

DYNATRACS ET LE BIEN-ÊTRE

La situation actuelle de la société (crise économique, crise écologique, crise sanitaire, etc) peut directement impacter le bien-être de l'enfant et celui de l'adulte l'entourant.

Le bien-être des parents et des autres adultes qui entourent l'enfant (famille, professeurs, etc) a un impact important aussi sur le développement et le bien-être des plus jeunes.

Notre étude a pour but d'évaluer par questionnaire l'impact de la COVID-19 sur l'enfant et sur le professeur.

Les participants à notre étude seront invités à:

Répondre à un questionnaire de bien-être, avec l'aide de notre équipe pour les plus petits.



Réaliser 3 dessins (particularité pour les enfants de 3^{ème} et 6^{ème} primaire).





COMMENT IDENTIFIER

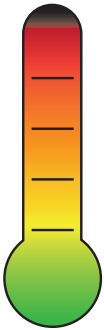
Joie



Sensations

Sourire / envie de rire
Légèreté et chaleur dans le corps
Sensation d'expansion, d'ouverture
Impression d'énergie
Envie de partager avec les autres

Vocabulaire



Exalté
Excité
Heureux
Émerveillé
Joyeux
Enthousiaste
Amusé
Reconnaissant

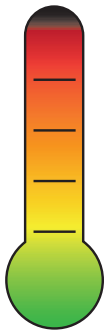
Peur



Sensations

Etat d'urgence intérieur
Cœur qui bat vite
Nervosité, agitation
Ventre serré
Tremblement
Respiration difficile
Envie de fuir
Froid aux mains / pieds

Vocabulaire



Terrifié
Panicqué
Effrayé
Apeuré
Inquiet
Soucieux
Préoccupé

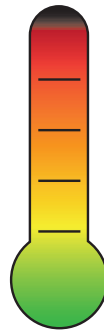
Tristesse



Sensations

Lourdeur, lassitude
Sensation de vide
Gorge serrée
Envie de pleurer
Mâchoire qui tremble
Respiration saccadée
Impossibilité de parler
Envie de se replier sur soi

Vocabulaire



Désespéré
Déprimé
Abattu
Triste
Vide
Seul
Déçu

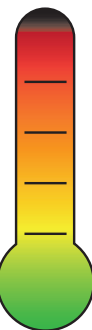
C



Sen

Etat de ten
Mâchoire c
Sourcils qu
Poings qui
Envie d'atta
Chaleur da
Respiration

Voc



ER LES ÉMOTIONS ?

Colère



Sensations

Visage crispé
Yeux qui se froncent
Lèvres qui se serrent
Mains qui saignent
Mains qui se crispent
Mains qui se serrent
Mains qui se crispent
Mains qui se serrent
Mains qui se crispent
Mains qui se serrent

Vocabulaire

Enragé
Furieux
Exaspéré
En colère
Énervé
Agacé
Contrarié
Impatient

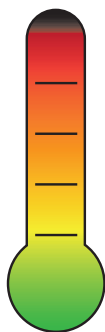
Dégoût



Sensations

Estomac serré
Boule dans la gorge
Haut le cœur
Nez qui se retousse,
bouche fermée
Nausées / vomissements
Mouvement vers l'arrière

Vocabulaire



Répugné
Écœuré
Trahi
Dégoutté
Ennuyé

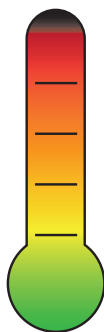
Surprise



Sensations

Yeux qui s'ouvrent grand
Bouche qui s'ouvre
Tous les sens en alerte
Élargissement des
perceptions visuelles et
auditives
Chaleur dans le corps

Vocabulaire



Stupéfait
Surpris
Indécis
Incertain
Etonné

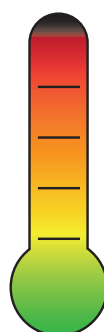
Honte



Sensations

Contraction du corps
Envie de disparaître
Tête baissée,
yeux vers le bas
Dos courbé
Boule dans le ventre
Poids dans la poitrine

Vocabulaire



Humilié
Fautif
Honteux
Gêné
Découragé



MERCI POUR TA PARTICIPATION!



www.sesa.ucl.ac.be/dynatracs



Avec le soutien de

