

**Mitix, le petit robot solitaire - Enseignant****1. Le départ de Mitix**

Les deux émotions présentées dans la première partie du texte sont: le dégoût et la colère. La description sert de repère pour l'enseignant. Elle ne doit pas être présentée telle quelle aux élèves.

1. Description

Dégoût: Situation provoquant le rejet. Sourcils et yeux froncés. Les lèvres se rétractent. Envie physique de reculer, de s'éloigner. Perte d'appétit. Envie de vomir.

Colère: forte accélération cardiaque. Importante augmentation de la température de la peau, Sensation de chaleur, le sang afflue dans les mains. La mâchoire inférieure avance. Tension dans la mâchoire. Sourcils froncés. Expiration plus longue que l'inspiration. Poings serrés. Envie de frapper.

2. Discussion avec les élèves**2.1. Gambette – Le dégoût****Que ressent Gambette?**

Gambette est dégoûtée, elle ressent du dégoût.

Pourquoi Gambette est-elle dégoûtée?

Car elle a bu quelques gouttes d'huile de moteur.

Présenter les pictogrammes. Identifier celui du "dégoût".

Coller sur le tableau des émotions.

**Par quelle nourriture avez-vous déjà été dégoûtés?**

Propositions possibles: épinards, frites, ketchup, chocolat, bonbons, etc.

Est-ce que l'on peut être dégoûté par autre chose que de la nourriture?

Par une image, par des mots, par des gestes, etc.

Qu'avez-vous envie de faire lorsque vous ressentez du dégoût?

Fermer les yeux, courir, s'échapper, vomir, etc.



Mitix, le petit robot solitaire - Enseignant

Qu'avez-vous envie de faire lorsque vous êtes dégoûtés?

<i>Arrêter de manger ou boire le produit</i> <i>Arrêter de regarder le film</i> <i>Arrêter d'écouter le son</i>	Dire STOP !
<i>En parler avec ses parents</i> <i>En parler avec un ami ou une amie</i> <i>En parler à un adulte de confiance</i>	EN PARLER

2.2. Boubou – La colère

Que ressent Boubou?

Boubou est en colère, il ressent de la colère.

Pourquoi Boubou est-il en colère?

Parce qu'il a été réveillé par Mitix et Gambette.

Identifier le pictogramme "colère". Coller sur le tableau des émotions.



Pourquoi Boubou se fâche-t-il ainsi?

Sur le moment, il croit peut-être que Mitix et Gambette ont fait exprès de faire du bruit.

Boubou est en colère car il dormait confortablement et des bruits l'ont réveillé de manière soudaine.

A-t-il raison de se mettre en colère?

Oui, parce qu'il a été dérangé. Il n'est jamais très agréable d'être dérangé.

Non, parce que Mitix et Gambette n'ont pas fait exprès de le réveiller.

Dans quelles situations vous mettez-vous en colère ?

Exemple pouvant être utilisé: lorsque l'on reçoit un coup (volontaire ou involontaire.)

Qu'avez-vous envie de faire lorsque vous êtes en colère?

Envie de: crier, taper, pleurer, etc..

**Mitix, le petit robot solitaire - Enseignant****Que pouvez-vous faire pour vous calmer ?**

<i>S'éloigner, prendre de la distance, respirer</i>	Dire STOP !
<i>Discuter avec la personne avec qui on est fâché</i> <i>Dire ce qui nous a mis en colère</i> <i>En parler avec ses parents</i> <i>En parler avec un ami ou une amie</i> <i>En parler à un adulte de confiance</i>	EN PARLER