**Séance 8**A la découverte de nos personnes-ressources

|  |  |
| --- | --- |
| Sujet | Savoir demander de l’aide et proposer de l’aide  |
| Objectif pédagogique | Identifier les forces des autres Mieux se connaître (soi et les autres) pour demander de l’aide |
| CPS développée | CS3-1 Savoir demander de l’aide  |
| Eléments requis / Matériel | Disposition de la salle |
| * Cartes rôles
* Sachets des pauses attentionnelles énergisantes
* Fiche Séance + Fiche Intersession 8 (x nb élèves)
* Fiche des forces (dans la pochette des élèves)
* Bulle Séance 8
* Fiche Conduite de Séance 8
 | Travail en groupe |

|  |
| --- |
| Déroulé |
| Temps / Sujet | Guide | Remarques / Actions animateurs |
| 5-10minutes**Rituel** | Choisir un rituel de démarrage sur la météo des émotions (avec ou sans les élèves) parmi les ressources proposées |  |
| 5 minutes**Retour sur activité à la maison**  | *Est-ce que vous avez réussi à compléter le BINGO. C’était facile ? Qu’avez-vous découvert ?* |  |
| **25 minutes****Act 1 : Identifier les forces des autres** | « La semaine dernière, vous avez découvert ce qu’étaient les forces et réfléchi aux forces que vous aviez.Aujourd’hui, on va identifier les forces de nos camarades et réfléchir comment ils s’en servent et en quoi elles peuvent nous aider.L’objectif de cette séance est savoir demander de l’aide et d’identifier nos personnes ressources.Installez-vous en îlots, vous avez une liste de forces et un bonhomme à compléter. Notez votre prénom en haut du bonhomme et faites passer la fiche à votre voisin de droite qui devra le compléter en ajoutant une force qui vous caractérise. Puis il le fera passer à son voisin et ainsi de suite. Toutes les fiches font le tour de la table et reviennent à leur propriétaire complétée avec 4 (ou 5...) forces différentes. On attend qu’elles soient complètement complétées pour les découvrir tous ensemble.On sait que tout le monde a plusieurs forces de signature (ce sont des forces qui nous caractérisent).Les élèves échangent ensuite pour illustrer les forces qui leur ont été attribuées par des exemples concrets. Et exprime ensuite dans quelle situation on peut s’appuyer pour lui.Exemple :« **Je pense que tu es** créatif **car** tu as de l’imagination, **je peux compter sur toi pour** écrire une histoire »« **Je pense que tu es** honnête **car** tu sais garder un secret, **je peux compter sur toi pour** me confier »« **Je pense que tu as** de l’humour, **car** tu détends *toujours l’atmosphère* avec des blagues, **je peux compter sur toi pour** me remonter le moral quand ça ne va pas »Tout le monde a des forces, on peut s’appuyer sur les forces de nos camarades pour qu’ils nous aident, nous soutiennent en fonction des situations que l’on rencontre. Temps d’échange collectif : que pensez-vous de cet exercice, c’est agréable ou pas ? est-ce que vous vous reconnaissez dans ces forces ?Vous pouvez ranger ces bonshommes dans votre pochette. | *Cartes rôle nécessaires :**Maîtresse du temps**Gardien.ne des règles**Bienveilleur.se (gardien de la bienveillance, du respect d’autrui)* |
| 5 minutesPause attentionnelle  | Afin de remobiliser les capacités d’attention des élèves, une petite pause attentionnelle est la bienvenue.Inviter un élève à piocher dans un des 2 sachets | Sachets des pauses attentionnelles  |
|  20 minutes**Act 2 Débat mouvant** | *Demander de l’aide ça s’apprend, nous allons maintenant y réfléchir grâce à un débat mouvant. Ou “Jeu “se lève qui” en fonction de l’espace classe**Lever vous. Oui ou Non* * *Est-ce que je sais qui aller voir si (sur qui je peux compter si…)*
	1. *On m’embête à la récré*
	2. *Je suis en difficulté à travailler à l’école*
	3. *Je suis en colère*
	4. *Je me suis disputé avec un ami*
	5. *Je suis malade*

*(Réflexion attendue : Identifier les personnes ressources.)**Savoir qui peut nous aider, c’est la première étape ; mais parfois, on n’ose pas aller vers cette personne…** *Est-ce que c’est facile de demander de l’aide ?*
	+ *Pourquoi ?*

*(Réponses possibles : peur de déranger, honte, ce serait un signe de faiblesse, d’échec, peur d’être jugé, de se sentir nul, peur que la réponse soi négative, par perfectionnisme, peur du changement…)* * *Est-ce que tu aimes qu’on te demande de l’aide / Qui aime qu’on lui demande de l’aide*
	+ *Pourquoi ?*

*(Réponses possibles : la majorité d’entre nous sont heureux à l’idée de rendre service parce que c’est valorisant, on se sent utile. Ça veut dire que quelqu’un reconnait qu’on a des compétences et qu’on nous fait confiance)* * *Est-ce qu’on doit aider l’autre en retour ?*
* *Pourquoi ?*

2 idées :* La personne n’est pas obligée de nous aider si on lui demande de l’aide (elle n’est pas en capacité, elle n’est pas disponible…) On peut alors essayer de trouver une autre personne qui peut nous aider.
* *On n’est pas obligé. Ce ne sont pas les mêmes personnes qui nous aident et celles que l’on aide.)*

Vous avez identifié quelques-unes des personnes que vous avez aujourd’hui dans votre environnement, l’année prochaine vous irez au collège. Certaines personnes seront toujours là mais vous allez découvrir d’autres personnes-ressources. Nous en parlerons la semaine prochaine. |  |
| 5 minutes**Rituel de fin** | Chaque fin de séance se présente de la même manière :* Feedback de la séance en lisant ensemble la fiche Séance (*Ce que nous avons vu*) ;
* Remplir le journal de bord en faisant le rituel de gratitude ;
* Petit plus : *(est-ce que c’est facile de dire merci quand on nous a aidé et est-ce que c’est facile de recevoir un merci)*
* Présentation et explication de l’activité à la maison :

Quelles sont mes personnes ressources à la maison, à l’école et dans mon environnement relationnel Ajouter la bulle correspondant à la Séance 8 au poster affiché en classe.Inviter les enfants à montrer le journal de bord à leurs parents, et à effectuer l’activité à la maison avec eux. |  |