

Séance 10 – La force est en nous



Objectifs

Les élèves :

- Identifieront des stratégies pour faire face aux événements de la vie
- Identifieront et exprimeront leurs forces

Matériel

Des figurines playmobil que les élèves pourront manipuler pour composer leurs avatars, en leur attribuant certains accessoires (prévoir une variété suffisante de personnages et d'accessoires)

Avoir préparé votre propre avatar

Les cartes « groupe »

Remarque : les figurines sont fortement recommandées pour la réussite de cette activité. Cependant, si vous n'avez pas les moyens de vous en procurer, vous pouvez réaliser cette activité sur des feuilles A3, en utilisant le dessin ou le collage.



1. Rappels sur la séance précédente (5 min)



« Bouge ton choix »

Placez à droite de la salle une affiche mentionnant le mot « Vrai » et à gauche une affiche mentionnant le mot « Faux ». Les élèves se placent au milieu de la classe. Énoncez des questions et invitez les élèves à se placer selon leur opinion. Pour ce faire, reprenez quelques affirmations issues des activités de la séance précédente ou d'autres questions soulevées par les élèves en fin de séance.

Demandez-leur d'argumenter brièvement les raisons de leurs choix et indiquez la bonne réponse.

2. Introduction (5 min)

Expliquez simplement aux élèves l'objectif de cette séance.

3. Activités principales (30 min)

1. Comment les gens font-ils face aux événements de la vie ? (10 min)

Discussion guidée :

1^{ère} étape Répartissez les élèves en groupes de 4 ou 5 grâce à une méthode aléatoire parmi celles listées en annexe (par exemple, l'activité des gommettes). Présentez aux élèves la situation suivante, vécue par un ou une élève dont vous pouvez choisir le prénom : « Cet élève vient de déménager et doit faire sa rentrée dans un nouveau collège. Il ou elle a très envie de se faire de nouveaux copains et

craind de se retrouver seul. En déménageant, il ou elle quitte son club de sport et ses amis très proches. »

2^{ème} étape Demandez à chaque groupe de réfléchir aux stratégies que l'élève en question pourrait mettre en place. Invitez les rapporteurs à partager les réflexions du groupe avec la classe. Acceptez toutes leurs propositions et notez-les au tableau. A l'issue de ces échanges, déterminez en classe entière quelles sont les stratégies les plus adaptées.

2. L'Avatar (20 min)

L'objectif de cette activité est que chaque élève propose une métaphore de ses points forts à l'aide d'un avatar. Par exemple : être positif, savoir demander de l'aide, avoir une activité physique.

Cette activité est exposante. Il est donc conseillé de reposer le cadre de bienveillance défini avec la charte de la classe.

Vous aurez au préalable préparé votre propre avatar que vous pouvez présenter en exemple aux élèves. Veillez à ce que votre avatar soit assez simple pour ne pas mettre en difficulté les autres. Proposez aux élèves de citer deux ou trois autres exemples.

Disposez au milieu de la table un panel de playmobils et d'accessoires. Pendant 15 minutes, chaque élève doit construire un personnage qui illustre ses points forts.

Les élèves retrouvent ensuite leur groupe de l'activité 1 et présentent alternativement, en 2 minutes, leurs personnages et ses points forts.

Prenez si possible une photo de chaque avatar, puis une photo de l'ensemble des avatars. Un polaroid est conseillé (ou une impression) pour que chaque élève reparte avec sa propre photo.

Si vous n'avez pas pu vous procurer de playmobils, quelques alternatives à cet exercice sont possibles : dessins, photocollages, impressions de personnages.

→ **Retours réflexifs sur l'activité** (5 min)

4. Conclusion & Réflexion personnelle (5 min)



Individuellement, proposez à chaque élève de reprendre une technique pour faire face, parmi celles retenues lors de l'activité 1.

Faites le lien entre les deux activités en insistant sur le fait que nos points forts sont également des leviers pour faire face aux événements.

Invitez finalement chaque élève à choisir un point fort qu'il souhaiterait développer pendant l'année à venir. Il le note dans son Livret Élève.

