



AU FIL DES ÉMOTIONS

Comment vous sentez-vous ?

**Genève,
ville de culture**

www.ville-geneve.ch

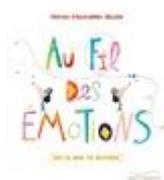


Une araignée n'a peur de rien !

Marendaz, S. / Gledhill, Carly

1 2 3 Soleil, 2020

Zoé l'araignée part en voyage mais, à peine sortie dans le jardin, ses amis l'appellent à l'aide. Elle tente de les rassurer en leur disant qu'il n'y a rien à craindre, à quelques exceptions près. Un album sur la peur et son dépassement.



Au fil des émotions : dis ce que tu ressens

Nunez Pereira, Cristina / Valcarcel, Rafael R.

Gautier-Languereau, 2016

Découverte de 42 émotions au fil de doubles pages comportant une grande illustration et un texte en regard, expliquant en détail le ressenti de chaque état d'âme, de la peur à l'ennui, en passant par la tendresse, la gratitude, la mélancolie ou encore la compassion.



Aujourd'hui je suis...

Hout, Mies van

Minedition, 2018

Différents poissons confient leurs humeurs du moment, allant de la joie à la tristesse en passant par la peur ou la colère. Un album pour apprendre à distinguer les émotions.



Le cache-cache des émotions de Petit Chat

Ockto Lambert, Fabien

Langue au chat, 2019

Un album pour découvrir les émotions en compagnie d'un petit chat tour à tour joyeux, triste, effrayé ou calme.



La couleur des émotions : l'album

Llenas, Anna

Quatre Fleuves, 2017

Un monstre change de couleur en fonction de ses émotions, mais aujourd'hui il est tout barbouillé. Son amie l'aide à remettre de l'ordre pour qu'il comprenne ce qu'il ressent.

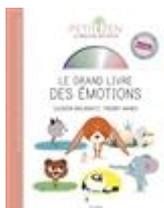


Les émotions

Piroddi, Chiara / Baruzzi, Agnese

Hachette Enfants, 2019

Un livre inspiré de la méthode Montessori pour apprendre à l'enfant à découvrir en s'amusant cinq grandes émotions (la joie, la peur, la tristesse, la colère et le dégoût), mais aussi à les partager et à s'en défaire.



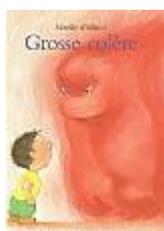
Le grand livre des émotions

Nielman, Louison

Manes, Thierry

Fleurus, 2018

Un album pour aider son enfant à être calme, heureux et détendu avec, au fil de l'histoire, des exercices de sophrologie simples et ludiques.

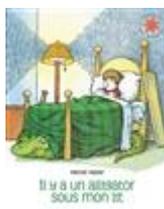


Grosse colère

Allancé, Mireille d'

Ecole des loisirs, 2004

Robert a passé une très mauvaise journée. Il n'est pas de bonne humeur et en plus, son papa l'a envoyé dans sa chambre. Alors Robert sent tout à coup monter une chose terrible.



Il y a un alligator sous mon lit

Mayer, Mercer

Gallimard-Jeunesse, 2022

Un petit garçon est persuadé qu'il y a un alligator sous son lit. Une histoire pour surmonter ses angoisses nocturnes.



Je veux crier !

Philip, Simon / Gaggiotti, Lucia

Little Urban, 2021

Une petite fille essaie plusieurs techniques pour contrôler sa colère.



Max et lapin. Même pas peur gros loup poilu !

Desbordes, Astrid / Martin, Pauline

Nathan Jeunesse, 2019

La nuit, dans son lit, Max entend un bruit et est persuadé que le gros loup poilu est revenu. Heureusement, il a une technique pour le faire partir.



Ne mords pas, petit loup !

Laprun, Amandine / Crahay, Anne

Albin Michel-Jeunesse, 2019

Un enfant, très en colère, mord ses amis. Une comptine qui aborde les émotions et apprend à les contenir. Un QR code permet d'écouter en ligne une version chantée.



Nina en colère

Naumann-Villemin, Christine / Barcion, Marianne

Kaléidoscope, 2017

Un album sur le thème de la colère enfantine, parfois incontrôlable.



P'tit Loup : le miroir des émotions

Lallemand, Oriane

Thuillier, Eléonore

Auzou éveil, 2019

Quand il est heureux, P'tit Loup a un grand sourire et ses yeux pétillent. Lorsqu'il est triste, ses oreilles tombent et ses yeux sont remplis de larmes. Un album interactif avec un miroir à chaque page pour apprendre à identifier, verbaliser et apprivoiser six émotions : la joie, la tristesse, la peur, le dégoût, la colère et la surprise.



Parfois je me sens...

Browne, Anthony

Kaléidoscope, 2018

Un album permettant à l'enfant d'apprendre à mettre un nom sur les émotions qu'il ressent.



Sorcidonie et les magipotirons : 4 histoires et activités pour apprivoiser ses émotions

Thullin, Nora

Duna, Ana

Fleurus, 2021

Sorcidonie vit avec des compagnons peu communs, les magipotirons. Chacun d'entre eux a son caractère, ses peurs, ses joies et ses colères. La petite sorcière les aide à comprendre leurs émotions et à les canaliser grâce à diverses activités surprenantes. Ces dernières, parmi lesquelles fabriquer une boule à chagrin ou modeler de la patafrousse, sont réalisables en moins de cinq minutes.