

## CONNAISSANCE DE SOI / CONNAISSANCE DE L'AUTRE

1. Présentation du projet et du cadre (10 min)
2. Je suis (20 min)
3. Trouve quelqu'un qui aime... / qui sait... (30 min)
4. Les qualités (25 min)
5. Bilan de la séance (5 min)

### OBJECTIFS CPS : LES COMPETENCES PSYCHOSOCIALES

**Compétences cognitives** : prendre des décisions

**Compétences d'autorégulation** : conscience de soi

**Compétences relationnelles** : se positionner dans le groupe, communication verbale, capacité à donner et recevoir des informations.

Matériel : fiche trouve quelqu'un qui

Lieu suggéré : Salle type salle de classe avec la possibilité de pousser les bureaux.

Effectifs : Classe de 6<sup>ème</sup> en ½ classe. Max 15 élèves par groupe.

---

### PRESENTATION DU PROJET & CADRE (10 MIN)

---

*Pourquoi on est là tous ensemble ?*

*Vous le savez peut-être on se verra 3 fois dans l'année et vous allez vite le comprendre, ces séances ne sont pas comme des heures de classe habituelles ! Le principe de base, c'est la participation active ! Nous allons faire des jeux, avoir des discussions, expérimenter des compétences qui pourront vous servir tout au long de votre vie.*

*Lors de ces séances, nous nous sommes animateurs, nous sommes là pour faciliter les échanges et découvrir des compétences.*

*Pour que tout le monde se sentent dans les meilleures conditions pour expérimenter (ce n'est pas un cadre habituel), il est nécessaire qu'on ait des « règles » de fonctionnement. Lesquelles à votre avis ?*

La bienveillance, le respect envers soi et les autres, et la confidentialité sont essentiels et doivent être ajoutés par l'animateur s'ils ne sont pas évoqués par les jeunes.

Il est important de vérifier que tout le monde est bien d'accord avec ces règles, et que chacun puisse s'autoriser à y faire référence au cours de l'activité si elles ne sont pas respectées.

---

## JE SUIS... (20 MIN)

---

On propose aux élèves de venir se mettre au centre de la pièce. Puis on leur donne successivement les consignes suivantes :

1. *Classez-vous par ordre alphabétique de prénom sur une ligne.*
2. *Classez-vous par jour et mois de naissance sur une ligne.*
3. *Répartissez-vous dans l'espace selon votre lieu de naissance, sachant que le centre de la pièce ici c'est Beaurepaire, que le Nord est ici, le Sud ici, l'Est ici et l'Ouest ici.*
4. *Regroupez-vous selon la couleur de vos habits.*

Après chaque consigne on vérifie en laissant la parole à chacun. Pour la 4<sup>ème</sup> consigne, les élèves ont le libre choix des groupes en fonction des critères qu'ils se donnent. On pourra leur demander à la fin pourquoi ils se sont regroupés ainsi. On laisse seulement 5 minutes maximum pour la réalisation de chaque consigne.

### **Débriefing de l'activité :**

- *Est-ce que c'était facile / difficile ?*
- *Qu'avez-vous ressenti ?*
- *Qu'avez-vous remarqué ?*
  - o *On peut amener les élèves à se questionner sur l'appartenance au groupe en fonction de leur positionnement sur la dernière partie (couleur des habits).*
- *A votre avis, à quoi sert cette activité ?*
  - o *Découvrir des éléments de l'identité*
  - o *Se positionner dans un groupe*

---

## TROUVE QUELQ'UN QUI AIME... / QUI SAIT... (30 MIN)

---

Distribuer une grille de « trouve quelqu'un qui » en 12 cases (6 j'aime et 6 je sais) + 2 cases libres (1 j'aime et 1 je sais). (cf. fin du doc.)

Chacun prend un moment pour identifier les 2 « J'aime » qui le représente le mieux et les 2 « Je sais ». Avec la possibilité pour ceux qui le souhaitent de compléter les cases libres.

Puis chacun doit remplir la grille avec le prénom de ses camarades en mettant un prénom différent dans chaque case.

### **Débriefing de l'activité :**

- *Est-ce que c'était facile / difficile ?*
- *Qu'avez-vous ressenti ?*
- *Qu'avez-vous remarqué ?*
- *A votre avis, à quoi sert cette activité ?*

---

## LES QUALITES (25 MIN)

---

Brainstorming : quelles sont les qualités que vous connaissez ?  
Faire ensemble une liste d'au moins 8 qualités.

On écrit ensuite ces qualités sur des morceaux de papiers.

(En fonction du temps, on divise le groupe en 4 équipes et chaque équipe pioche 2 morceaux de papier sur lesquels sont inscrites les qualités suivantes :

- Générosité
- Honnêteté
- Sociabilité
- Sincérité
- Curiosité
- Patience
- Courageux
- Astucieux

En rapport aux autres / En rapport à soi

Chaque équipe va devoir mimer rapidement qualités piochées, le reste du groupe devine.)

On sépare ensuite virtuellement l'espace de la classe en 4 et on attribue une des 4 premières qualités (En rapport aux autres) à chaque espace.

On demande alors à chacun de prendre quelques instants pour réfléchir puis de se positionner dans l'espace qui correspond à la qualité qui, selon lui, lui ressemble le plus. Une fois que chacun est positionné, on prend quelques instants pour discuter. On fait ensuite de même avec les 4 qualités « En rapport à soi ».

### **Débriefing de l'activité :**

- Est-ce que c'était facile / difficile ?
- Qu'avez-vous ressenti ?
- Est-ce facile ou non de s'attribuer une qualité ?
- Se reconnaît-on forcément dans ces 4 qualités ?
- Avez-vous pu voir une différence entre les 4 premières qualités et les 4 secondes ?
- A votre avis, dans la vie de tous les jours, est-il utile de connaître ses qualités ? De les affirmer ?

### **Bilan de la première séance :**

« Qu'en avez-vous pensé ? Comment vous-êtes-vous sentis ? »

Faire un petit tour de table sur la base du volontariat.

⇒ **Suggestion d'activités de prolongation :**

Art plastique : portrait chinois

Français / Anglais : Rédaction texte sur une compétence que je souhaiterai développer et une qualité que je voudrais avoir.

Maths : quadrilatère de l'estime de soi

## TROUVE QUELQU'UN QUI...



Sait bricoler	Aime le handball	Aime les animaux
Sait marcher sur les mains	Sait jouer d'un instrument de musique	Aime l'hiver
Aime le Français	Sait écouter les autres	Sait loucher
Aime les tacos	Aime la danse	Sait jouer au théâtre
Aime  ..... (à compléter si tu le souhaites)		Sait  ..... (à compléter si tu le souhaites)