

Chères familles d'élèves du Pré-K,



Nous nous réjouissons de vous offrir un jeu de cartes *Jouons avec les émotions* ! Ces cartes sont une façon adorable d'aider votre enfant à comprendre ses émotions.

Comprendre et gérer les émotions sont des compétences importantes que les enfants en bas âge développent au fil du temps en pré-K et chez eux. Ces compétences permettent aux enfants de s'entendre avec les amis et les membres de leur famille, de s'évertuer à faire un travail même si la tâche s'avère difficile, d'avoir du succès en classe.

Les enfants et les adultes font face à un tas de tension et d'émotion pendant cette période de pandémie où il faut observer les mesures de distance sociale. Les enfants enregistrent les émotions qui se manifestent dans leur environnement et peuvent ressentir des émotions intenses en ce qui concerne les changements apportés à leur routine. Ils peuvent s'inquiéter au sujet de leurs parents, du virus et des changements considérables qui se produisent dans leur vie. Les tout-petits peuvent exprimer des sentiments profonds de très nombreuses façons - en pleurant, devenant collant, surexcité, ou ayant accès à des crises de colère lorsqu'ils font face à des choses qui en général ne les affecteraient pas. Il peut vous paraître plus difficile qu'avant de comprendre les émotions de votre enfant. Nous espérons que le tapis *Jouons avec les émotions* représentera un outil utile vous permettant de voir comment discuter au sujet des émotions intenses.

Étant le premier enseignant de votre enfant et le plus important, vous pouvez l'aider à prendre conscience de ses émotions. Vous pouvez apporter du soutien à votre enfant lorsqu'il est en colère, triste, ou lorsqu'il a peur de comprendre ce qu'il ressent et ce qu'il lui faut faire pour y faire face. Le Guide *Jouons avec les émotions* offre des idées quant à la façon de commencer à comprendre les émotions en utilisant les cartes.

## Construire

**Utilisez les cartes pour construire des tours, des ponts ou tout ce que vous et votre enfant pouvez imaginer.**

## Jouer

**Utilisez les cartes pour jouer, comprendre vos émotions et ensemble vous amuser.**

## Enseigner

**Utilisez les cartes pour apprendre à votre enfant comment exprimer et gérer ses émotions.**

Pour toute question, veuillez en parler à l'enseignant de votre enfant ou au leader du programme Pré-K. Vous pouvez également nous les poser par email à [DECEThrive@schools.nyc.gov](mailto:DECEThrive@schools.nyc.gov).

Sincères salutations,

Division de l'Éducation de la Petite Enfance

Département de l'Éducation de la Ville de New York