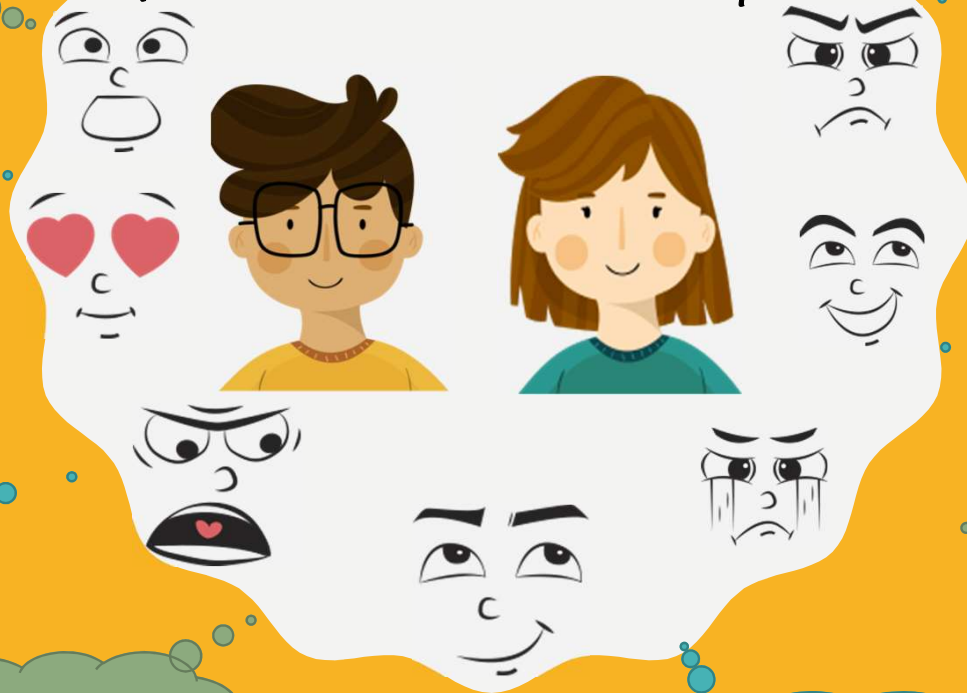


Diplôme des découvreurs

Nous certifions que

a fait ces 10 découvertes capitales!



Il y a 7 émotions de base: tristesse, joie, peur, dégoût, amour, colère et honte

Les émotions passent

Les émotions transforment notre corps : à l'extérieur et à l'intérieur

Exprimer ses émotions aide à s'en libérer

Les émotions sont utiles : elles nous servent à bien réagir

On peut éprouver plusieurs émotions en même temps

Les émotions sont universelles

Enfouir une émotion ne sert à rien car elle ressort toujours plus tard

Les animaux ont aussi des émotions

Quand on pose des mots sur ses émotions, on commence à les maîtriser