

# LE PORTRAIT CHINOIS

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

Version maternelle

Si j'étais une **couleur**

Si j'étais un **Jouet**

Si j'étais un **animal**

Si j'étais un **aliment**

Si j'étais une **chanson**

Si j'étais une **activité**

# 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 | Maternelle (GS)



DURÉE | Entre 15 et 20 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



### ANIMATION

1

#### PROPOSITION DE PRÉSENTATION DE L'ACTIVITÉ

*“Les enfants, on va faire un petit jeu pour apprendre à mieux se connaître : ça s'appelle le portrait chinois.*

*Vous allez avoir une feuille avec des cases.*

*Dans chaque case, je vais vous proposer une idée, et vous allez choisir puis faire un dessin qui vous ressemble le plus.*

*Par exemple : Si j'étais un animal, je serais un chat... parce que j'aime les câlins. Ce jeu va nous aider à mieux nous connaître et à découvrir les autres.*

*Alors, vous êtes prêts à jouer ?”*

# LE PORTRAIT CHINOIS

## GUIDE D'UTILISATION

### 2 DÉROULÉ DE L'ACTIVITÉ

- **Distribuez une feuille du 'Portrait Chinois' à chaque élève** et expliquez-leur qu'ils vont devenir des artistes en créant leur propre portrait imaginaire.
- **Encouragez-les à dessiner ou écrire** (sous forme de dictée à l'adulte) dans chaque case pour représenter ce qu'ils seraient s'ils étaient un animal, une couleur, une émotion, une chanson, etc.
- Lorsque les enfants ont terminé, prenez un moment pour **animer une discussion sur leurs portraits**. Demandez-leur de partager ce qu'ils ont dessiné ou écrit et comment cela les aide à mieux se connaître.
- Vous pouvez également **encourager la discussion en groupe** pour que les enfants partagent leurs portraits les uns avec les autres.

### 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) : On raconte ce qu'on a fait. *Qu'avez-vous observé : chez vous, les autres, le groupe ?*
- **Analyser** ce qui a été observé, comprendre ce qui s'est passé : *Est-ce qu'il y a des choses qui ont été plus faciles ou difficiles que d'autres ?*
- **Transférer** dans un futur proche les apports de cette activité. *On imagine pour après : à quoi ça peut vous servir plus tard ?*

Voir notre outil [Animer un retour réflexif](#).

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 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].

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.