

TRAJECTOIRE 1 : Grandir en homme ou femme libre et responsable

Visée générale : Mieux connaître ses racines, construire l'estime de soi en discernant ses capacités, ses limites, ses doutes. Puis opérer des choix, les argumenter et les assumer, avec la volonté de s'enraciner dans des valeurs humaines.

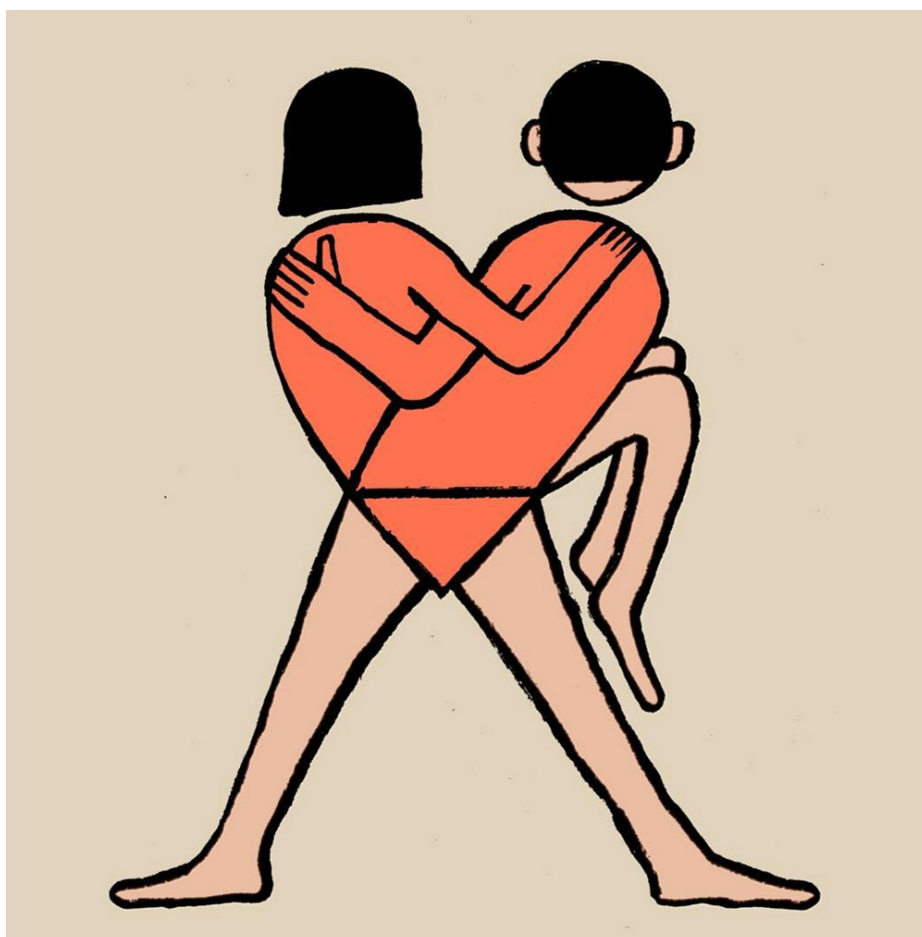
Compétences spécifiques à privilégier :

- > Prendre la parole devant un groupe en argumentant ses positions.
- > Expliquer, justifier et assumer ses choix.
- > Sortir de ses représentations initiales afin de percevoir les réalités du monde dans ses grandes dimensions.

Objectifs généraux de la séquence :

- > Repérer ses capacités, ses goûts, ses points forts...
- > Se présenter aux autres de façon positive.
- > Développer des aptitudes bienveillantes pour grandir.

SCCCC : Domaine 3



SDEC

Enseignement de la Religion à l'École
15, rue des Écrivains – 67000 Strasbourg
www.ere-oca.com

TRAJECTOIRE 1 : Grandir en homme ou femme libre et responsable

Visée générale : Mieux connaître ses racines, construire l'estime de soi en discernant ses capacités, ses limites, ses doutes. Puis opérer des choix, les argumenter et les assumer, avec la volonté de s'enraciner dans des valeurs humaines.

Compétences spécifiques à privilégier :

- > Prendre la parole devant un groupe en argumentant ses positions.
- > Expliquer, justifier et assumer ses choix.
- > Sortir de ses représentations initiales afin de percevoir les réalités du monde dans ses grandes dimensions.

Objectifs généraux de la séquence :

- > Repérer ses capacités, ses goûts, ses points forts...
- > Se présenter aux autres de façon positive.
- > Développer des aptitudes bienveillantes pour grandir.

SCCCC : Domaine 3

Séance

1

Objectif : Apprendre à connaître, mieux et autrement, ses camarades de classe

Phase 1 : Jeu "Qui suis-je ?" – Apporter des informations sur soi-même. (Annexe 1)

Phase 2 : Chercher à qui appartiennent ces informations.

Phase 3 : Échanger sur l'intérêt de ce jeu cherchant à mieux estimer ses camarades de classe.

Séance

2

Objectif : Se fixer des défis bienveillants à réaliser

Phase 1 : Retour sur ce qui a été découvert la séance précédente.

Phase 2 : Imaginer autant de défis qu'il y a de personnes dans le groupe.

Phase 3 : Echange sur les défis et sélection de ceux qui sont les plus bienveillants.

Phase 4 : Tirage au sort du défi à réaliser individuellement.

Séance

3

Objectif : Relever ce qu'une attitude bienveillante nécessite comme aptitudes à développer

Phase 1 : Retour sur les défis réalisés.

Phase 2 : Dégager la notion d'attitude bienveillante en quelques lignes directrices. (Annexe 2)

Phase 3 : Réalisation de badges-bouton avec le logo "cœur à cœur".

En autonomie : "Qui es-tu ?" chaque élève prépare le portrait de la personne bienveillante de son choix. (Annexe 3)

Séance

4

Objectif : Présenter oralement une personne bienveillante et justifier son choix

Phase 1 : Chaque élève présente oralement une personne bienveillante et justifie son choix.

Phase 2 : En conclusion, chacun exprime ce qu'il retient de cette séquence pour sa vie personnelle.

Le choix du "cœur à cœur"



Découvertes : Dans une société individualiste et compétitive, développer l'estime de soi permet de s'affranchir des conditionnements de l'enfance, du groupe, de la société. Entre individualisme et altérité, entre recherche et affirmation de soi, il convient d'aider l'élève à réfléchir à ce qui lui permet de grandir pour opérer des choix libres et responsables. La proposition, faite ici, est plus introspective afin de permettre à l'élève de discerner qui il est, pour se construire.

Période privilégiée : Cette séquence est destinée à être travaillée en début d'année pour aider les élèves à entrer dans la connaissance de l'autre et l'estime de soi.

Objectifs de la séquence :

- > Repérer ses capacités, ses goûts, ses points forts...
- > Se présenter aux autres de façon positive.
- > Développer des aptitudes bienveillantes pour grandir.

Rappel des compétences

- > Développer les capacités d'écoute, d'argumentation et de dialogue.
- > Entrer dans la connaissance et l'estime de soi et des autres.

Le fil des séances



Séance 1 – (50 minutes) Qui suis-je ?

➔ **Objectif : Apprendre à connaître, mieux et autrement, ses camarades de classe** [Repère 1]

a/ *Individuellement* – Chaque élève reçoit l'annexe 1 et la complète en la laissant anonyme.

L'enseignant ramasse, numérote et redistribue les feuilles de façon aléatoire. [Annexe 1]

b/ *Tous* – Chaque participant lit la fiche reçue et essaye de deviner l'identité de l'élève concerné.

c/ *Tous* – Échange sur les difficultés de l'exercice (parler de soi, vision des autres sur soi-même, etc.)

Séance 2 – (50 minutes) Chiche !

➔ **Objectif : Se fixer des défis bienveillants à réaliser**

a/ *Tous* – Retour sur ce qui a été expérimenté la séance précédente.

L'enseignant veille à insister sur le fait que chacun a des capacités mais aussi des points à améliorer.

b/ *En îlots* – Imaginer autant de défis qu'il y a de participants dans le groupe. [Repère 2]

c/ *Tous* – Lecture des défis à haute voix et échanges. Les défis retenus sont rassemblés dans un chapeau.

d/ *Tous* – Chacun tire au sort un défi. Sans le dévoiler, il devra l'accomplir au cours de la semaine.

Séance 3 – (50 minutes) Le choix de la bienveillance

➔ **Objectif : Relever ce qu'une attitude bienveillante nécessite comme aptitudes à développer** [Repère 3]

a/ *Tous* – Échange sur les expériences vécues pendant la semaine. Les élèves, ont-ils remarqué un changement dans l'attitude des autres ?

b/ *Tous* – À partir des échanges précédents (séances 1, 2 et 3) et du logo de l'annexe 2, développer la notion d'attitude bienveillante en quelques lignes directrices pour sa vie personnelle. [Annexe 2]

c/ *Individuellement* – Réalisation de badges-bouton avec le logo "cœur à cœur".

En autonomie – D'ici la prochaine séance, chacun est invité à dresser, à l'aide de l'annexe 3, le portrait d'une personne bienveillante (connue, ou pas ; contemporaine, ou pas ; proche, ou pas). [Annexe 3]

Séance 4 – (50 minutes) Des hommes et des femmes au grand cœur

Objectif : Présenter oralement une personne bienveillante et justifier son choix [Annexe 3]

a/ *Tous* – Chaque élève présente, dans un temps imparti, le portrait qu'il souhaite partager à la classe.

b/ *Tous* – En conclusion, chacun exprime ce qu'il retient de cette séquence pour sa vie personnelle.



Repères pour l'enseignant

Repère 1 – Séance 1

Nous savons l'importance de la construction de la relation à soi et aux autres au cours de l'adolescence, le fameux complexe du homard. Les séances de cette séquence consistent à ouvrir des portes, des fenêtres, des soupiraux, des trappes... pour laisser sortir ce qui importe et laisser entrer ce que d'autres, en retour, apportent. Dire ce que j'ai sur le cœur et, de ce fait, d'y faire de la place pour accueillir la parole de l'autre, c'est installer une relation "cœur à cœur".

Au cours de cette première séance le rôle de l'enseignant est double. Il s'agit pour lui :

1/ De créer une ambiance sereine, détendue, courtoise et drôle favorisant l'échange. La meilleure façon d'éviter la dramatisation et le côté psychologisant est de recourir à une démarche ludique.

2/ D'aider les élèves à élargir le champ des expressions de soi et des autres. Sortir du "J'aime v/s j'aime pas" pour tâtonner du côté de ses complexes, inhibitions, peurs, doutes, émotions, sentiments, colères, joies, peines, rêves, extravagances, chimères, hantises, obsessions, tracas, soucis, solitudes, projets, envies, coups de cœurs, coups de gueules, manies, rituels, entêtements, folies douces... La liste est évidemment sans limite.

L'enseignant aura à cœur de noter les expressions des élèves afin de lancer la séance suivante. (séance 2 - phase a)

Repère 2 – Séance 2

Si la "phase b" donne, à chaque groupe, le temps d'imaginer tous les défis possibles et improbables, cocasses et parfois même un peu loufoques, la "phase c" conduira à ne retenir que les défis réalisables, sensés (ayant du sens) et bienveillants (ce qui n'exclue pas l'humour et l'originalité). L'objectif est d'offrir aux élèves l'occasion de sortir de leur zone de confort et non de créer des situations délicates, conflictuelles, hasardeuses, imprudentes, voire dangereuses.

Repère 3 – Séance 3

Phase a/ Afin de faciliter l'échange, l'enseignant saura proposer une méthode de prise de parole sous la forme d'un protocole précis.

À titre d'exemple

1/ L'enseignant expose le protocole et annonce le temps maximum d'intervention par élève.

2/ Première partie de la présentation (avec pour consigne de ne pas interrompre celui qui parle du défi qu'il était invité à relever).

- L'élève rappelle son défi.

- Il relate la façon dont les faits se sont déroulés.

- Il décrit ce qu'il a ressenti sur le coup et plus tard.

- Il rapporte ce qu'il a entendu et reçu de la part des autres.

- Il exprime ce que le défi lui a permis de percevoir de lui-même, de prendre conscience, de dépasser, d'acquiescer...

3/ Deuxième partie de la présentation.

- Le groupe pose toutes les questions souhaitées à l'élève qui vient de s'exprimer et qui se garde le droit de ne pas répondre.

Le complexe du homard

Dolto a inventé cette image pour représenter la crise d'adolescence. L'enfant se défait de sa carapace, soudain étroite, pour en acquiescer une autre. Entre les deux, il est vulnérable, agressif ou replié sur lui-même. Mais "ce qui va apparaître est le produit de ce qui a été semé chez l'enfant", avertit Dolto. Les parents devraient donc voir les crises explosives comme une preuve qu'ils ont rempli leur contrat, les repères éducatifs s'avérant suffisamment souples pour "sauter" au bon moment. À l'inverse, si les parents sont trop rigides, l'ado restera prisonnier de sa carapace et désarmé face à la dépression.
<http://www.psychologies.com/Culture/Maitres-de-vie/Francoise-Dolto>

Paroles pour adolescents ou Le complexe du homard

Collection **Folio Junior** (n° 1453),
Gallimard Jeunesse
Parution : 15-11-2007
(Première parution en 1999)

Des adolescents, Françoise Dolto disait qu'ils sont comme le homard pendant la mue, sans carapace, confronté à tous les dangers et à la nécessité d'en "suinter" une autre. Pour les aider à accomplir cette métamorphose qui est comme une seconde naissance, Françoise Dolto, sa fille Catherine Dolto-Tolitch et Colette Percheminier ont écrit ce livre.

Il s'adresse d'abord à vous, les adolescents (à vous, les homards). Mais il est à mettre entre toutes les mains, à laisser traîner dans la maison pour que les enfants, les parents, tous les jeunes et tous les adultes le lisent avec profit. "Paroles pour adolescents" donne des idées pour sortir des situations difficiles, parle des choses trop souvent tuées ou mal abordées dans la vie de tous les jours : l'amitié, l'amour, la sexualité, la violence, la drogue, la honte, les parents et les adultes. Il signale les pièges et donne des forces pour faire des choix, pour prendre ces risques qui amènent à être responsable et autonome. Il aide aussi les parents à se détacher de leurs enfants avec moins de souffrance et plus de respect.

Ce livre veut fêter la force de vie des adolescents, leur capacité à inventer l'avenir, car, disait Françoise Dolto, "la société changera sous la pression des jeunes".

ISBN : 9782070553068 –
Gencode : 9782070553068

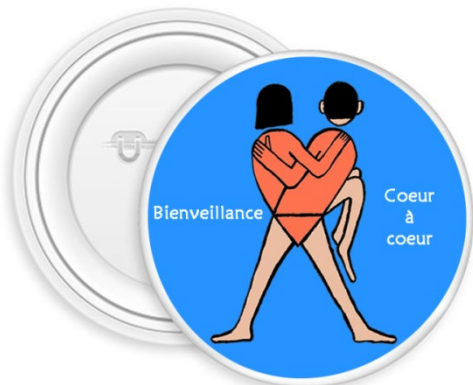
Phase b/ Cinq pistes pour élargir le champ des recherches en ce qui concerne les aptitudes à la bienveillance :

- Développer la connaissance et l'estime de soi en conjuguant 4 dimensions : confiance en soi, acceptation de soi, vision de soi, amour de soi.
- Développer le sentiment de sécurité en verbalisant ses sentiments, ses émotions, ses goûts, en identifiant ses compétences, en exprimant ses opinions, en instituant des dispositifs de régulation.
- Développer le sentiment d'appartenance en prenant des responsabilités, en devenant acteur, en refusant de subir, en se donnant du temps pour créer de la cohésion dans l'établissement, dans la classe, en imaginant des projets fédérateurs.
- Développer la coopération pour favoriser l'entraide, la solidarité, le partage et réduire le sentiment d'isolement.
- Développer l'alliance éducative entre les élèves, les professeurs, les partenaires éducatifs et les parents.

Les notes prises par l'enseignant lui serviront à rédiger ultérieurement une synthèse à glisser dans le portfolio des élèves.

Phase c/ Réalisation de badges-bouton

La réalisation de badges-bouton s'effectue soit en dégageant un budget afin de se procurer un produit manufacturé similaire à celui-ci...



... soit en privilégiant le self-made : photocopies en couleur, plastifieuse, pistolet à colle, épingles à nourrice, etc.

Ci-contre le patron de logo "Cœur à cœur"

afin de le reproduire, de l'adapter, de le modifier à souhait...

Porter ce badge, en évidence sur son blouson, est en soi un nouveau défi. Au collège ou ailleurs, certains camarades, ne manqueront pas de poser des questions sur sa signification. Le but est que les élèves du groupe puissent leur répondre.

Autres ressources...

14 décembre 2018 –

Éduquer avec bienveillance

<http://www.ere-oca.com/ere/service/id/3167>

01 novembre 2014 –

Matthieu Ricard - Osez la bienveillance

<http://www.ere-oca.com/ere/message/id/2295>

Passerelle vers l'EDII

Dimension 4 :

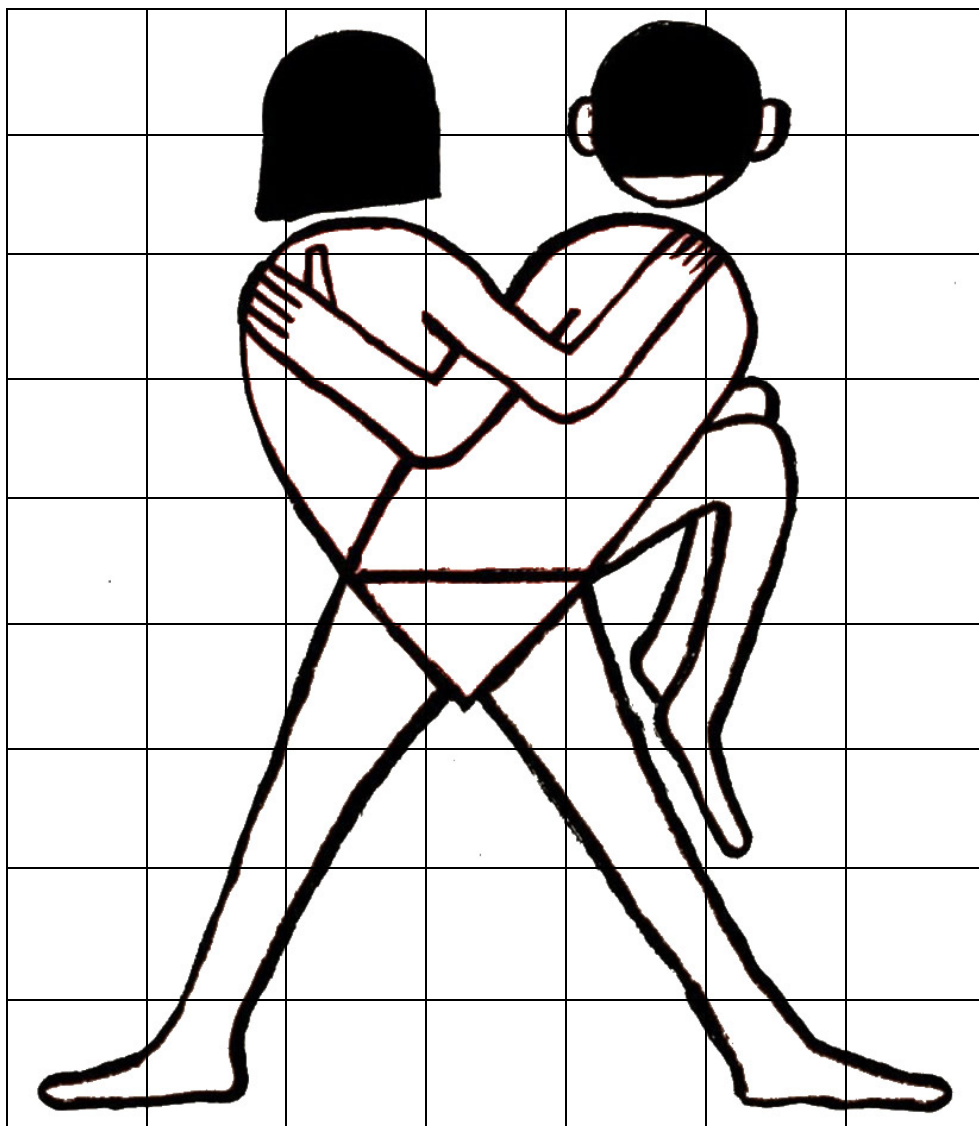
Exprimer concrètement les critères d'un agir juste.

Rédaction

Groupe de recherche ERE2

(Enseignement de la Religion à l'Ecole en Alsace)

contact@ere-oca.com



Qui suis-je ?



Annexe 1

Tu peux noter un indice

Quels sont les adjectifs qui me décrivent ?



Qu'est-ce qui m'intéresse ?

Au collège

À la maison

Ailleurs

Qu'est-ce que je suis capable de faire ?

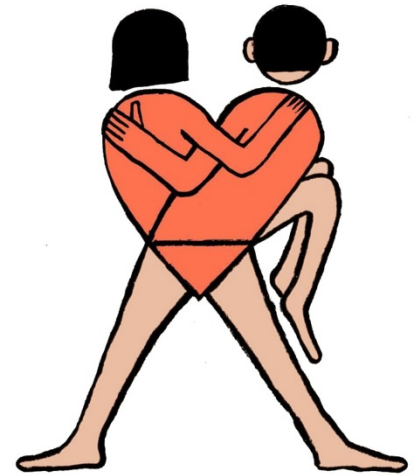
Écrire le prénom de la personne à qui appartient ce profil

Lui écrire un défi à relever au cours de la semaine

Cœur à cœur



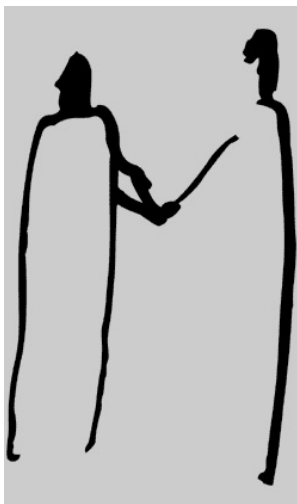
Annexe 2



Qu'est-ce que ce logo me dit de la bienveillance ?

Ou celui-ci...
Ou celui-là...

Ou encore celui qui me vient à l'esprit...



Sympathie, compassion, empathie : quelle différence ?



La sympathie



La compassion



L'empathie

Qui es-tu ?



Annexe 3

Quels sont les adjectifs qui la décrivent ?

Nom de la personne que je vais présenter



Quels sont les évènements importants de sa vie ?

Que penses-tu de ses choix ?

Ce que je retiens de cette séquence pour ma vie personnelle