

Gestion de groupe

Pratique : Rituel émotions et compliments

Sujet : Rituel sur les émotions et les compliments

Objectif : Renforcer la confiance en soi et écouter l'autre

Compétences :

- Transversales : Compétences transversales relationnelles : Se connaître, avoir confiance en soi. Connaître l'autre et ses différences. (PIASC)
- Disciplinaires :
 - 4.1. Réfléchir sur ses affects et ceux des autres
 - 4.2. Renforcer son estime de soi, ainsi que celle des autres
 - 5.1. Écouter l'autre pour le comprendre

➔ **Intérêt pédagogique :** Créer une relation bienveillante entre les élèves ainsi qu'entre les élèves et l'enseignant, renforcer leur estime de soi, apprendre à s'écouter, à exprimer ses émotions et être disponible pour les apprentissages qui suivent.

Fréquence de l'activité

Activité unique

Activité rituelle

Matériel

- 1 coussin par enfant
- Coussins « Smiley » avec émotion au verso
- Bâton de pluie
- Boule/objet de parole
- Feuille « Mes émotions »



Cycle ou classe du public visé :

Tous

Notes

Voici les conseils que les enseignants ayant expérimenté cette pratique ont à vous donner. N'hésitez pas à ajouter vos propres observations pour mieux vous approprier ce document !

- Pratiquer ce cercle d'échange à chaque début de cours (Ritualisation)

- Elèves acteurs lors de ce rituel (Dans l'organisation et la prise de parole)

- Veiller au calme propice à une écoute mutuelle et respectueuse

- Créer un coin calme et chaleureux, où l'intériorité est possible, ainsi que l'écoute et les échanges.

Déroulement

1

Mise en place des coussins formant un cercle. Les élèves se placent ensuite sur les coussins.

2

Les émotions sont vues avec des coussins smiley. Un élève est désigné pour demander aux autres élèves « Qui est heureux ? Qui est triste ? ... ? ». Les élèves lèvent leur main.

3

Le bâton de pluie introduit le tour de parole. Les élèves expriment leur(s) émotion(s) lorsqu'ils reçoivent la boule de parole. S'ils ne veulent pas s'exprimer, ils ne sont pas obligés. Une feuille « Mes émotions » est là pour aider à mettre des mots sur ce qu'ils ressentent.

4

Ensuite, il y a une chaîne des compliments. Celle-ci consiste à dire un compliment qui ne se voit pas extérieurement à son voisin. Son voisin dit ensuite « merci » et sert la main. Ensuite, c'est au tour du voisin et ainsi de suite jusqu'à revenir à celui qui a débuté la chaîne. Le but est de renforcer la confiance en soi et l'estime de soi.

5

Début des apprentissages.



Les points positifs

Renforcer la confiance en soi

Renforcer l'estime de soi

Mettre des mots sur ses émotions

Écouter l'autre et soi

Relation bienveillante entre enfants

Elèves acteurs

Disponibilité pour les apprentissages qui suivent