



2. Mais qui est triste?

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

1. Description

Tristesse: Accélération cardiaque moindre que dans la colère. Très faible augmentation de la température de la peau. Baisse du tonus. Serrement au niveau de la poitrine, entre les seins. Crispation des membres. Pleurs.

Peur: Accélération cardiaque, baisse de la température de la peau, sensation de froid, poils qui se dressent, chair de poule, bouche sèche, estomac serré, mains moites. Sang dans les muscles des jambes, le visage pâlit.

2. Discussion avec les élèves

2.1. Tic – La tristesse

Que ressent Tic?

Tic est triste, il ressent de la tristesse.

Pourquoi Tic est-il triste?

Car il a égaré ses provisions.

Présenter les pictogrammes. Identifier celui de la "tristesse".

Coller sur le tableau des émotions.



Dans quelles situations vous sentez-vous tristes?

Selon le contexte ou les situations personnelles des élèves, il est possible de ne pas poser cette question de manière frontale et de passer directement à la suite.

Propositions possibles: deuil, dispute avec un ami, sentiment de solitude, perte d'un animal familier, etc.

Que se passe-t-il en vous lorsque vous vous sentez tristes?

Boule au ventre, envie de pleurer, perte de confiance en soi, etc.



Mitix, le petit robot solitaire - Enseignant

Que pouvez-vous faire lorsque vous êtes tristes?

<i>S'éloigner de la cause du malheur (si c'est possible!)</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. Pin-Pin – La peur

Que ressent Pin-Pin?

Pin-Pin a peur, il ressent de la peur.

Pourquoi Pin-Pin a-t-il peur?

Car il découvre Mitix, une créature inconnue.

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



Est-ce que Pin-Pin a raison d'avoir peur?

Pin-Pin est méfiant car il ne connaît pas Mitix. Il a donc peur que Mitix ne soit pas quelqu'un de gentil et il a raison de se montrer méfiant, au début.

Dans quelle situation avez-vous déjà eu peur?

En regardant un film, dans le train fantôme, etc...

Qu'est-ce qui peut faire peur?

Propositions possibles: quelqu'un, une situation, une image ou un film, une musique, etc.

**Mitix, le petit robot solitaire - Enseignant****Que pouvez-vous faire lorsque quelque chose ou quelqu'un vous fait peur?**

<i>S'éloigner de la personne qui fait peur</i> <i>Ne pas regarder l'image ou la vidéo qui fait peur</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