

# LE PORTRAIT CHINOIS

Un outil pour développer la connaissance de soi et des autres.

Version secondaire

- 1 Si j'étais un **film**, je serais...
- 2 Si j'étais une **musique**, je serais...
- 3 Si j'étais une **personne célèbre**, je serais...
- 4 Si j'étais une **émotion**, je serais...
- 5 Si j'étais une **matière scolaire**, je serais...
- 6 Si j'étais un **vêtement**, je serais...
- 7 Si j'étais un **livre**, je serais...
- 8 Si j'étais un **sport**, je serais...
- 9 Si j'étais un **moyen de transport**, je serais...
- 10 Si j'étais un **métier**, je serais...

# LE PORTRAIT CHINOIS

## GUIDE D'UTILISATION

### CPS TRAVAILLÉES

- Avoir conscience de soi - [famille des CPS cognitives](#)
- Développer des relations constructives - [famille des CPS sociales](#)

### PUBLIC | Secondaire

### DURÉE | Entre 10 et 30 minutes

### OBJECTIFS

- Améliorer la **connaissance de soi et des autres**
- Favoriser un **climat de classe optimal** en améliorant les **relations interpersonnelles**

## Comment travailler ces CPS avec les enfants via l'outil ?

### PRÉPARATION

**Imprimez** un exemplaire par élève, ou projetez l'outil au tableau.

### ANIMATION

#### 1 PROPOSITION DE PRÉSENTATION DE L'ACTIVITÉ

“Préparez-vous pour une exploration personnelle riche d'apprentissages à travers le 'Portrait Chinois'. Vous allez recevoir une liste d'items, comme 'si j'étais une personne célèbre', 'si j'étais un logo', 'si j'étais un film', et bien d'autres encore, pour développer la connaissance de soi et des autres.

Avant de répondre, prenez le temps de réfléchir et de choisir ce qui vous représente et définit le mieux. Ce jeu vous aidera à mieux vous connaître tout en partageant vos pensées et vos aspirations avec vos camarades. Prêts à relever le défi du 'Portrait Chinois' ?”

# LE PORTRAIT CHINOIS

## GUIDE D'UTILISATION

### 2 DÉROULÉ DE L'ACTIVITÉ

**Étape 1 (5 à 10 min)** : Demandez aux élèves de **répondre par écrit de façon individuelle**.

- **Étape 2 (5 à 20 min)** : organisez ensuite une **discussion en classe** pour que les élèves partagent leurs portraits et expliquent leurs choix. Demandez-leur comment cette activité les aide à mieux se connaître et à découvrir ce qu'ils apprécient le plus. Vous pouvez également encourager des **discussions en petits groupes** pour que les élèves partagent leurs portraits et en apprennent davantage les uns sur les autres.

Variante : Vous pouvez rassembler les portraits chinois et les lire ou faire lire. Les élèves doivent deviner le nom de l'élève qui se cache !

### 3 RETOUR RÉFLEXIF

À la fin de l'activité, prenez un moment avec les enfants pour conscientiser la CPS principale mobilisée dans l'activité afin de favoriser son développement dans d'autres contextes.

Le retour réflexif peut s'organiser en 3 temps :

- **Observer** ce qui s'est passé (chez soi, l'autre, le groupe) : Quels sont vos ressentis et pensées ?
- **Analyser** ce qui a été observé/**Expliciter** les compétences développées : Qu'avez-vous développé comme compétences ?
- **Projeter/Transférer** dans un futur proche les apports de cette activité : En quoi cette activité peut-elle vous être utile pour la suite ? Quelle différence fera-t'elle, pour vous, pour les autres ? Comment le remarquerez-vous ?

Pour favoriser la **liberté pédagogique**, cet outil, comme tous les autres proposés par ScholaVie, peut-être **adapté selon les besoins et/ou co-construit avec les élèves** afin de les associer le plus possible et d'augmenter leur niveau d'engagement.

# LE PORTRAIT CHINOIS

## GUIDE D'UTILISATION

### Éclairage théorique



#### POURQUOI TRAVAILLER CE CPS AVEC LES ENFANTS ?

Au-delà des compétences académiques, les professionnels de l'éducation jouent également un rôle crucial en tant qu'**agents de socialisation**. Leurs gestes professionnels et attitudes contribuent à la **création d'un climat de classe favorable à l'apprentissage**, au bien-être et à la réussite. Favoriser des relations sociales positives par le soutien social, le développement de relations constructives et la connaissance de soi, influencent positivement le **sentiment d'appartenance, l'empathie et la coopération**. [1]

La connaissance de soi est donc une **compétence clé pour cultiver des liens positifs à l'école**. Avoir conscience de soi, c'est savoir ce que l'on pense, ressent, désire et comment cela influe sur notre comportement. Cela nécessite de réfléchir à ce que l'on pense de soi, comment on se juge, et comment notre entourage peut influencer nos pensées et émotions. Cette compétence nous aide à **mieux comprendre nos forces et nos limites**, à développer une attitude bienveillante envers nous-mêmes et envers les autres. De plus, l'**auto-évaluation positive renforce la confiance en soi**. Au quotidien, cela signifie être attentif et à nos pensées et émotions pour choisir de réagir avec respect [2] [3] [4] [5].

Les **relations entre les élèves et les enseignants** ont un impact considérable sur leur expérience scolaire, favorisant l'**engagement, la motivation et la réussite** [6] [7]. Ces relations sont particulièrement bénéfiques pour les élèves qui manquent de soutien familial et social, **réduisant les comportements perturbateurs** en classe [8]. Par ailleurs, les élèves apprécient les enseignants qui prennent le temps de les connaître, renforçant ainsi leur sentiment d'appartenance et d'acceptation, ce qui influe sur leur **engagement et leur comportement en classe** [9] [10].

Cultiver un sentiment d'appartenance et de proximité sociale par l'apprentissage de la connaissance de soi est essentiel pour les élèves, qui se soucient de leur place au sein du groupe et de l'acceptation de leurs pairs. Des relations sincères et saines sont un élément essentiel du bien-être, favorisant l'**écoute mutuelle et la découverte de soi et des autres**. En fin de compte, ces éléments contribuent au bien-être général et à la réussite de tous [11].

# LE PORTRAIT CHINOIS

## GUIDE D'UTILISATION



### RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- [1] Hurlemann, R., Patin, A., Onur, O. A., Cohen, M. X., Baumgartner, T., Metzler, S., ... & Kendrick, K. M. (2010). Oxytocin enhances amygdala-dependent, socially reinforced learning and emotional empathy in humans. *Journal of neuroscience*, 30(14), 4999-5007.
- [2] Wigelsworth M, Verity L, Mason C, Humphrey N, Qualter P, Troncoso P. Primary Social and Emotional Learning: Evidence review. London: Education Endowment Foundation; 2019.
- [3] Lawson GM, McKenzie ME, Becker KD, Selby L, Hoover SA. The Core Components of Evidence-Based Social Emotional Learning Programs. *Prev Sci*. 2019;20(4):457-67.
- [4] Lamboy B. Les compétences psychosociales. Grenoble: UGA PUG; 2021.
- [5] Martinot, D. (2001). Connaissance de soi et estime de soi: ingrédients pour la réussite scolaire. *Revue des sciences de l'éducation*, 27(3), 483-502.
- [6] Bear, G. G. (2014). Preventive and classroom-based strategies. In *Handbook of classroom management* (pp. 15-39). Routledge.
- [7] Bernier, V., Gaudreau, N., & Massé, L. (2021). La gestion de classe sous le prisme des perceptions des élèves avec difficultés comportementales: une recension des écrits. *La nouvelle revue-Éducation et société inclusives*, (1-2), 167-186.
- [8] Pianta, R. C. (2013). Classroom management and relationships between children and teachers: Implications for research and practice. In *Handbook of classroom management* (pp. 695-720). Routledge.
- [9] Gaudreau, N. (2019). Gérer efficacement sa classe: les cinq ingrédients essentiels. PUQ.
- [10] Corbett, D., & Wilson, B. (2002). What urban students say about good teaching. *Educational Leadership*, 60(1), 18-23.
- [11] Cornelius-White, J. (2007). Learner-centered teacher-student relationships are effective: A meta-analysis. *Review of educational research*, 77(1), 113-143.