

DUMONTET ASTRID, LANGLOIS ALEX : *Les émotions* - MILAN (MES P'TITES QUESTIONS), 2017. 8.90 EUR.

Entrecoupé de petits exemples mettant en scène des personnages confrontés à des émotions, ce documentaire explique comment se manifestent les émotions, leur utilité, les signes pour les reconnaître chez les autres, les émotions des animaux, les changements d'humeur, l'expression des émotions selon que l'on est fille ou garçon, le rôle du cerveau dans la formation des émotions. Il s'intéresse ensuite plus précisément à la timidité, à la colère, à la peur, aux différences culturelles dans l'expression des émotions, aux larmes et au rire, au partage des émotions à travers l'art ou le sport, au sentiment amoureux...



GABRIEL CÉCILE : *Quelle émotion ?! : comment dire tout ce que j'ai dans le cœur...* - MILA, 2007. 19.95 EUR.

Cet ouvrage invite l'enfant à deviner et à nommer les émotions, les sentiments ou états qui nous animent. Pour chacun d'eux, une première double page met en correspondance un texte qui décrit succinctement ce qu'on ressent et le détail d'une photographie mettant en scène des enfants. Grâce à un jeu de découpe, la photographie apparaît dans son ensemble à la page suivante avec le nom de l'émotion ou du sentiment qu'elle illustre : timidité, amour, fierté, peur, curiosité, excitation, tristesse...



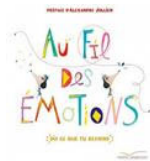
KLAUSS ANJA : *Un ange dans ma tête* - ALICE JEUNESSE (HISTOIRE COMME ÇA), 2007. 12.90 EUR.

Lili s'ennuie en attendant sa grand-mère qui vient passer le week-end à la maison. Quand elle arrive enfin, sa Mamie lui conte l'histoire de l'ange de l'ennui qui "peint le monde aux couleurs du brouillard", et au fil de la journée, de toute une famille d'anges : les anges de la curiosité, de la fantaisie, de la peur, du courage, de la joie, de la tristesse, de l'amour, de la haine... Un album de fiction richement illustré qui aide à identifier les émotions.



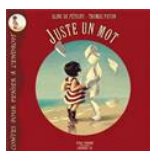
LÉPINE ESTELLE, CRESSELY MAUD : *E comme émotion* - Du Rouergue, 2009. 7.00 EUR.

Quand l'infirmière à la visite médicale dit à Hippo qu'il est émotif, celui-ci cherche à comprendre : Est-ce une maladie ? Quand apparaissent ses émotions ? Comment se manifestent-elles ? Que ressent-il ? Peut-on repérer les émotions des autres ?



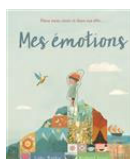
NUNEZ PEREIRA CRISTINA, VALCARCEL RAFAEL : *Au fil des émotions : dis ce que tu ressens* - GAUTHIER-LANGUEREAU, 2016. 15.00 EUR.

Des petits textes accompagnés de grandes illustrations poétiques invitent l'enfant à un parcours nuancé au fil de 42 émotions qui se répondent les unes les autres. Pour découvrir, identifier et différencier ses émotions...



PETIGNY ALINE DE, PATON THOMAS : *Juste un mot* - POUR PENSER A L'ENDROIT (CONTES POUR PENSER A L'ENDROIT), 2013. 7.00 EUR.

Comment exprimer ce que l'on ressent devant une émotion esthétique ? Le personnage de cet album, une petite fille, ne trouve pas de mot à la hauteur pour dire ce qu'elle éprouve en écoutant de la musique. A défaut, elle prend le parti de l'expliquer à travers ce qu'elle ressent dans son corps...



WALDEN LIBBY, JONES RICHARD : *Mes émotions* - NORDSUD, 2016. 13.00 EUR.

Cet album exprime, souvent à l'aide de métaphores, ce que l'on ressent quand on éprouve des émotions : escalade d'une montagne pour le courage, rivière débordante pour la tristesse, volcan en éruption pour la colère...



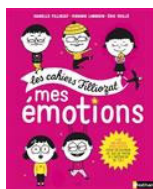
FILLIOZAT ISABELLE, BENAGLIA FRED : *Mes peurs, amies ou ennemies ?* - NATHAN (LES CAHIERS FILLIOZAT), 2017. 12.90 EUR.

Cet ouvrage propose des petits jeux et des activités (quiz, coloriages, dessins, collages...) pour apprendre à différencier les peurs utiles des peurs inutiles et à les apprivoiser. Un livret à destination des parents en fin d'ouvrage explique la démarche.



FILLIOZAT ISABELLE, LIMOUSIN VIRGINIE, VEILLE ERIC : *Colère et retour au calme* - NATHAN (LES CAHIERS FILLIOZAT), 2017. 12.90 EUR.

Cet ouvrage propose des petits jeux et des activités (quiz, coloriages, dessins, collages...) pour développer l'intelligence émotionnelle de l'enfant et l'aider à adapter son comportement face à la colère. Il y découvre ainsi l'utilité de la colère, apprend à distinguer la colère de la violence, de la rage ou du stress, et à exprimer sa colère sans violence. Un livret à destination des parents en fin d'ouvrage explique la démarche.



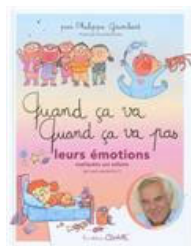
FILLIOZAT ISABELLE, LIMOUSIN VIRGINIE, VEILLE ERIC : *Mes émotions* - NATHAN (LES CAHIERS FILLIOZAT), 2016. 12.90 EUR.

Cet ouvrage propose des petits jeux et des activités (quiz, coloriages, dessins, collages...) pour développer l'intelligence émotionnelle de l'enfant et l'aider à adapter son comportement face à ses émotions et à celles des autres. L'enfant peut ainsi découvrir les émotions de base, leur utilité, les réactions du corps, l'empathie... et apprendre à les identifier, à exprimer son ressenti et à gérer ses émotions. Un livret à destination des parents en fin d'ouvrage explique la démarche.



GODARD DELPHINE, WEIL NATHALIE, TRÈVE NICOLAS : *Bouh ! Aaaaaa ! Iiiiiiiiih !* - NATHAN JEUNESSE, 2017. 16.90 EUR.

Peurs ancestrales, peurs face à un danger, peurs innées ou acquises, angoisses et phobies, peur des autres, peurs imaginaires, cauchemars, monstres, héros sans peurs, Halloween... Ce livre documentaire avec rabats à soulever et illustrations humoristiques présente un panorama des différentes sortes de peurs, avec quelques astuces pour les surmonter.



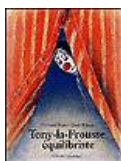
GRIMBERT PHILIPPE : *Quand ça va quand ça va pas ? les émotions* - CLOCHETTE, 2018. 15.00 EUR.

Ce documentaire s'adresse à l'enfant pour l'aider à nommer, contenir ou exploiter ses émotions. Après une première partie consacrée aux émotions en général (combien d'émotions puis-je ressentir dans une journée, y a-t-il de bonnes et de mauvaises émotions, comment faire si je suis trop émotif ? ...), il aborde chaque émotion sur une double page mettant en avant d'abord le rôle positif de l'émotion puis évoque les états ou comportements plus problématiques. De nombreux encarts à destination des parents donnent des conseils éducatifs pour gérer les émotions de leurs enfants.



LANGONNET CECILE, REGANI SOUFIE : *Les émotions : émois... et moi dans tous mes états !* - LES P'TITS BERETS (LES MAINS VERTES), 2016. 13.90 EUR.

Comme l'indiquent le préambule et l'annexe à destination des parents, ce livre invite à la communication ; il a pour objectif de sensibiliser les enfants au rôle que les émotions peuvent avoir dans leur vie intime et sociale pour les aider à gérer leurs émotions et à avoir des comportements adaptés dans les relations avec les autres. Il permet ainsi d'identifier l'amour, la colère, la déception, la fierté, la honte, l'impatience, la jalousie, la joie, la peur, la solitude, la timidité, ou la tristesse et met notamment en avant leur rôle et leur utilité.



MOERS HERMANN, WILKON JOZEF : *Tony-la-Frousse équilibriste* - NORD SUD, 1990.

Tonio est équilibriste, et avec sa femme, l'artiste le plus célèbre du cirque Mondo. Un jour la peur s'empare de lui et l'empêche de réaliser son numéro. C'est le clown Chico qui trouvera un stratagème pour le sauver de sa détresse et lui permettre de retrouver l'admiration du public.



PERROTIN ELODIE : *Timide* - PALISSADE, 2016. 13.50 EUR.

La narratrice de cette album est timide. Elle raconte toute la difficulté de vivre avec cette émotion où la peur et la honte se mêlent et qui isole des autres. Pendant longtemps, elle a considéré cette timidité comme un handicap, en essayant de s'en débarrasser, jusqu'au jour où elle s'en est fait une alliée...



BALPE ANNE-GAËLLE, MAHE VINCENT : *Le bureau des poids et des mesures* - MILAN, 2016. 14.90 EUR.

Le petit héros de cet album rentre un jour de l'école à la fois un peu triste et un peu énervé. Cela ennue beaucoup son papa car il ne peut pas mesurer ce que ressent son fils. Il faut dire que ce papa est ingénieur au Bureau des poids et mesures et que ses missions sont très importantes puisque sans mesures, le monde serait sens dessus dessous. Tous deux décident alors d'inventer des instruments et des unités pour mesurer les sourires, le chagrin, l'amour. Mais l'utilisation de ces instruments a des conséquences imprévues... Un album qui aborde avec humour les limites du partage des émotions.



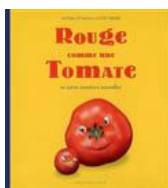
SEDAKOVA OLGA, GIANELLI GABRIELLA : *Les métamorphoses d'Olia* - ACTES SUD (ACTES SUD BD), 2014. 15.00 EUR.

Olia, l'héroïne de cet album, a le pouvoir de se transformer quand elle est envahie par une émotion : en poule quand elle boude après une dispute avec sa mère, en cochon quand on lui reproche son désordre, en oiseau des îles par tendresse pour sa grand-mère, en petit chien quand elle est vexée, en ours ou en orage menaçants quand ses parents ne lui prêtent pas attention...



ALTER ANNA, CYRULNIK BORIS, CORDASCO CATHERINE : *A l'école des animaux, ce qu'on ne sait pas encore...* - LE POMMIER (SUR LES ÉPAULES DES SAVANTS), 2017. 13.90 EUR.

Ce livre propose un état des connaissances scientifiques acquises sur les animaux. Il s'intéresse notamment à leur sensibilité et à leurs émotions, leurs attachements, leurs jeux, leur rapport à la mort ; l'étude de ces comportements permettant aussi d'apprendre sur les humains...



FREYMANN SAXTON, ELFFERS JOOST : *Rouge comme une tomate et autres émotions naturelles* - MILA, 2007. 13.00 EUR.

Un navet ravi, une pomme morose, un poireau mal à l'aise, une petite tomate jalouse... Cet album présente des photos de fruits et légumes (grands et petits) aux mines étonnamment expressives pour échanger avec l'enfant sur ses propres émotions et ressentis.



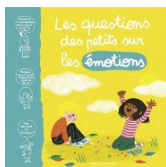
ALADJIDI VIRGINIE, KLING LAURENT : *J'aime, j'ai peur, j'ai envie : Les petits mots des sentiments* - ALBIN MICHEL JEUNESSE, 2005. 9.00 EUR.

Grâce à des histoires, devinettes et des jeux, les enfants pourront apprendre à nommer différentes émotions ainsi que des sentiments : la fierté, l'amour, le dégoût, la tristesse, la peur, la joie, la colère, l'espoir, la honte, la jalousie, l'envie, la pudeur, la surprise, la confiance et la sensation de ce qui est agréable ou désagréable.



ALIKI : *Comment te sens-tu ?* - KALEIDOSCOPE, 2006. 12.50 EUR.

Des scénettes composant ce livre ressortent diverses émotions (sentiments et humeurs) qui peuvent, par phénomène d'identification, aider l'enfant à verbaliser son état d'âme. A savoir parmi elles : la vexation, la joie, la rancune, la peur, la jalousie, le regret, la timidité, la tristesse, la colère, la générosité, la sérénité, l'ennui, le sentiment d'abandon, la fierté, la satisfaction et son contraire...



AUBINAIS MARIE, MICHAUD RAPHAËLLE, RICARD ANOUK : *Les questions des petits sur les émotions* - BAYARD JEUNESSE (LES QUESTIONS DES PETITS SUR), 2018. 14.90 EUR.

A travers six contes provenant de différentes cultures du monde, et par le biais de bandes dessinées, cet album amène les enfants à découvrir les émotions : joie, peur, tristesse, colère, amour. Le dernier chapitre tente de répondre à la question : d'où viennent nos émotions ?



LABBE BRIGITTE, DUPONT-BEURIER P.-F., AZAM JACQUES : *La colère et la patience* - MILAN (LES GOÛTERS PHILO), 2017. 8.90 EUR.

Ce petit livre alterne des scènes et des dialogues fictifs et leur commentaire pour aider le jeune lecteur à réfléchir sur la colère : à quoi sert-elle ? quelles en sont les raisons ? faut-il se garder d'agir quand on est en colère ? quelle différence entre la patience et la passivité ? comment utiliser l'énergie de la colère pour plus de justice ou pour s'émanciper ?



LEBLANC CATHERINE, BERGMAN ORIT : *Ma mauvaise humeur* - du Rouergue, 2006. 10.50 EUR.

Un petit garçon parle de sa mauvaise humeur comme d'un être vivant qui le suit partout, qui n'a pas faim, n'a envie de rien... Jusqu'à ce qu'il arrive à l'école pour retrouver son amie Mélanie, et accepte alors de s'en séparer...



ULLMANN ANTOINE, NOBIAL CHRISTIAN : *Il était une fois... le cinéma* - AROLA, *Dada, la première revue d'art*, n° 217, 01/03/2017. 7.90 EUR.

Ce numéro de la revue d'art « Dada » est consacré au cinéma, mettant notamment en évidence la relation entre cinéma et émotions (joie, larmes, colère, peur...). Avec des activités à réaliser : théâtre d'ombre, mise en scène...