCHISTM

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



Inscriptions
info@je-decouvre-mes-talents.ch
076.370.80.17

Ateliers 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 KIMOCHIS™ 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 enfants 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 amis**.

A la fin de chaque atelier, les **parents reçoivent** une fiche leur donnant des **informations** concernant le travail qui a été réalisé durant la **séance**.



Quand ?

Les enfants participent à un cycle de 10 ateliers (Kimochis 1). Pour ceux qui le souhaitent, à la suite de ce premier cycle, je propose une autre série de 10 ateliers (Kimochis 2) pour aller plus loin et donner davantage d'outils aux enfants.

Des stages peuvent également être organisés pendant les vacances, sur demande.

Combien?

Durée

45 minutes par atelier avec les enfants + 10 minutes d'échanges avec les parents.

Tarifs

Forfait de 10 ateliers = 220.- par enfant (matériel inclus)
190.- pour le 2ème enfant

Contact: Fanny Juvenet

www.je-decouvre-mes-talents.ch

076.370.80.17

info@je-decouvre-mes-talents.ch