



CPS : Conscience de soi

Séance :

Qualités (1) – [séance 3] *A la recherche de nos qualités*

Niveau : 08-12 ans
Durée : 55 mn

Objectifs :

- Mieux se connaître à travers ses qualités

Objectifs spécifiques

- Repérer en quoi nous sommes appréciés par les autres.
- Reconnaître et exprimer à l'autre ce qu'on apprécie chez lui, chez elle.
- Reconnaître ses propres qualités

Source

Pistes de vie, Fédération Nationale Couples et Familles, 2005

- Mieux vivre ensemble dès l'école maternelle Cycle 3 , J Fortin, Ed. Hachette, 2001

Les grandes étapes

1. Accueil - Activité rituelle
2. Recherche par groupe
3. Présentation des qualités attribuées
4. Clôture : lecture et/ou évaluation

Matériel

- Chevalet ou étiquettes prénom
- Conte "L'enfant merveilleux » Pistes de Vie
- Cartons rouge, orange vert (une série par participant)





Qualités (1) – séance 3

Déroulement

Accueil – 10 mn

Bonjour !

Rituel : « Comment ça va ? » à partir de visage exprimant des émotions ou présentation de blason ou humeuromètre ...

Installation : « se mettre en condition » comme poser les sacs à distance, enlever les manteaux, prendre un crayon, poser les chevalets des prénoms ou recevoir une étiquette-prénom. Y-a-t-il des absents ?

Affichage des règles

Présentation de la séance : oralement ou en écrivant le titre de la séance au tableau

Étape 1 – 15 mn

Objectifs

Repérer en quoi nous sommes appréciés par les autres

Reconnaître et exprimer à l'autre ce qu'on apprécie chez lui ou chez elle

Activité

Constituer des groupes de 3 participants.

Conseil : utiliser un signe de reconnaissance des groupes, par exemple en utilisant des serviettes en papier de couleur.

Consigne : « chaque groupe sera chargé de trouver 3 qualités pour chaque personne d'un autre groupe et les notera sur une fiche, par personne, par exemple le groupe 'bleu' cherchera les qualités des membres du groupe 'vert' ».

Attribuer les groupes entre eux. Inviter à s'entraider pour la recherche.

Présenter les supports de travail :

Pour l'aide à la recherche : liste de qualités établie en classe ou jointe en annexe.

Pour écrire les qualités trouvées d'un membre d'un groupe : une fiche intitulée "Les qualités que nous t'avons trouvées"

Étape 2 – 25 mn

Objectif

Reconnaître ses propres qualités

Expérimentation / Mise en situation

Consigne : « présenter les qualités trouvées en s'adressant à la personne » ;

Inviter à commencer par une phrase du type « nous trouvons que tu ... » puis à se déplacer pour lui remettre sa fiche.

A l'issue de chaque présentation, l'animateur demande au participant concerné s'il est d'accord ou non avec cette attribution

Prise de conscience / analyse

Cette étape peut se faire à l'aide d'une fiche d'évaluation remplie en temps personnel ou bien en réalisant un sondage à main levée à partir des questions suivantes :

- Avez-vous aimé ou non cette activité ? Qui a été surpris ? Déçu ? Gêné ? Heureux ?
- Était-ce difficile ou facile de rechercher ou recevoir des qualités ?
- Qu'est-ce qui vous a aidé à trouver des qualités ?
- Quelles ont été les qualités nécessaires à la réalisation de cette activité ?





Qualités (1) – séance 3

Élargissement / Synthèse / Généralisation

« Que peut-on retenir sur les qualités à partir de cette activité ? »

Quelques questions pour aboutir à une synthèse

- > Comment peut-on reconnaître ses qualités ?
- > Quel est l'intérêt de se reconnaître des qualités ?

S'appuyer sur les remarques du groupe pour enrichir la notion de qualités et mieux comprendre le rapport entre l'image de soi et le regard de l'autre.

Quelques points pouvant être repris :

- le regard de l'autre peut m'aider à reconnaître mes qualités et, à la fois, ce que voit l'autre de moi est limité à ce qu'il connaît de moi dans certains domaines (scolaire, familial, loisir ...)
- cela reste un jugement dans lequel je peux me sentir parfois à l'étroit ou bien que je peux trouver juste ou faux.
- le regard de l'autre peut être différent de ce que je connais de moi .

> A quoi peut servir, qu'est-ce que cela peut apporter de reconnaître ses qualités (les siennes et celles des autres)?

Se découvrir positivement, apporter de la confiance en soi, dans l'autre ...

Étape 3

L'appropriation peut se faire de manière individuelle à partir d'une fleur des qualités (Cf. Fiche annexe) et/ou à partir d'une activité collective comme le Domino Humain ou l'Homme Sandwich (Cf Fiche d'activité).

Clôture de séance – 10 mn

Rituel de fin : lecture du conte « L'enfant merveilleux »

Évaluation de la séance : cartons : rouge, orange, vert

« Ce qui fait traces »

Fiche Recherche de qualités

Support collectif Et/ou fiche d'appropriation individuelle

