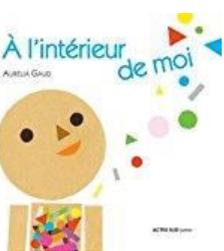
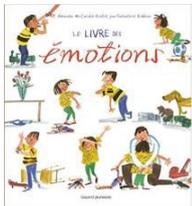
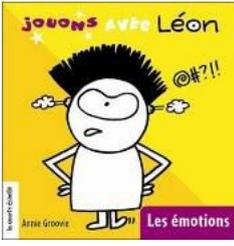
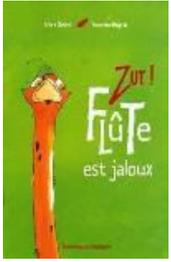
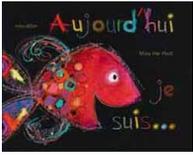
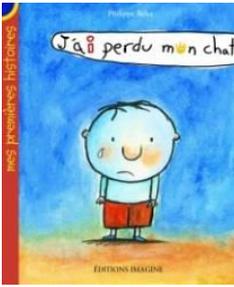
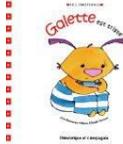
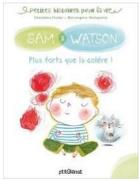
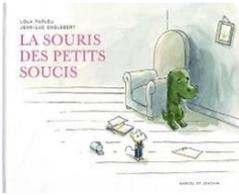


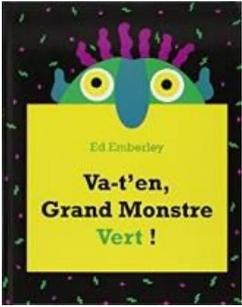
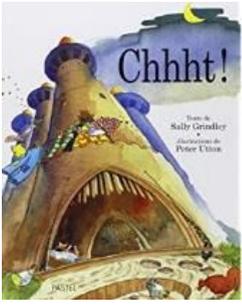
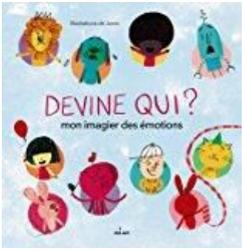
Lecture et gestion des émotions

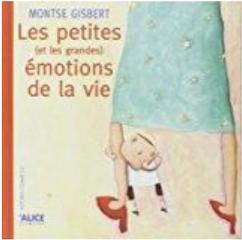
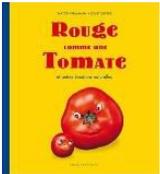
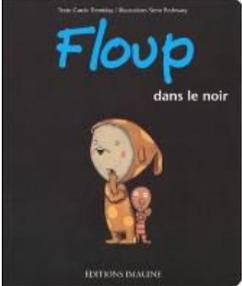
Couverture	Titre Auteur ou autrice	Âge	Résumé
	<i>J'ai peur de l'eau!</i> Pierrick Bisinski	0-2	Une petite souris qui a peur de l'eau... Quoi de plus normal ? Mais une grenouille qui sauve Bébé Souris et joue au ballon avec elle : ça, ce n'est pas tous les jours qu'on voit ça !
	<i>Clic, Crac... C'est le loup?</i> Jean Maubille	0-2	On y trouve, en alternance, des pages dans le noir où l'enfant inquiet croit qu'il entend le loup (« crac »), et des pages où il entend le « clic » de la lampe allumée par papa et découvre alors que ce n'est pas le loup.
	<i>À l'intérieur de moi,</i> Aurelia Gaud	0-2	Un livre court et simple aux jolies illustrations pour évoquer les différentes émotions qui nous animent dans la vie. Parfait pour aider les enfants à mettre des mots sur ce qu'ils ressentent. Il explique aux enfants la multitude des sentiments qui peuvent nous habiter et combien il n'est pas toujours facile, ni de les comprendre, ni de les vivre.
	<i>Mella, une mauvaise journée,</i> Hélène Desputeaux	1+	Voici un bel outil pour parler même aux tout petits enfants de leurs petites émotions.
	<i>Souriceau est fâché,</i> Linda Urban	2+	Qui connaît la meilleure manière de montrer qu'il est fâché ? L'ours tape du pied. Le lynx crie. Et Souriceau ? Il ne sait pas imiter le lynx et l'ours comme il faut. Mais s'il réussit à trouver sa manière, ce sera peut-être la meilleure de toutes.
	<i>Si j'étais en colère...</i> Yaya, Dominique Jolin	2+	Voici un livre très mignon qui illustre bien les réactions et les conséquences quand on est en colère : on est tout rouge, on mord les copains, on explose, on quitte... mais heureusement, Yaya n'est pas en colère!
	<i>Le livre des émotions,</i> Amanda McCardie	3+	Super livre pour parler des tracas du quotidien: école, nouveau bébé à la maison, dispute frère et soeurs, énervement des parents le matin quand les enfants se pressent pas, décès du cochon d'inde etc. et tout s'arrange car "dans cette famille il y a assez d'amour pour tout le monde".

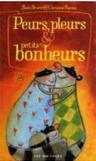
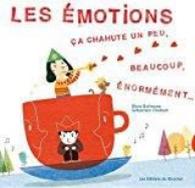
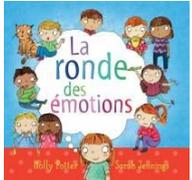
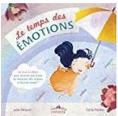
	<p><i>Content, fâché!</i> Amélie Falière</p>	<p>3+</p>	<p>À travers une petite histoire, l'enfant découvre à chaque double page une nouvelle émotion : colère, joie, tristesse, fierté, étonnement...</p>
	<p><i>Jouons avec Léon: les émotions,</i> Annie Groovie</p>	<p>3+</p>	<p>Les tout-petits découvriront le coloré Léon dans ce livre-jeu dont les pages cartonnées sont divisées en deux sections à coordonner. Le livre lève le voile sur quelques émotions familières aux enfants (peur, amour, gêne, joie, tristesse, etc.) au fil de situations quotidiennes vécues par le personnage bien aimé par les petits et grands.</p>
	<p><i>Collection Zut!</i> <i>Flûte est...</i> Claire Chabot</p>	<p>3+</p>	<p>Des livres qui abordent avec humour des sujets universels sur les sentiments humains, pour les enfants de 3 à 9 ans. Par le biais d'un sympathique personnage, l'enfant apprivoise et reconnaît ses sentiments, qu'ils soient positifs ou négatifs. Au fil de l'histoire, les émotions s'expriment, puis font place à la réflexion. Ainsi l'enfant apprend à désamorcer des situations qui suscitent en lui des réactions émotives.</p>
	<p><i>Ma boîte à petits bonheurs,</i> Jo Witek</p>	<p>3+</p>	<p>Voici un livre qui met en scène une petite fille qui page à page nous livre petits et grands bonheurs de son existence. Du plaisir d'être en famille à celui de manger des cerises, du bonheur de jouer avec ses amis à la joie de sauter dans les flaques, tout est bon à vivre. Au fil des pages, chaque bonheur trouve sa place, caché derrière une petite fenêtre qui, une fois ouverte, offre au lecteur surprise et émotion.</p>
	<p><i>Aujourd'hui je suis...</i> Mies Van Hout</p>	<p>3+</p>	<p>Un livre a priori très simple, un mot un dessin de poisson illustrant une émotion. Les beaux dessins très expressifs apprennent aux enfants reconnaître ses émotions pour les vivre sagement.</p>
	<p><i>J'ai perdu mon chat,</i> Philippe Béha</p>	<p>3+</p>	<p>Un petit garçon a perdu son chat et ses amis lui ramènent des animaux qui correspondent à la description de l'animal. Les belles images, le texte en rimes et les répétitions de certaines phrases vont charmer les tout-petits pendant la lecture. Suggestion d'animation : Après la lecture allez plus loin dans l'exploration de la tristesse causée par la perte d'un animal ou un objet cher.</p>

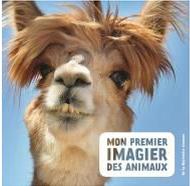
	<p><i>Collection de Dr Catherine Dolto</i></p>	<p>3+</p>	<p>Personne n'est complètement méchant ou gentil, mais tout le monde peut faire des choses méchantes et des choses gentilles, ça dépend des moments. Cette collection aborde différents sujets du domaine des émotions et du vivre ensemble. Ces livres aident les adultes à trouver les bons mots pour expliquer aux enfants les différents couleurs de leur quotidien: amitié, jalousie, gentillesse, etc. L'intensité du propos de chacun de ces livres varie, ce qui requiert de l'adulte une lecture attentive avant sa présentation aux enfants.</p>
	<p><i>Il y a des jours...</i> Mies Van Hout</p>	<p>3+</p>	<p>Un superbe livre avec des couleurs géniales et dessins particulièrement sympathiques.</p>
	<p><i>Quand tu es content,</i> Jane Cabrera</p>	<p>3+</p>	<p>Quand tu es content, si tu veux le montrer, une seule solution : le faire en chanson ! Alors, claque les mains, tape du pied, crie très fort et saute en l'air... Tu verras, c'est super ! Une comptine à chanter et à mimer pour s'amuser !</p>
	<p><i>Parfois je me sens...</i> Anthony Brown</p>	<p>3+</p>	<p>Un joli petit livre qui permet aux enfants de reconnaître facilement les émotions dont il est question. Il encourage les tout-petits à raconter leur journée et enrichir ainsi leur vocabulaire du domaine des émotions pour pouvoir expliquer pourquoi ils ont vécu telle ou telle chose.</p>
	<p><i>La couleur des émotions,</i> Anna Llenas</p>	<p>3+</p>	<p>Un très beau livre original qui fascinera les enfants par ses illustrations en 3D. Il apprend aux enfants comment distinguer les émotions. Ce livre est très bien écrit avec un vocabulaire élaboré et de belles illustrations qui rendent le livre ludique et captivant.</p>
	<p><i>Le vide,</i> Anna Llenas</p>	<p>3+</p>	<p>Voici un livre qui raconte l'histoire d'une petite fille, Julia, qui vivait sans souci jusqu'au jour où elle ressent un vide énorme qui laisse le froid passer, les monstres entrer et qui aspire tout. C'est un livre qui doit être lu avec délicatesse, car le sujet est un peu complexe : compréhension de soi, maturité et joie de vivre.</p>
	<p><i>Le chagrin de Babog,</i> Magali Le Huche</p>	<p>3+</p>	<p>Voici un super livre pour expliquer aux enfants le chagrin de façon ludique. L'émotion est très bien illustrée, ce qui permet aux petits de mettre des mots sur des ressentis et de pouvoir ainsi mieux les gérer.</p>
	<p><i>Galette Collection Les émotions,</i> Lina Rousseau</p>	<p>3+</p>	<p>Voici une collection de livres sur les émotions. Galette vit différentes émotions : colère, jalousie, tristesse, fierté, etc. Les enfants seront ravis d'apprendre à gérer leurs émotions en même temps que leur personnage favori.</p>

	<p><i>Gestion des émotions,</i> Gilles Diederichs</p>	<p>3+</p>	<p>Ce livre propose 35 exercices ludiques et tout simples pour aider les enfants à surmonter leurs émotions négatives. Vous trouverez une manière ludique de développer le bien-être des enfants grâce à des activités adaptées à chaque situation et faciles à mettre en oeuvre.</p>
	<p><i>Sam & Watson : plus forts que la colère,</i> Ghislaine Dulier</p>	<p>3+</p>	<p>Un livre plein de tendresse, une histoire parfaite, simple, réfléchie et réaliste montrant des situations concrètes qui parlent aux enfants. Ce livre permet de bien comprendre ce qu'est la colère, d'en discuter et surtout d'envisager une solution pour se calmer.</p>
	<p><i>La souris des petits soucis,</i> Lola Papeu</p>	<p>3+</p>	<p>La souris des petits soucis se charge de tous les ennuis : le loup qui fait pipi au lit, le lapin qui s'ennuie, la poulette tristounette, etc. Elle les console et troque leur chagrin contre un cadeau ou un conseil. Rentrée chez elle, elle utilise les chagrins pour tricoter des pulls ou faire des tartes aux cafards. Un album sur les angoisses et les frustrations de l'enfance.</p>
	<p><i>Le loup qui avait peur de son ombre,</i> Oriane Lallemand</p>	<p>3+</p>	<p>Loup a peur de tout, même de son ombre. Un jour, il décide de devenir courageux et quitte sa maison. Partant à l'aventure, son chemin est semé d'embûches et il apprend à vaincre ses craintes.</p>
	<p><i>La petite mauvaise humeur,</i> Isabelle Carrier</p>	<p>3+</p>	<p>Dès leur première rencontre, Pit et Pat s'entendent si bien que leurs barques n'en forment bientôt qu'une seule. Mais au fil du voyage, la monotonie se fait sentir et bientôt une petite mauvaise humeur s'installe entre les deux comparses. Prenant la forme d'une pelote de laine noire, la mauvaise humeur prend de plus en plus de place sur le bateau.</p>
	<p><i>Papa, fais-nous peur!</i> Pierrick Bisinski</p>	<p>3+</p>	<p>Les enfants qui adorent jouer à se faire peur (dès 3 ans) s'identifient parfaitement à l'histoire, illustrée de couleurs vives. Tom et Babette lancent un défi à leur père : "Papa, fais-nous peur !" Malgré les trésors de l'imagination paternelle, rien ne fonctionne... Jusqu'à ce que les enfants décident, une fois couchés, de surprendre leur père. Mais tel est pris qui croyait prendre, un énorme tigre masqué surgit du salon !</p>

	<p><i>Va-t'en, Grand Monstre Vert!</i> Ed Emberley</p>	<p>3+</p>	<p>Voici un livre bizarre... Un jeu de découpages fait surgir le visage en commençant par les yeux, puis le nez, puis une grande bouche rouge avec des dents blanches et pointues... jusqu'à obtenir une tête de monstre, plus drôle qu'effrayante. Surtout qu'il suffit de continuer à tourner les pages pour la faire disparaître graduellement. On peut recommencer à l'infini pour jouer à se faire peur et se rassurer. Un cauchemar sur mesure, parfaitement maîtrisable, idéal pour dédramatiser et contrôler les frayeurs des enfants.</p>
	<p><i>Chhht!</i> Sally Gringley</p>	<p>3+</p>	<p>Cette histoire, très visuelle, est pleine de surprises et de suspens. L'enfant peut participer au déroulement grâce à des petites portes qui lui permettent de vérifier si les différents personnages dorment toujours. L'enfant devient le héros de l'histoire et doit surmonter plusieurs étapes pour éviter de réveiller le géant, qui, comme vous vous en doutez, finit par se réveiller et se mettre en colère. Toutefois, la fin est très bien adaptée pour les tout-petits, car afin d'être sûrs que le géant n'attrapera pas l'enfant, il faut vite fermer le livre et l'y enfermer afin qu'il n'en sorte pas.</p>
	<p><i>Le livre en colère,</i> Cédric Ramadier</p>	<p>3+</p>	<p>Voici le livre en colère, tellement en colère qu'il est tout rouge ! Mais la colère, heureusement, passe et le livre se calme et se détend petit à petit.</p>
	<p><i>La colère du dragon,</i> Philippe Goossens</p>	<p>3+</p>	<p>C'est l'histoire d'un garçon qui, petit à petit, sent la colère monter en lui et se transforme en dragon. Il ne se contrôle plus, puis sa colère devient terrible, ensuite il se sent tout seul, enfin il fond en larmes. Il redevient alors un petit garçon entouré de son papa et sa maman.</p>
	<p><i>Moi, je boude,</i> Titus</p>	<p>3+</p>	<p>Un petit garçon explique comment il faut bouder. Ce n'est pas si facile, car parfois on finit par s'ennuyer ou on oublie à la longue la raison de la bouderie. Mais ce n'est pas grave, papa, maman, ça peut vite repartir pour un tour si vous posez la question!</p>
	<p><i>Devine qui?</i> Jarvis</p>	<p>3+</p>	<p>À l'âge de 2 ans, les enfants atteignent un stade très important de leur développement affectif : ils prennent conscience de leurs émotions et de celles des autres. Dans ce livre à la fois drôle et interactif, les jeunes lecteurs observent les images pour deviner ce que ressentent les personnages et reconnaître 12 émotions clés.</p>

	<p><i>Les petites et les grandes émotions de la vie,</i> Montet Gisbert</p>	<p>3+</p>	<p>Voici un ouvrage qui, en se basant sur des situations classiques de la vie de tous les jours, permet à l'enfant de mettre un nom sur les sentiments qu'il éprouve. C'est rassurant de se rendre compte que l'on n'est pas le seul dans son cas, de découvrir que la tristesse, la douleur, la joie ou l'amour sont des notions partagées par tous et normales. L'ouvrage est superbement illustré, très adapté aux enfants et d'une lecture instructive même pour les adultes.</p>
	<p><i>Bébés chouettes,</i> Martin Waddell</p>	<p>3+</p>	<p>C'est l'histoire de trois bébés chouettes qui, se réveillant une nuit, découvrent que leur maman est partie. Petit à petit, l'angoisse monte. Et si maman ne revenait pas ?</p>
	<p><i>D'où il vient ce gros chagrin?</i> Anne-Gaëlle Balpe</p>	<p>3+</p>	<p>Un matin, une petite fille se réveille avec un gros chagrin sur son lit. Jamais elle n'a vu de chagrin aussi gros. Elle décide de chercher ce qui a bien pu l'amener jusqu'à elle : est-ce le bobo sur son genou, l'oreille décousue de son ours en peluche ou encore la boîte de biscuits vide ? Impossible de savoir. Alors elle essaie de le faire rire, pour qu'il soit moins gros... Et le gros chagrin devient si petit qu'il disparaît dans sa poche.</p>
	<p><i>Rouge comme une tomate et autres émotions naturelles,</i> Saxton Freymann</p>	<p>3+</p>	<p>Quelle tête fait l'enfant lorsqu'il est heureux ? Fatigué ? Fâché ? Ou qu'il s'est fait gronder ? Voici un livre qui présente toutes les moues et expressions enfantines, des plus drôles aux plus tendres, sous la forme de fruits et légumes hilarants!</p>
	<p><i>Le bonheur, c'est un peu de miel,</i> Giles Andreae</p>	<p>3+</p>	<p>Un ours présente des petits riens qui font les bonheurs de la vie : sauter du lit, faire la galipette, le câlin du matin, retrouver les copains, faire une partie de cache-cache... Un bestiaire sympathique et une présentation chaleureuse de la vie de chaque jour.</p>
	<p><i>Floup dans le noir</i> Carole Tremblay</p>	<p>3+</p>	<p>Floup est réveillé par un bruit. Dans la noirceur de sa chambre, il imagine toutes les créatures monstrueuses qui pourraient s'y trouver. En allumant la lumière, il se rend bien compte qu'aucun monstre n'est dans sa chambre. Il découvre cependant sa peluche Petit Bob qui pleure. Celui-ci est tombé en essayant de grimper sur l'étagère, ce qui a créé le bruit qui a réveillé Floup. Ensemble, Floup et Petit Bob se rendorment le sourire aux lèvres. Cet album de petit format propose une histoire simple et amusante sur les peurs nocturnes.</p>

	<p><i>Peurs, pleurs et bonheurs,</i> Paule Brière</p>	<p>3+</p>	<p>Voici un recueil de devinettes rimées qui portent sur toutes sortes d'émotions que l'on vit au quotidien : la joie, l'espoir, l'ennui et d'autres encore. Une invitation irrésistible à entrer dans le jeu et ... à donner sa langue au chat !</p>
	<p><i>Les émotions, ça chahute un peu, beaucoup, énormément...</i> Rhéa Dufresne</p>	<p>4+</p>	<p>Un livre qui présente chaque émotion dans une situation qui la fait naître. La scène permet d'identifier les attitudes et les mimiques caractéristiques du sentiment éprouvé. L'enfant pourra reconnaître douze émotions qui peuvent quotidiennement déborder en lui et chez les autres.</p>
	<p><i>Cléo en colère,</i> Sybille Delacroix</p>	<p>4+</p>	<p>Un livre qui aide à verbaliser la colère et les différents sentiments que nos petits peuvent ressentir. On sent la tension monter au début de l'histoire pour éclater en grosse colère. Comment la gérer ? À vous de découvrir.</p>
	<p><i>Mes petites peurs,</i> Jo Witek</p>	<p>4+</p>	<p>Voici un livre qui met en scène comme héroïne une fille qui, page à page, nous livre ses petites peurs du quotidien. Des monstres cachés dans la cuisine au grand méchant loup dans la forêt, en passant par la perte de maman au supermarché et la visite du docteur, notre petite fille va apprivoiser ses peurs au fur et à mesure. Un doux message de confiance en soi.</p>
	<p><i>La ronde des émotions,</i> Molly Potter</p>	<p>4+</p>	<p>Les émotions surgissent spontanément et les enfants ne savent pas toujours comment les apprivoiser. Ce livre est un outil précieux pour les aider à reconnaître leurs émotions et à trouver des stratégies afin de ne pas les laisser prendre le dessus.</p>
	<p><i>Le temps des émotions,</i> Carla Manea</p>	<p>4+</p>	<p>Un très beau livre qui raconte poétiquement les émotions. Avec des volets à déplier, il saura enchanter les petits tout en leur expliquant les émotions.</p>
	<p><i>Boum! La colère,</i> Émilie Rivard</p>	<p>4+</p>	<p>Comment gérer la colère? Bonne question, surtout quand elle vient soudainement. Heureusement <i>Boom! La colère</i>, nous donne l'occasion de découvrir une manière assez cocasse de désamorcer une crise.</p>
	<p><i>Je suis une couleur,</i> Gwen Le Gac</p>	<p>4+</p>	<p>Un album pêle-mêle pour s'initier au langage des couleurs et aux émotions qui leur sont associées. Les expressions du langage – « rouge de colère », « vert de peur », « rire jaune », « fleur bleue » – accompagnent les expressions du visage. Les pages du livre, découpées en deux, invitent à jouer avec cette palette d'expressions, d'émotions et de couleurs, en multipliant les combinaisons à l'infini.</p>

	<p><i>Nous, quand on sera grands,</i> Matthieu Maudet</p>	<p>3+</p>	<p>Quand le Petit Chaperon Rouge et les trois petits cochons imaginent leur vengeance sur le méchant loup une fois grands, ce dernier est très en colère. Attention, la vengeance est un plat qui se mange froid ! Un livre amusant aux dessins expressifs et colorés.</p>
	<p><i>Mon premier imagier des animaux</i></p>	<p>3+</p>	<p>Qui est sérieux ? Le lion ! Qui est zen ? Le chameau ! Et timide ? La tortue ! Et terrifiante ? La hyène ! Plus de cinquante animaux se mélangent pour offrir toute la palette des sentiments. Des photos animalières exceptionnelles pour apprendre à nommer les expressions et les sentiments !</p>