



Je joue et je découvre mes émotions

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Je joue et je découvre mes émotions

Cécile NEUVILLE, Junet PAMBOU

Je joue et je découvre mes émotions Cécile NEUVILLE, Junet PAMBOU

 [Télécharger Je joue et je découvre mes émotions ...pdf](#)

 [Lire en ligne Je joue et je découvre mes émotions ...pdf](#)

144 pages

Présentation de l'éditeur

C'est dans la famille que l'on apprend à gérer ses premières émotions et ce petit guide pratique se présente comme un véritable outil pédagogique à l'usage des parents, des enfants et de la **relation parent-enfant**. A partir des principes de base de la psychologie positive et de l'intelligence émotionnelle, les parents réapprennent pas à pas à **identifier, exprimer et partager leurs émotions**, et y découvrent aussi les clés pour apprendre à leur enfant à en faire autant.

Cécile Neuville, psychologue, spécialisée en **psychologie positive**, et Junet Pambou invitent parents et enfants à se retrouver autour d'une partie de jeu de l'oie pour parcourir en famille et avec les copains un chemin fait de partage, de tendresse, de soutien, d'attention, de compréhension et d'amour.

Le jeu :

Le plateau présente un parcours de **63 cases**. De la case départ à la case bonheur, les cases traversées sont classées en 7 catégories : défis, plaisirs, entraide, qualités, souvenirs, relations, situations.

Lorsque le joueur tombe sur une case, il pioche la carte correspondante. Sur chaque carte, une question, un défi, une mise en situation qui permettent d'explorer, d'exprimer et de partager les émotions.

Exemples :

Carte plaisir

Cite une odeur que tu adores et précise pourquoi ?

Carte relation

Avec qui aimes-tu te promener et pourquoi ?

Entraide

(Face à un personnage qui exprime la déception) Selon toi que ressent ce personnage ? Que ressens-tu toi face à lui ?

Et que pourrais-tu faire pour l'aider à se sentir mieux ?

Souvenirs :

Partage un souvenir agréable de vacances. Comment te sens-tu en y repensant ?

Situation :

Une personne se moque de toi. Comment réagis-tu ?

Chaque joueur fait un feedback.

Qualités

Qui est selon toi le joueur le plus " sage " et pourquoi ?

Défis

Sans prononcer un mot, imite 10 secondes un chat qui ronronne

Le livre présente en détails les 140 cartes : **la question posée, quelques précisions pour y répondre au mieux, un complément théorique et des exemples d'applications pratiques à intégrer dans le quotidien pour faciliter l'éducation**. Il se présente comme un véritable coach pour le parent qui le guidera pas à pas dans l'apprentissage émotionnel pour lui-même, pour ses enfants et pour leur relation parent / enfant.

Un jeu gagnant-gagnant où chacun en ressort plus confiant, plus positif et plus proche de chacun des autres joueurs.

Biographie de l'auteur

Cécile Neuville, psychologue, spécialisée en psychologie positive, cofondatrice du réseau des Maisons du

Bien-être et est déjà l'auteur des livres *Le Secret du Bonheur Permanent* (Ed. Le Quotidien malin) et *Apprendre à lâcher-prise* (Ed. Quotidien malin).

Junet Pambou, passionné d'histoire, de philosophie et formé à la psychologie positive, initiateur de Stages Déclic pour enfants sur le continent africain (au Gabon), est déjà l'auteur du livre *La Science du bien-être au service de l'enfant*.

Download and Read Online Je joue et je découvre mes émotions Cécile NEUVILLE, Junet PAMBOU
#4QM1XHYTV87

Lire Je joue et je découvre mes émotions par Cécile NEUVILLE, Junet PAMBOU pour ebook en ligneJe joue et je découvre mes émotions par Cécile NEUVILLE, Junet PAMBOU Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Je joue et je découvre mes émotions par Cécile NEUVILLE, Junet PAMBOU à lire en ligne. Online Je joue et je découvre mes émotions par Cécile NEUVILLE, Junet PAMBOU ebook Téléchargement PDFJe joue et je découvre mes émotions par Cécile NEUVILLE, Junet PAMBOU DocJe joue et je découvre mes émotions par Cécile NEUVILLE, Junet PAMBOU MobipocketJe joue et je découvre mes émotions par Cécile NEUVILLE, Junet PAMBOU EPub **4QM1XHYTEV874QM1XHYTEV874QM1XHYTEV87**