



Nourrissons:

- Saisir les émotions des parents et de la personne qui s'occupe de l'enfant
- Reconnaître les différentes expressions faciales
- Exprimer ses émotions par des sons, des expressions faciales et le langage corporel (par exemple, sourire, pleurer, se détourner).



Tout-petits:

- Compréhension d'être «heureux·reuse», «triste», «en colère» et «effrayé·e».
- Peut être dépassé par de grandes émotions.
- Faire preuve de soins et d'affection à l'égard des autres.



Enfant d'âge préscolaire:

- Comprendre une gamme plus large de mots liés aux émotions (par exemple, frustré·e, excité·e, nerveux·veuse)
- Commencer à reconnaître l'expérience de deux émotions à la fois.
- Capacité à exprimer verbalement ses émotions et à en discuter.
- Commencer à faire preuve de soin et de considération à l'égard des autres.



Pratiques des éducateur·trice pour soutenir la littératie émotionnelle



Lire des histoires écrites sur les émotions.

Chanter des chansons et lire des histoires sur les émotions.

Incorporer les émotions dans les jeux.

Reconnaître les émotions de chaque enfant tout au long de la journée.

Favoriser les relations où les enfants se sentent en sécurité lorsqu'ils-elles vous font part de leurs émotions.

Mettre en place des supports visuels pour que les enfants voient à quoi ressemblent les différentes émotions.

Soutenir la corégulation avec les enfants et tous les sentiments qu'ils-elles éprouvent.

Utiliser régulièrement des mots liés aux émotions dans votre classe.

Prévoir des activités qui donnent l'occasion de montrer ses émotions.

Donner l'exemple en exprimant et en étiquetant vos émotions d'une manière saine.

