

Kimochis®

toys with feelings inside

**UN PROGRAMME PEDAGOGIQUE INTERNATIONAL POUR LE DEVELOPPEMENT
DES COMPETENCES SOCIALES ET EMOTIONNELLES DE L'ENFANT**



Kimochi (KEY.MO.CHEE) signifie “émotion” en japonais.

Les enfants ressentent parfois de très fortes émotions qui viennent alimenter des comportements difficiles. Parfois, il est dur de savoir comment communiquer quand on vit une émotion intense. Les Kimochis® offrent une manière amusante d'aider les enfants à apprendre comment identifier, exprimer leurs émotions et développer leurs compétences émotionnelles et relationnelles. Kimochis® enseignent donc un 4ème pilier à l'éducation : Lecture, Écriture, Calcul et RELATIONS. Ce « R » est une base d'équilibre et de réussite dans tous les domaines de la vie. C'est ce que l'on appelle l'intelligence émotionnelle.

Le lien Communication-Émotion-Comportement

Développer l'intelligence émotionnelle consiste à comprendre ce que nous vivons à l'intérieur de nous et à savoir l'exprimer d'une manière qui nous respecte nous-mêmes et respecte l'autre. Avec le programme Kimochis®, l'enfant reçoit des outils et découvre ses propres ressources afin d'entrer en relation et de maintenir des relations saines tout au long de son existence. Quand l'enfant devient moins pris en tenaille par l'intensité ou la quantité de ses émotions, il se sent mieux et plus disposé aux apprentissages.

Commençons par la connaissance de soi:

Qu'est-ce que je ressens?

Les coussins d'émotion Kimochis®



Les coussins d'émotion Kimochis®, avec un mot d'un côté et l'expression faciale de l'autre, sont un moyen tangible de les aider à comprendre et accéder à des émotions plus complexes et construire leur vocabulaire émotionnel.

Les coussins d'émotions sont la représentation même de ce qui se passe dans la vraie vie. Nous adoptons le visage et le corps de nos émotions. Nous communiquons avec un ton de voix et des mots qui expriment bien dans quel état nous nous sentons. Nous nous retrouvons souvent avec des sentiments imbriqués.

Très tôt, l'enfant s'aperçoit qu'il y a des sentiments qu'il aime avoir et des sentiments qui lui sont pénibles, mais tous les sentiments sont importants et portent un message destiné à changer et grandir.

Comment je communique?

Quels comportements j'utilise pour m'exprimer?

Les clés de Communication Kimochis®

Les outils de communication Kimochis® donnent aux enfants **LES OUTILS ET LA PRATIQUE** pour exprimer les émotions, en particulier celles qui sont désagréables, et leur montrent comment adopter un comportement qui construit et solidifie les relations. Au lieu de crier et d'arracher un jouet des mains quand je suis en colère ou jaloux, puis-je prendre une « respiration d'apaisement » et utiliser une « main qui parle » pour demander mon tour ? Puis-je utiliser une « voix qui parle » au lieu d'une « voix qui tape » ?

Tempérament et personnalité jouent aussi un rôle dans les relations !

Les personnages Kimochis®



Nous sommes tous différents. Et cela peut ajouter un nouveau challenge à notre manière de communiquer. Il est fort possible que je régule ma colère différemment de vous. Je peux éventuellement rester calme et silencieux quand je suis en colère.... Alors que vous allez peut-être crier et lancer des objets.

Il est important pour nous d'apprendre à nous connaître, nous comprendre et nous accepter les uns les autres, avec nos personnalités et tempérament, afin que nous puissions vraiment nous connecter (avec empathie) les uns aux autres et communiquer ensemble. C'est pourquoi chaque personnage Kimochis® a sa propre personnalité à laquelle l'enfant peut s'identifier.

Kimochis® est un programme complet utilisable dans les crèches, maternelles, ateliers extrascolaires, cabinets d'aide à l'enfance et écoles, jusqu'à l'âge de 10 ans. Il permet de développer l'intelligence émotionnelle de l'enfant et d'acquérir des compétences relationnelles qui lui seront utiles tout au long de la vie.

www.formations-positives.com

www.kimochis.fr



Les KIMOCHIS® arrivent dans le LOT !

Rentrée de Septembre 2022

Lieux à définir



Encadrement et animation
Vanessa CALAS
Thérapeute Familiale
Educatrice Kimochis®

Déroulement et inscription :

Le programme Kimochis® comporte 20 rencontres réparties sur l'année,
qui peuvent être découpées par séquences de 5 ou 10 séances :

- ▶▶ 5 ateliers sur les 5 personnages
- ▶▶ 5 ateliers sur les 5 clés de communication
- ▶▶ 10 ateliers sur 10 émotions

Un atelier dure 45 minutes + 10 minutes de restitution aux parents
avec remise d'une fiche parents-enfants « on s'entraîne à la maison ! »

3 groupes de 8 enfants

(constitués en fonction de l'âge et de la maturité) :

Les kiwis : 2,5 à 3,5 ans / Les koalas : 4 à 5 ans / Les kangourous : 5 à 6 ans

06-95-96-54-55