



Séance 4

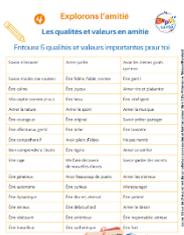
Explorons l'amitié

Sujet	L'amitié : Construire et entretenir des liens
Objectif pédagogique	Permettre aux enfants de mieux se connaître et de tisser des liens d'amitié, encourager la bienveillance et renforcer les compétences relationnelles.
CPS développée	CS2-1 Développer des liens sociaux

Eléments requis / Matériel	Disposition de la salle
<ul style="list-style-type: none"> - Cadran des émotions - Fiche activité classe “ valeurs et qualités en amitié” X nombre d'élèves - Fiche activité classe “Ce qui compte en amitié” X nombre d'élèves - Fiche élève “Ce que nous avons vu” X nombre élèves - Sachet pauses attentionnelles - Rituel encouragement (billets) 	

Déroulé

Temps / Sujet	Guide	Remarques / Actions animateurs
Rituel : 10 min	Météo émotionnelle à partir du cadran des émotions	
Introduction : 5 min	<p><u>Question d'ouverture</u> : "Selon vous, qu'est-ce qui est important à l'école ?" Laisser les élèves répondre librement. Si nécessaire, orienter la discussion vers les relations humaines et l'importance des liens, en soulignant que l'amitié en est une forme possible, mais pas exclusive.</p> <p><u>Présenter l'objectif de la séance</u> : explorer les valeurs qui peuvent être importantes dans les relations d'amitié, tout en prenant conscience que chacun peut avoir des attentes différentes. L'idée est de discuter et de partager ce qui est précieux dans nos relations sociales.</p> <p>Les études disent que ce qui fait le bonheur c'est la qualité des relations. A travers cette séance nous allons identifier ce qui est important dans nos relations d'amitié, cela correspond à la compétence sociale : savoir développer des liens sociaux.</p> <p>En première année nous avons découvert nos qualités pour apprendre à mieux se connaître personnellement, l'année dernière nous avons découvert les forces qui nous permettent de trouver notre place dans l'environnement de la classe (ou maison, etc.), cette année nous allons explorer les valeurs à travers nos relations et notamment nos relations d'amitié.</p> <p>Activité maison « Qu'est-ce qu'un ami ? » Demander aux élèves s'ils ont distribué ou reçu des "billets d'amitié", et partager quelques retours.</p>	<p>Aide pour distinguer qualités/forces et valeurs :</p> <p>Qualités : Caractéristiques positives d'une personne qui peuvent être développées et améliorées dans le temps. Exemple : être gentil, patient, ponctuel ou créatif sont des qualités.</p> <p>Forces : Capacités naturelles ou talents particuliers qui permettent de surmonter des défis et de s'épanouir. Exemple : la persévérance, la bienveillance</p> <p>Valeurs : Principes ou croyances fondamentales qui guident le comportement et les</p>

		<p>choix d'une personne, mais qui ne se voient pas. C'est ce que nous considérons comme important dans la vie . Exemple : l'amour, la tolérance, l'honnêteté, le respect, ou la solidarité.</p>
<p>Activité : 20 min</p>	<p>Temps 1 – Explorer les valeurs en lien avec l'amitié Proposer aux élèves de s'installer confortablement, les yeux fermés s'ils le souhaitent. « <i>Imaginez que vous passez du temps avec une personne que vous appréciez vraiment. Qu'est-ce qui vous plaît dans cette relation ? Quelles qualités appréciez-vous chez cette personne ? Pourquoi aimez-vous passer du temps avec lui / elle ? Gardez bien à l'esprit ce que vous avez identifié, ses qualités, ses forces, et ce qu'il vous inspire. Et quand vous êtes prêts, vous pouvez ouvrir les yeux</i> »</p> <p>Distribuer ensuite la fiche “Qualités et valeurs en amitié” contenant des exemples. Les élèves entourent les 5 caractéristiques qu'ils considèrent comme essentielles selon eux.</p> <p>Temps 2 – Échanger et débattre en groupe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Distribuer la fiche “Ce qui compte pour nous en amitié” - Réunir les élèves par binôme pour qu'ils partagent, discutent et argumentent de leurs choix pour n'en retenir que 5 communes. - Puis les regrouper à nouveau par 4 (2 binômes) pour poursuivre la réflexion collective et choisir ensemble 5 caractéristiques qu'ils jugent importantes dans leurs relations. <p>Prise de conscience :</p> <ul style="list-style-type: none"> - « Comment vous êtes-vous sentis pendant l'activité ? » - « Comment s'est passée la discussion dans les groupes ? » « Est-ce que vous êtes tous tombés d'accord facilement ? » « Comment avez-vous fait vos choix ? (Echange, arguments, compromis, vote...) » - « Penses-tu que les qualités d'un bon ami sont les mêmes pour tout le monde ? » <p>Echanges possibles avec les élèves : L'objectif de l'activité n'est pas de faire le portrait-robot de l'ami parfait, mais de :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Prendre conscience des attentes individuelles : En identifiant les caractéristiques recherchées chez un ami, on réfléchit à nos propres besoins et valeurs en matière d'amitié. Réfléchir aux valeurs qui nous relient les uns aux autres et qui permettent de partager des moments de plaisir, mais aussi de grandir, découvrir des nouvelles choses et se sentir en sécurité et donc contribuent à notre santé ; nous aide à mieux se connaître soi-même. - S'ouvrir à la diversité des liens sociaux que nous entretenons : Le débat permet de constater que les attentes en amitié varient entre les individus. Cela montre qu'il n'existe pas de "modèle parfait" d'un ami, mais une diversité d'idées sur ce qui rend une relation précieuse. On peut se lier à des personnes qui nous ressemblent ou qui nous complètent et apprendre à respecter les choix et besoins des autres. 	<p>Source : Les compétences psychosociales – Manuel de développement – Béatrice Lamboy, Rebecca Shankland, Marie-Odile Williamson</p>   

	<ul style="list-style-type: none"> - Développer des compétences sociales et de communication : Défendre son opinion tout en écoutant celle des autres, aide à renforcer les compétences en communication, la capacité à coopérer et à trouver un consensus, des compétences essentielles dans la construction et le maintien de relations. - Discuter / Convaincre / influencer : Peut-être que des jeux d'influence auront eu lieu dans les débats en groupe, les mettre en lumière permettra aux élèves d'en prendre conscience. La séance suivante y sera consacrée. 	
<p>Restitution : 5 min</p>	<p>Conclusion : Les relations, qu'elles soient amicales ou autre, jouent un rôle important dans notre bien-être et notre santé, mais il n'existe pas de modèle unique. L'essentiel est de savoir ce qui est important pour soi, tout en respectant les autres. On peut ne pas être ami avec tout le monde, mais on doit respecter tout le monde dans sa différence et apprendre à fonctionner ensemble. On n'a pas nécessairement besoin d'être amis pour travailler ensemble en classe ! Nous n'avons pas besoin d'avoir une foule d'amis, l'important est d'en avoir de bons qui nous conviennent. Ce n'est pas la quantité, mais la qualité des amis qui compte.</p>	
<p>Pause attentionnelle : 5 min</p>	<p>Afin de remobiliser les capacités d'attention des élèves, une petite pause attentionnelle est la bienvenue. A mi-parcours, faire piocher dans le sachet <u>Pause énergisante</u> ou <u>calme</u> en fonction de la dynamique du groupe.</p>	<p>Sachets Pauses attentionnelles</p>
<p>Rituel de fin : 10 min</p>	<p>Chaque fin de séance se présente de la même manière :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lire et compléter la fiche “Ce que nous avons vu” - Les mots à compléter sont : partager – valeurs – s'enrichir - respecter - Présentation de l'activité maison : Un quiz « Sais-tu surfer sur les influences ? » - Rituel de fin <p>Dans votre pochette, vous avez une enveloppe pour ranger vos billets d'encouragement et nous allons apprendre à les utiliser tout au long des séances. Il y a 3 types d'encouragement. Pouvez-vous les nommer ? Les encouragements descriptifs, appréciatifs et de mise en capacité. Nous pouvoir utiliser les 3 aujourd'hui. Distribuer la fiche complète.</p> 	



4

Explorons l'amitié



Les qualités et valeurs en amitié

Entoure 5 qualités et valeurs importantes pour toi

Savoir m'écouter	Aimer parler	Avoir les mêmes goûts que moi
Savoir m'aider, me soutenir	Être fidèle, fiable, sincère	Être gentil
Être calme	Être joyeux	Aimer rire et plaisanter
M'accepter comme je suis	Être beau	Être intelligent
Aimer la nature	Aimer le sport	Aimer la musique
Être courageux	Être original	Savoir prêter, partager
Être affectueux, gentil	Être riche	Être honnête
Être compréhensif	Avoir plein d'idées	Ne pas mentir
Bien comprendre à l'école	Être rigolo	Aimer se confier
Être sage	Me faire découvrir de nouvelles choses	Savoir garder des secrets
Être généreux	Avoir beaucoup de jouets	Aimer les animaux
Être autonome	Être curieux	M'encourager
Être dynamique	Être discret, réservé	Être patient
Être sérieux	Être débrouillard	Aimer le dessin
Être obéissant	Être ambitieux	Être responsable, sérieux
Être travailleur	Être authentique	Être fort



Valeur : principe ou croyance fondamentale qui guide le comportement et les choix d'un personne, mais qui ne se voit pas

Qualité : Caractéristique visible d'une personne qui peut être développée et améliorée dans le temps.

4 Explorons l'amitié

Activité en classe



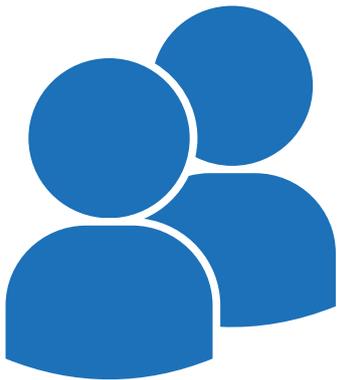
Ce qui compte pour nous en amitié

A partir des valeurs et qualités que tu as entourées sur ta fiche, **discute en binôme puis par groupe de 4** de ce qui vous semble indispensable en amitié.

Sélectionnez 5 caractéristiques communes :



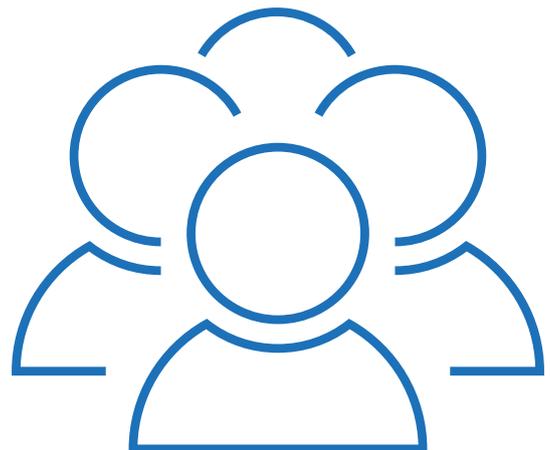
En binôme :

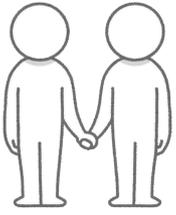


- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

En groupe de quatre :





4 Explorons l'amitié

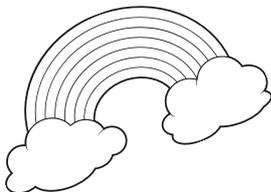


Ce que nous avons vu :

- L'amitié est un sentiment d'affection réciproque qui permet de vivre et des moments de la vie.
- Nous avons discuté de ces liens d'amitié et des qui comptent pour nous.
- L'école est un lieu idéal pour rencontrer des personnes différentes et s'..... mutuellement et peut-être nouer des amitiés.
- **CPS :** Développer des liens sociaux, c'est apprendre à chacun, à dépasser les préjugés, et à pouvoir vivre et travailler ensemble.

Mon rituel de fin de séance

L'ENCOURAGEMENT...



Que j'ai reçu :

Colle ici ton l'encouragement reçu

Que je me donne :

Colle ici ton encouragement personnel

L'encouragement favorise l'auto-évaluation, c'est reconnaître et apprécier les efforts et les comportements positifs chez l'autre. Ce n'est pas un compliment.



4 Activité à la maison

A faire pour la séance 5



Quiz

SAIS-TU SURFER SUR LES INFLUENCES ?



1/Tu as eu un nouveau sweat à ton anniversaire, mais en arrivant au collège ton copain te dit qu'il est moche :

-  Tu l'enlèves à la récré, le fourres au fond de ton sac et tu l'oublieras sur une étagère chez toi.
-  Tu dis à ton pote que c'est la dernière mode et qu'il n'y connaît rien.
-  Tant pis si lui n'aime pas, toi tu adores.

3/A la récré, tu as repéré un groupe d'élèves qui a l'air cool, l'un d'entre eux te propose de te joindre à eux après la cantine, mais il faut que tu amènes ton portable et que tu leur prêtes :

-  Tu n'as pas trop envie de prêter ton portable, tu lui dis, tant pis si tu ne peux pas te joindre à eux.
-  Tu n'as pas trop envie de prêter ton portable mais bon si c'est une chance de rejoindre le groupe c'est cool, tu prêtes ton portable.
-  Tu n'aimes pas trop qu'on te dise quoi faire et tu l'envoies balader.

5/Tu es invité à une soirée. Ton copain a trouvé une bouteille d'alcool dans le placard de ses parents et te propose de goûter. Tu n'as pas envie du tout...

-  ... mais tu te laisses tenter, s'il propose c'est que c'est cool.
-  ... tu refuses, même si celui-ci insiste, tu es sûr de ton choix.
-  ... tu hésites, regardes ce que font les autres, tu as envie de rester dans la bande..



2/En cours de SVT, la prof présente la leçon sur le système solaire, ce qu'elle dit est intéressant mais tu as toujours pensé que c'était le contraire :

-  Tu poses des questions à la prof pour mieux comprendre, tu fais des recherches le soir pour vérifier et tu adaptes tes croyances.
-  Tu restes sur tes positions et te désintéresses de la leçon.
-  Si elle dit ça, c'est que c'est vrai, c'est la prof quand même !

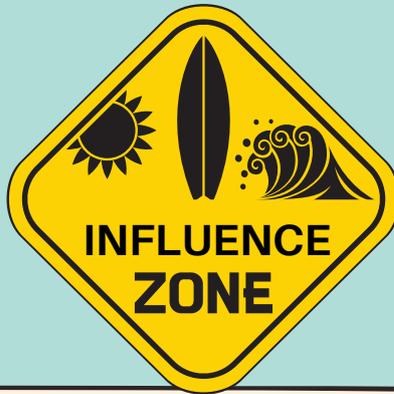
4/Tu as vu sur internet qu'un magasin de sport faisait des soldes monstres. Tu n'as besoin de rien...

-  ... mais ça serait dommage de rater ça, on a toujours besoin de quelque chose, tu convaincs tes parents de t'accompagner pour t'acheter un jogging.
-  ...donc tu iras une autre fois.
-  ... ah c'est trop tentant, tu cherches ce que tu pourrais acheter, tu vois avec tes parents pour au moins aller y faire un tour, on ne sait jamais, on pourra trouver quelque chose...

6/Tes copains suivent les vidéos d'un influenceur hyper connu sur Youtube. Tu n'aimes pas vraiment ce qu'il raconte...

-  Tu demandes ce qui leur plaît dans ce qu'il raconte. Tu n'es pas convaincu et tu préfères ne pas le suivre.
-  Tu regardes un peu ses vidéos pour comprendre ce qui leur plaît. Et finalement tu t'abonnes à cet influenceur. Maintenant tu peux participer aux conversations sur cet influenceur à la récréation.
-  Tu ne te poses pas de questions. S'ils disent qu'il est génial, c'est que c'est vrai.

SAIS-TU SURFER SUR LES INFLUENCES ?



- Tu commences à surfer sur les influences mais tu tombes parfois encore. En effet, tu commences à identifier les influences (qui influence, sur quoi, ses impacts...) mais tu hésites, tu essayes de t'affirmer parfois mais de manière malhabile. Avec un peu d'entraînement, tu es sur la bonne voie pour mieux réagir aux influences.



- Tu surfes comme un vrai rider sur les influences. Tu as mesuré ses causes, qui influence, sur quoi, ses impacts... Tu réfléchis, poses le pour et le contre. Tu exprimes tes idées et les assumes.



- Tu plonges dans l'influence. Tu as envie de plaire, de faire confiance. Tu as raison l'influence n'est pas toujours négative mais écoute toi et fais toi confiance. Tu as les ressources pour t'affirmer.

