

Enseignement des habiletés sociales au primaire

Groupe 3 : Habiletés permettant de composer avec ses sentiments

Habilitété 26: Reconnaître ses sentiments

Par Isabelle Gagné et Angélique Jutras



Fiche de planification

Habilitété sociale : **RECONNAÎTRE SES SENTIMENTS**

Type d'atelier : Enseignement traditionnel

Objectifs : Identifier ses indices corporels, associer un sentiment à ces indices et dire comment on se sent.

Degré : Préscolaire

Durée : 35 minutes

Matériel : fiche de l'élève, fiche des intervenants, fiche des parents, fiche du personnel, fiche d'auto-évaluation, cartons des sentiments, cartons des étapes, cartons de jeux de rôles, jeux de table

Déroulement de l'atelier

L'enseignement et la discussion

1. Définir l'habileté

Présenter aux élèves l'habileté qui sera travaillée dans cet atelier (*Reconnaître nos sentiments*). Dire aux élèves que nous apprendrons un truc afin de pouvoir bien reconnaître les sentiments que l'on ressent et que pour ce faire on a besoin de leur aide (pour qu'ils se sentent impliqués dans leur nouvel apprentissage).

- Présenter une première affiche des sentiments aux élèves.
- Laisser quelques secondes aux élèves pour bien regarder l'affiche.
- Demander aux élèves ce qu'ils voient sur l'affiche.
- Amener les élèves à nommer le sentiment imagé et à reconnaître les indices corporels se rapportant à ce sentiment.
- Questionner quelques élèves afin de leur faire dire à quels moments ils ont ressenti ce sentiment.

Faire la même démarche avec toutes les fiches de sentiments.

- Présenter les affiches des étapes de la réalisation de l'habileté.
- S'appuyer des quelques exemples des élèves afin d'expliquer les étapes.
Exemple : « *Tomy nous a dit qu'il avait déjà pleuré après s'être fait briser un camion. Il avait des larmes et il n'avait pas de sourire, sa bouche était par en bas (étape 1). Quel sentiment a ces indices (étape2) ? Il était donc triste (étape3).* »

2. Effectuer le modelage de l'habileté

Afin d'aider l'élève à apprendre à appliquer les étapes de la réalisation de l'habileté, les intervenants doivent présenter une petite mise en scène qui démontrera l'application des étapes de l'habileté.

- Rôles des intervenants : 1- l'élève qui présente un travail à son enseignant
2- l'enseignant de l'élève

Contexte :

Après une leçon d'une nouvelle technique en arts plastiques, un élève présente à son enseignante son travail. L'enseignante est charmée par l'application avec laquelle l'élève a travaillé et elle est contente que l'élève ait respecté toutes les étapes de la réalisation du projet d'arts. Alors, l'enseignante félicite grandement l'élève. À ce moment l'élève applique les étapes de la réalisation de l'habileté. L'élève se place devant l'étape 1 et se dit : « *Comment est mon corps ? J'ai les yeux ronds, je sens qu'ils brillent et j'ai le sourire grand* ». Puis, l'élève se place devant l'étape 2 et se dit « *Quel sentiment correspond à ces signes ?* » Et enfin, l'élève se dit : « *Je suis fier de moi !* ».

Échanger avec les élèves sur le déroulement et les étapes vues dans le modelage. Informer les élèves qu'ils participeront à deux jeux où ils devront mettre en pratique ces trois étapes et qu'ils auront, à la fin de cet atelier, à s'évaluer sur leur respect de ces trois étapes. Informer les élèves que le premier jeu sera un jeu de rôles où ils pratiqueront leur habileté dans des situations qui existent vraiment dans la vie de tous les jours.

Le jeu de rôles

- 1) Afin de débiter cette période de l'atelier, il faut choisir un premier participant; un volontaire si possible. L'élève pige une situation à jouer et se choisit un partenaire de jeu. Avec l'aide d'un intervenant, les élèves préparent leur présentation (cocus). Tout juste avant de débiter la mise en scène, un intervenant doit informer les autres élèves qu'ils sont responsables de surveiller le déroulement du jeu et le respect des étapes de la reconnaissance de ses sentiments. Lorsqu'ils sont prêts, les deux élèves présentent leur scénario. Au moment de ressentir un nouveau sentiment, l'élève se place devant les fiches des étapes et se dit à voix haute ce qu'il doit faire afin de bien identifier son sentiment (étapes 1, 2 et 3).
- 2) Lorsque l'élève a réalisé ces étapes, le jeu est terminé. Un intervenant ouvre une petite discussion afin d'évaluer la performance des deux élèves. Ensuite, remercier les deux participants pour leur collaboration et s'il y a lieu les féliciter pour le respect des étapes. Les deux élèves peuvent également donner leur évaluation de leur jeu de rôles. Faire choisir par chaque élève un autre participant pour la suite des jeux de rôles.

Faire réaliser quelques autres jeux de rôles (4 ou 5 ou plus si les élèves collaborent bien).

Informers les élèves qu'ils auront à pratiquer cette habileté à la maison et qu'une feuille leur sera remise à la fin de l'atelier afin d'expliquer ce devoir à leurs parents.

Le jeu coopératif

Informers les élèves qu'ils pourront mettre en pratique les étapes de l'habileté à travers un jeu coopératif. Placer les élèves en équipe de quatre. Leur faire choisir un jeu de table parmi ceux qui se retrouvent dans votre classe et que vos élèves connaissent bien (exemple : Les Escargots, Premier au grenier, Serpents et échelles, À table, La poule, etc.). Ensuite, remettre à chaque élève trois cartons sentiments. Ces cartons devront être remis par l'élève à chacun des membres de son équipe et ce, pendant le jeu de la façon suivante :

- L'élève remet un carton sentiment à un élève qui vient tout juste de jouer. L'élève qui a remis le carton sentiment est responsable de supporter son ami dans ces étapes de la reconnaissance de ses sentiments. Lorsqu'un élève reçoit un carton sentiment, il doit verbaliser les trois étapes de la reconnaissance de ses sentiments. Donc, chaque élève aura l'occasion de pratiquer les trois étapes sous l'observation de ses pairs.

Expliquer l'utilisation des cartons sentiments aux élèves. Rappeler l'objectif du jeu, c'est-à-dire de pratiquer les trois étapes de la reconnaissance de ses sentiments. Pendant le jeu, il est possible d'interrompre le groupe afin de rappeler l'objectif du jeu et de rappeler qu'ils peuvent se référer aux affiches des étapes. Pendant le jeu, les intervenants doivent être présents et ils doivent donner des renforcements individuels et collectifs.

Après 5 ou 6 minutes de jeu, demander aux élèves de se rassembler, par exemple, sur le tapis.

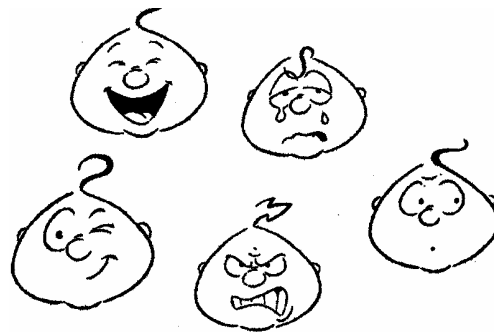
- Demander aux élèves de commenter le ur jeu.
- Demander aux élèves quand cette habileté peut leur être utile.
- Amener les élèves à illustrer des situations de la vie quotidienne où ils pourront avoir recours à cette habileté.

Fin de l'atelier

- Remettre à chaque élève sa fiche élève
- Faire une lecture de la fiche
- Faire réaliser l'auto-évaluation
- Remettre à chaque élève la fiche parent + devoir
- Faire une lecture de la fiche
- Bien expliquer le devoir

Activités de transfert (facultatives)

- Un collectif sur les sentiments à partir des illustrations amenées de la maison.
- La lecture de Fenouil tu exagères !¹



¹ WENINGER, Brigitte. Fenouil, tu exagères !, Éditions Nord -Sud, Suisse ,1996.

Reconnaître ses sentiments

Fiche de l'animateur

- L'atelier vise à développer chez l'élève l'habileté à reconnaître ses sentiments.

Étapes de la réalisation

1. Identifier nos indices corporels.
2. Associer quel sentiment correspond à ces indices corporels.
3. Se dire comment on se sent... JE ME
SENS _____ .

Points de discussion

- Discuter des indices que notre corps nous donne, par exemple : rougir, muscles tendus ou maux de ventre...
- Discuter des sentiments tels que la colère, la tristesse, la joie, la fierté, la gêne et les associer à leurs indices corporels.

Situations suggérées

- À l'école :
 - Tu es en colère parce qu'un ami brise ta construction de blocs.
 - Tu es gêné car tu as fait pipi dans ton pantalon.
- À la maison :
 - Tu es triste parce que tes parents ont oublié la surprise qu'ils t'avaient promise.
- En groupe :
 - Tu es triste parce qu'un ami t'avait dit qu'il t'inviterait au cinéma mais il a invité quelqu'un d'autre.

Commentaires

Ajouter des activités spécifiques d'identification et d'association des sentiments dont les élèves pourront avoir besoin. Penser à des activités qui peuvent inclure une liste générale des sentiments qui sera affichée dans la classe. Trouver des images ou illustrations dans des revues où des personnes expriment leurs sentiments et discuter des différentes situations et comment les personnes peuvent se sentir.

1. J'identifie les indices que mon corps me donne.



2. J'associe quel sentiment correspond aux indices de mon corps.



3. Je me sens_____.



Ton prénom : _____

Date : _____

Auto-évaluation

Reconnaître ses sentiments (habileté 26)

Pour reconnaître mes sentiments, c'était :

Très facile



facile



difficile



Ton prénom : _____

Date : _____

Auto-évaluation

Reconnaître ses sentiments (habileté 26)

Pour reconnaître mes sentiments, c'était :

Très facile



facile



difficile



© Isabelle Gagné et Angélique Jutras 2003, p.7/14

Les images proviennent de www.prescolaireprescolaire.grandmonde.com

Reconnaître ses sentiments

Aujourd'hui, dans le cadre de notre programme d'apprentissage des habiletés sociales, nous avons pratiqué l'habileté à reconnaître ses sentiments. Voici les étapes que votre enfant a travaillées en classe afin d'acquérir cette nouvelle habileté sociale.

Étapes de la réalisation



1. Identifier les indices corporels.

- Identifier les indices que notre corps nous donne, par exemple : rougir, muscles tendus ou maux de ventre...



2. Associer quel sentiment correspond à ces indices corporels.

- Associer les sentiments tels que la colère, la tristesse, la joie, la fierté, la gêne et leurs indices corporels.



3. Se dire comment on se sent...

JE ME SENS _____.

Il serait très important d'aider votre enfant à utiliser ces trois étapes afin de bien identifier ses sentiments, mais également ceux de son entourage, de ses personnages préférés à la télévision ou dans ses livres d'histoires.

Petits devoirs :

- Trouver des images ou illustrations dans des revues où des personnes expriment leurs sentiments et discuter des différentes situations illustrées afin d'identifier les sentiments de ces personnes.
- Chaque élève doit apporter à l'école deux images ou illustrations qu'ils ont analysées avec vous. Les images ou illustrations doivent être apportées à l'école au plus tard _____. Les élèves construiront un collectif sur les sentiments.

Merci de votre collaboration !

© Isabelle Gagné et Angélique Jutras, p.8/14

Reconnaître ses sentiments

Fiche du personnel

Aujourd'hui, dans le cadre de notre programme d'apprentissage des habiletés sociales, nous avons pratiqué l'habileté à reconnaître ses sentiments. Voici les étapes que nous avons travaillées en classe afin d'acquérir cette nouvelle habileté sociale.

Étapes de la réalisation



1. Identifier nos indices corporels.



2. Associer quel sentiment correspond à ces indices corporels.



3. Se dire comment on se sent...

JE ME SENS _____ .

Il serait apprécié de rappeler aux élèves ces étapes au moment opportun.

Merci de votre collaboration !



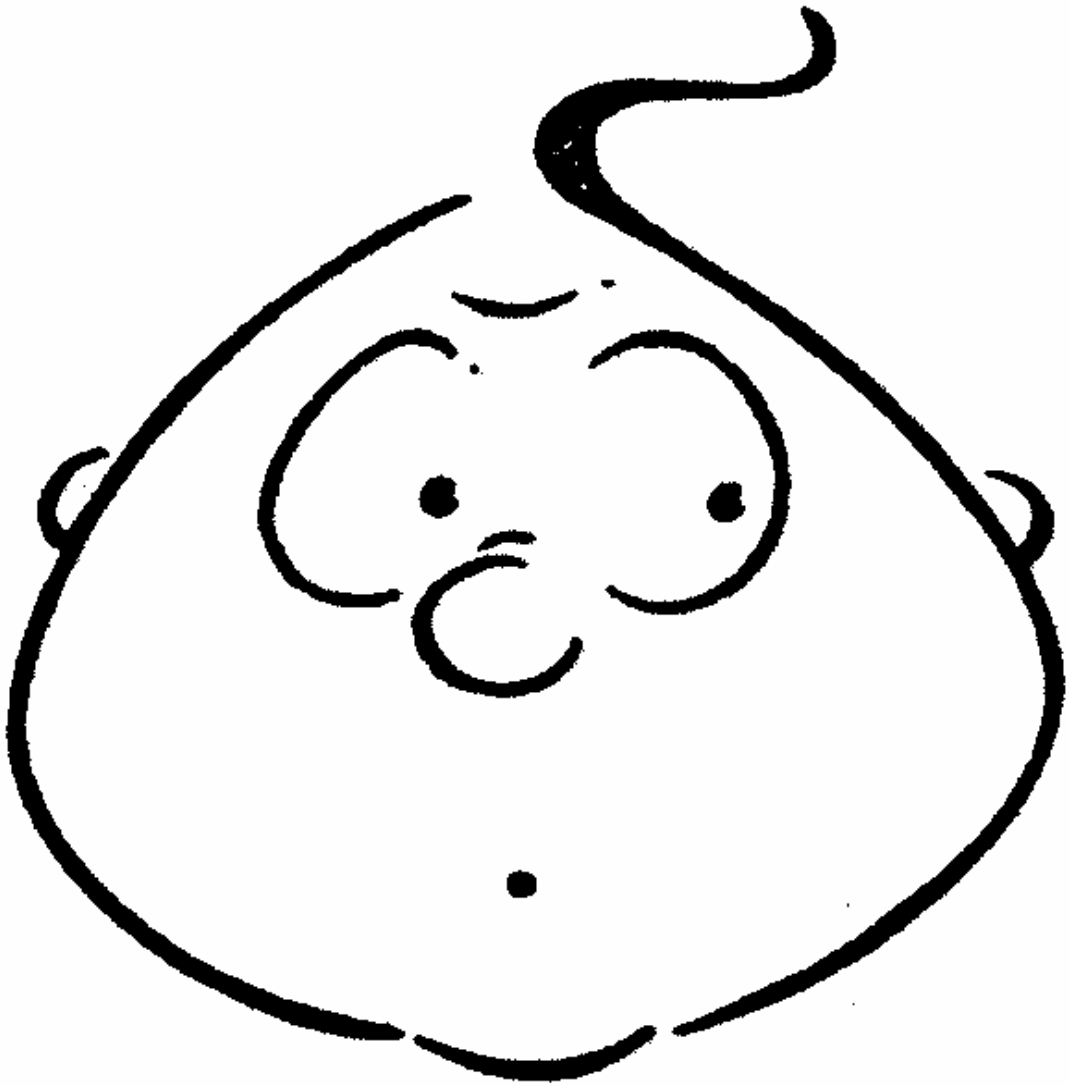
triste



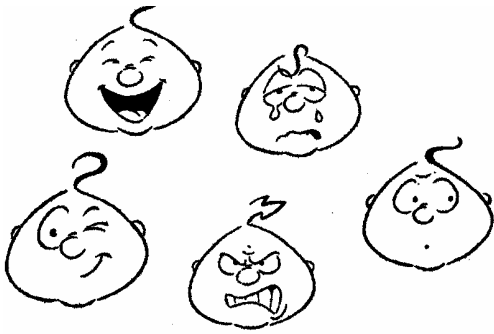
heureux, heureuse



fier, fière



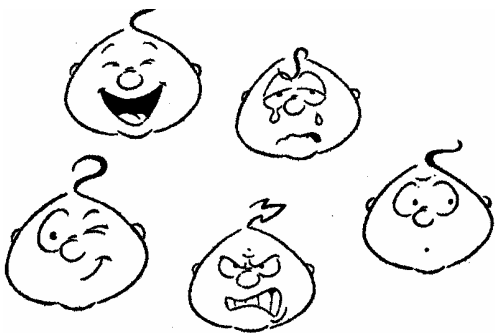
gêné, gênée



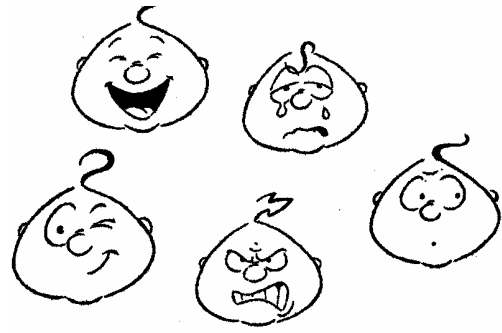
Comment te sens-tu ?



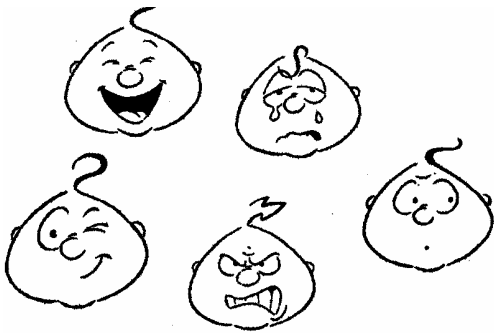
Comment te sens-tu ?



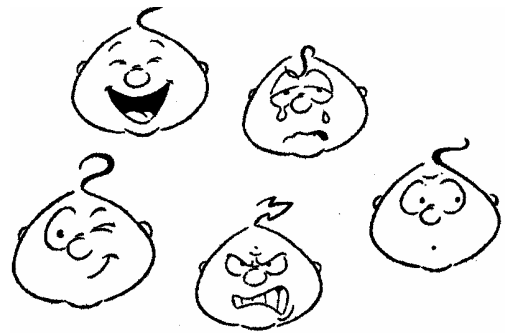
Comment te sens-tu ?



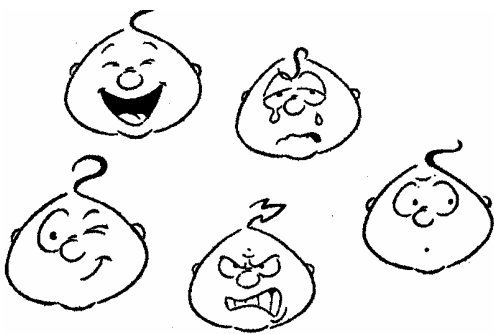
Comment te sens-tu ?



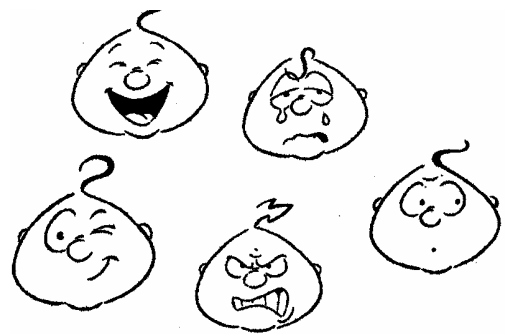
Comment te sens-tu ?



Comment te sens-tu ?



Comment te sens-tu ?

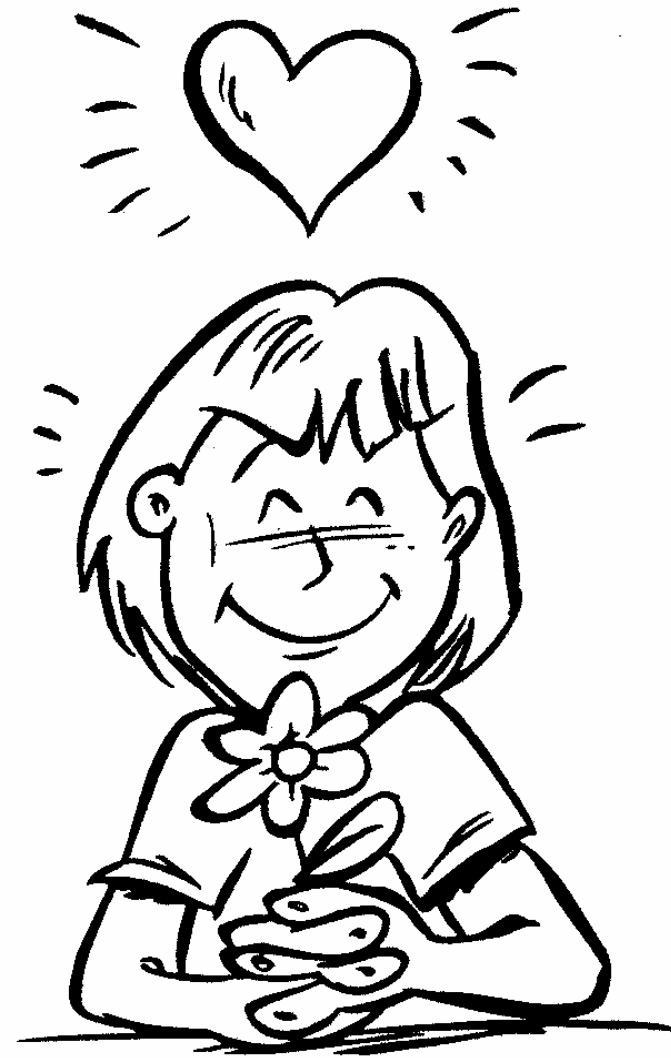


Comment te sens-tu ?

J'identifie les indices de
que mon corps me donne.



Je me sens _____ .



J'associe quel sentiment correspond aux indices de mon corps.



Un ami détruit ta
construction.

On t'invite au restaurant !

Un ami te dit que tu es beau
ou belle.

Tu reçois un cadeau !

Ton chat s'est fait frapper.

Tes parents ont oublié ta
surprise.

Un ami t'a dit qu'il t'inviterait au cinéma mais il a invité quelqu'un d'autre.

Tu as réussi à sauter à la corde.

Ton ami t'enlève ton camion.