

FINIS LA PHRASE

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

Version maternelle

1. Ce que j'aime à l'école, c'est...
2. Quelque chose que j'aimerais apprendre aux autres, c'est...
3. Ce que j'aimerais apprendre, c'est...
4. Une activité que j'adore faire, c'est...
5. Je suis fier de moi quand...
6. Ce que j'aimerais faire pendant les vacances, c'est...
7. Une personne à qui j'aimerais faire un cadeau, c'est...
8. Une couleur que je n'aime pas, c'est...
9. Ce qui me rend heureux, c'est...
10. Un jeu que j'adore, c'est...
11. Un jour où j'ai aidé quelqu'un, c'était...
12. Si j'avais un super pouvoir, ce serait...
13. Un aliment que j'aime, c'est...
14. Si j'étais un dessin animé, je serais...
15. Ce qui me fait peur, c'est...
16. Une boisson que j'adore, c'est...
17. Si j'étais une saison, je serais...
18. J'ai déjà...
19. Ce qui me met en colère, c'est...
20. Si j'étais un animal, je serais...

FINIS LA PHRASE

GUIDE D'UTILISATION

CPS TRAVAILLÉES |

- Avoir conscience de soi - **famille des CPS cognitives**
- Développer des relations constructives - **famille des CPS sociales**

PUBLIC | Maternelle

DURÉE | Entre 5 et 15 minutes

OBJECTIFS

- Améliorer la **connaissance de soi et des autres**
- Favoriser un **climat de classe** optimal en améliorant les **relations interpersonnelles**
- Renforcer l'**entraide, l'empathie et la coopération** au sein de la classe

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

PRÉPARATION

Imprimez un outil par enfant/groupe ou projetez l'outil au tableau.

ANIMATION

1 PROPOSITION DE PRÉSENTATION DE L'ACTIVITÉ

Aujourd'hui, nous allons jouer au "Jeu des phrases magiques". À tour de rôle, nous allons choisir une phrase du trésor, comme "Un jeu que j'adore, c'est..." ou "Ce qui me fait peur, c'est..." Grâce à ce jeu des phrases magiques, nous allons pouvoir partager ce que nous aimons et ce qui nous fait plaisir et surtout, apprendre à nous connaître. Êtes-vous prêts à ouvrir le coffre aux phrases magiques avec moi pour mieux nous connaître, s'amuser ensemble et mieux apprendre ?"

FINIS LA PHRASE

GUIDE D'UTILISATION

2 DÉROULÉ DE L'ACTIVITÉ

- Constituez des groupes de **4 élèves au maximum.**
- Après leur avoir présenté l'activité, **lisez une première phrase** de votre choix et demandez aux élèves de **la compléter chacun leur tour** au sein de leur groupe (ou en groupe-classe)

Recommencez avec autant de phrases que vous le souhaitez, en fonction du temps consacré à cette activité et de leur niveau d'attention. Entre chaque phrase, vous pouvez introduire un geste, une petite chanson.

3 RETOUR RÉFLEXIF

Pour conclure, 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 ?
- **Expliciter et analyser** ce qui a été observé : 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.

Éclairage théorique

QUESTION

QU'EST-CE QUE LA CONSCIENCE DE SOI ?

La conscience de soi, c'est savoir comment on **pense**, ce qu'on **ressent** et ce qu'on **veut**. C'est aussi comprendre comment tout cela **influence** ce qu'on **fait**.

Pour la développer, il faut apprendre à **mieux se connaître**, comprendre **comment on se perçoit**, et à **être attentif à son expérience**, sans se juger.

FINIS LA PHRASE

GUIDE D'UTILISATION

QUESTION

QU'EST CE QUE LA CAPACITÉ À DÉVELOPPER DES RELATIONS CONSTRUCTIVES ?

Cette compétence consiste à savoir comment entrer en **relation avec les autres, interagir avec eux, créer des liens et les nourrir**. Elle nécessite de **savoir communiquer de manière constructive**, c'est à dire d'utiliser des mots et des gestes bienveillants pour parler et interagir avec les autres, même dans les situations difficiles. [1]

POURQUOI TRAVAILLER CES 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].

FINIS LA PHRASE

GUIDE D'UTILISATION

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].



RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- [1] Les compétences psychosociales : un référentiel opérationnel à destination des professionnels experts et formateurs CPS. Tome I. Saint-Maurice : Santé publique France, 2025. 231 p. Disponible à partir de l'URL : <https://www.santepubliquefrance.fr>
- [2] 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.
- [3] Wigelsworth M, Verity L, Mason C, Humphrey N, Qualter P, Troncoso P. Primary Social and Emotional Learning: Evidence review. London: Education Endowment Foundation; 2019.
- [4] 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.
- [5] Lamboy B. Les compétences psychosociales. Grenoble: UGA PUG; 2021.
- [6] 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.
- [7] Bear, G. G. (2014). Preventive and classroom-based strategies. In *Handbook of classroom management* (pp. 15-39). Routledge.
- [8] 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.

FINIS LA PHRASE

GUIDE D'UTILISATION

- [9] 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.
- [10] Gaudreau, N. (2019). *Gérer efficacement sa classe: les cinq ingrédients essentiels*. PUQ.
- [11] Corbett, D., & Wilson, B. (2002). What urban students say about good teaching. *Educational Leadership*, 60(1), 18-23.
- [12] Cornelius-White, J. (2007). Learner-centered teacher-student relationships are effective: A meta-analysis. *Review of educational research*, 77(1), 113-143.