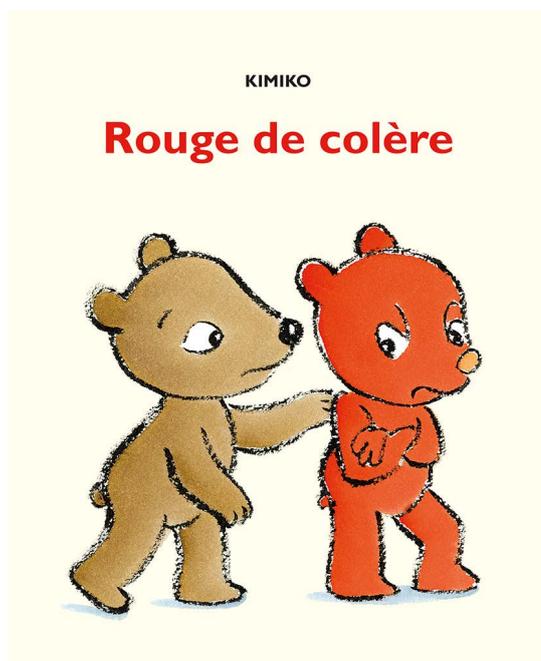


Rouge de colère

Kimiko



Malo et Lola vont goûter mais les gâteaux ont disparu... ce qui met Lola très en colère. Tellement en colère qu'elle en devient toute rouge ! Malo l'emmène dehors pour se calmer. Peut-être qu'ils vont découvrir comment les gâteaux ont disparu ?

↳ [Présentation du livre sur le site de l'école des loisirs](#)

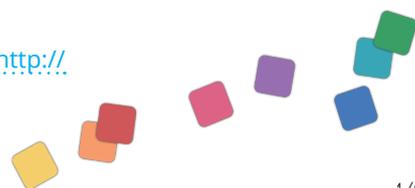
SOMMAIRE DES PISTES

1. [Deux marottes "Fâché ? Pas fâché ?"](#)
2. [Pour aller plus loin](#)
3. [L'avis des spécialistes](#)
4. [On se calme !](#)

✉ Contactez-nous : web@ecoledesloisirs.com



Ce document est sous licence Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale Pas de Modification CC BY-NC-ND, disponible sur <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>



1. Deux marottes « Fâché ? Pas fâché ? »

Pour confectionner ces deux marottes « indicateurs d'humeur », il vous suffit d'imprimer ces dessins de Kimiko (cf [annexe](#)) et de glisser une tige de bois (pique, abaisse-langue, baguette chinoise, voire paille) entre les deux faces collées dos à dos.

Pour solidifier l'ensemble, vous pouvez glisser un carton découpé entre les deux dessins.

Ces deux marottes vous serviront à « surligner » certains passages de l'album lors d'une deuxième lecture à voix haute. Glissées dans le livre laissé en libre accès, elles aideront l'enfant à s'appropriier l'histoire et à se la raconter avec ses mots.

Les marottes pourront l'accompagner dans la journée, elles l'aideront à exprimer ses propres sentiments, à indiquer qu'il commence à être en colère, quand il sent que « ça monte », ou au contraire à montrer que tout va bien, qu'il retrouve son calme.

Pour aller plus loin

Ce [dossier](#) réalisé par l'académie de Versailles, sur l'utilisation des marottes en petite section de maternelle.

2. Pour aller plus loin

À lire

D'autres livres sur la colère. Pas si nombreux finalement, alors que la colère est une émotion souvent éprouvée à cet âge.

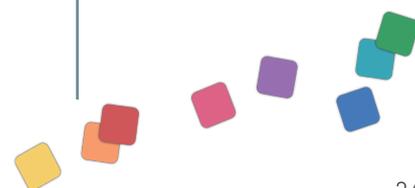
[Le livre en colère !](#), de Cédric Ramadier et Vincent Bourgeau (avec [dossier pédagogique](#))

[Nao est en colère](#), de Kimiko

Pour les plus grands :

[Grosse colère](#), de Mireille d'Allancé (avec dossier pédagogique)

[Nina en colère](#), de Christine Naumann-Villemin et Marianne Barcion



À chanter

La chanson [Pas content](#), de Canchounette :

*Quand je ne suis pas content,
Moi, je crie : « Non, non, non ! »
Quand je suis en colère,
Moi, je jette tout par terre !

Petite misère ou gros chagrin,
Je n'y penserai plus demain.
Petite misère ou gros chagrin,
Tout sera oublié demain.*

3. L'avis des spécialistes

Sur le site *Les Pros de la petite enfance* [une interview](#) d'Isabelle Filliozat, psychothérapeute, auteure du livre *Au cœur des émotions de l'enfant* (Marabout).

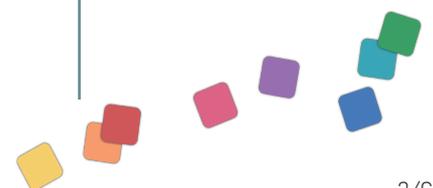
Isabelle Filliozat conseille aux professionnels de la petite enfance d'**adapter leur réponse** en fonction du **registre sensoriel** de l'enfant. Est-il tactile ? auditif ? visuel ? Si l'on demande à un enfant tactile de mettre des mots sur son émotion, cela ne fonctionnera pas. Mieux vaut le prendre dans les bras, par exemple.

Il faut agir vite. Chez un enfant, l'expression d'une émotion (colère, joie) dure quatre-vingt-dix secondes au maximum. Au-delà, il peut s'agir d'une émotion parasite.

L'adulte peut aussi montrer comment lui-même gère sa colère. **Souffler** ostensiblement, par exemple, peut devenir un truc, une méthode, pour exprimer une émotion tout en la canalisant. L'enfant apprend et s'habitue à souffler quand il est furieux.

Comment canaliser l'agressivité des enfants ? [Un reportage](#) de l'émission La Maison des maternelles.

Pour éviter les tensions et l'agressivité à la crèche, les professionnels préconisent de mettre des mots sur une situation conflictuelle, d'enseigner des **règles de vie** en société, de **dégrouper** les enfants, de prévoir des moments **calmes** (musique, lecture), mais aussi des moments pour **se défouler** (avec des instruments de musique).



Sur le site « Apprendre et éduquer », un [article](#) sur les neurosciences et ce qu'elles nous apprennent sur le cerveau des enfants.

Jusqu'à l'âge de 5 ans, l'enfant est dominé par son cerveau **archaïque** où siègent les émotions, les réactions spontanées, les réflexes de survie. Il ne fait pas encore le lien avec le cerveau supérieur (la raison, le langage). Il subit donc des **orages émotionnels**.

4. On se calme !

Petite liste d'activités calmes, après la tempête :

- Lecture d'un livre
- Peinture à doigts
- Pâte à modeler
- La pâte à sel à patouiller
- Musique à écouter
- Le dessin
- Un évier, une bassine avec de l'eau et des gobelets

Petite liste d'activités de défoulement, pour éviter la tempête :

- Jouer au jeu du déménagement avec des boîtes à transporter
- Faire des percussions sur des instruments (tambourin, xylophone, castagnettes, djembé), des casseroles ou des boîtes en plastique...
- Activités de psychomotricité (jeux de ballon, petits parcours)
- La piscine à balles
- Sortir, aller dehors pour sauter, courir, faire du tricycle...

