**Les « outils » de l’éducation émotionnelle et sociale (EES)**

Ce qu’on appelle les ‘‘outils’’ regroupe l’ensemble des activités qui sont utiles dans la mise en place de l’approche pédagogique souhaitée.

Ces outils pratiques regroupent idéalement 5 composantes complémentaires

1- les **jeux et activités** : des centaines d’activités, en groupe, en sous-groupes ou en individuel, couvrant les divers thèmes (voir les instructions détaillées dans les autres livres et ressources) ;

2- le **Conseil de coopération** (Conseil des élèves, de classe), incluant tout ce qu’une classe coopérative nécessite en termes de clarification des règles de comportement et de contrat de groupe ;

3- les **ceintures de comportement** (ou ‘pétales de comportement’), éventuellement complétées par des « **badges** » et des « **brevets** », permettant de marquer une progression dans l’acquisition des compétences ;

4- les **métiers**, tâches pratiques attribuées aux élèves, destinées à stimuler leur sens d’autonomie et de responsabilité ;

5- le **tutorat**: les enfants apprennent à s’enseigner mutuellement leurs acquis.

**Jeux et activités**

Parmi les outils de l’éducation émotionnelle et sociale, on retrouve une grande variété de jeux et d’activités pédagogiques. Lorsqu’on parle de ‘‘jeux’’, il ne s’agit pas uniquement de s’amuser. Les jeux proposés sont des activités certes ludiques, mais qui créent des conditions permettant de faire toutes sortes d’apprentissages. De plus, ils permettent d’instaurer un climat positif et de rehausser sensiblement la motivation et la qualité de participation des élèves, autant d’ailleurs que celle des enseignants.

Il faut donc distinguer :

1 – **Les jeux**, parmi lesquels on distingue différents types:

- les *jeux de dégel* (brise-glace), destinés à rapprocher les participants, à les mettre en contact, à créer des liens, à installer le plaisir, le rire.

(Par exemple : *La conduite aveugle ; Le petit moteur ; La machine vivante ; Les marches ; J’appelle ; Coco est bien assis* *; etc*.)

- les *jeux de contact*, impliquant un rapprochement physique, un défi relationnel.

(Par exemple : *Massage énergique ; Nœud de groupe ; La quille ; Car-wash ; L’aveugle ; Handicapés solitaires*...)

- les *jeux à thèmes* (destinés à provoquer des prises de conscience) ;

(Par exemple : *Des choses en commun ; Ma place dans le groupe ; Première impression ; Ce que je vois ; Dans la peau d’un autre ;* ...)

- les *jeux de ‘‘sculpture’’* (modelages et positionnements de personnes) ...

(Par exemple : *Sculpture de groupe ; Le tableau magique ; La machine vivante ; Sculptures d’argile en binômes*...)

* les *jeux de créativité*

(Par exemple : *Cadeaux imaginaires ; Du tac au tac ; Trois mots pour une histoire ; Le ballon invisible ; Conte collectif ; Une histoire un mot à la fois ; Que se passe-t-il ensuite ; etc.)*

2 – **Les activités éducatives** : exploration de soi et expression de soi par l’exploration de thèmes précis, de questions à explorer (en individuel, en sous-groupes ou collectivement en brainstorming), de mises en situation. Par exemple : *Ce que j’aime en moi ; Ce que j’admire chez les autres ; Contrat de résolution positive ; Journal de mes réalisations ; Mes besoins, mes objectifs ; Inventaire de mes forces et faiblesses ; Une réalisation dont je suis fier ; Qu’est-ce que la violence ? ; Quel talent particulier as-tu ?; Définir un contrat de classe ; Dégager un objectif commun ; Écoute en trinômes ; Binômes d’exploration personnelle ; Mon schéma de communication ; Trouver un consensus ; Ma fiche ‘‘colère’’ ; Tableau de mes préoccupations ; Mes recettes de succès ; Le message clair... etc.*

3 – **Le cercle de parole**, explorant un thème donné, répondant à des questions, élaborant une consigne (en grand groupe ou en sous-groupes de 5, 6, 7...). Cette activité permet de s’ouvrir les uns aux autres, d’apprendre à communiquer, de s’enrichir mutuellement par le partage, l’écoute, l’expression verbale de ses ressentis, de son expérience, de ses opinions. Elle requiert l’application de règles précises. Dans cette catégorie d’activité pédagogique on compte évidemment aussi les *‘‘conseils de coopération’’, ‘‘conseils de classe’’* ainsi que les *‘‘conseils de famille’’.*

4 – **Jeux de rôles et improvisations créatives** : reconstitutions de scènes vécues ou imaginaires, mises en situation destinées à donner l’occasion de libérer la créativité, d’explorer différentes perspectives et de découvrir des ressources intérieures nouvelles. L’objectif de ces activités n’est évidemment jamais de réaliser une performance quelconque ni un ‘‘spectacle’’. C’est le processus même qui compte, car il crée une situation riche en apprentissages divers. Cette catégorie d’activités peut prendre de multiples formes :

- mimes ou improvisations sur un thème donné ;

- représentation en tableau (sculpture de groupe), passif ou actif ;

- confrontation en jeu de rôle entre l’enseignant et le groupe des élèves (l’enseignant joue lui-même un rôle[[1]](#footnote-1) qui défie le groupe des élèves et les force à mettre en place des solutions au défi rencontré) ;

- brainstorming en jeu de rôle (interrogation spontanée de personnages fictifs) ;

- entrer dans un rôle, se mettre dans la perspective d’un personnage, endosser ses caractéristiques (éventuellement par le déguisement, ne fût-ce qu’un élément symbolique, comme le nez rouge pour jouer un clown) et s’exprimer (spontanément) en fonction de cette perspective et de ces caractéristiques ;

- interview d’un personnage imaginé (joué soit par un élève, soit par

l’enseignant) ;

- réunion de personnages imaginaires (par exemple une grande famille incluant grands-parents, oncles, tantes, cousins... qui doit discuter d’un projet de vacances ou de voyage) ;

- reconstitution de situations vécues, observées ou imaginaires ;

- le tunnel des opinions (un élève passe entre deux rangées, un côté exprimant une opinion favorable, l’autre une opinion défavorable ou opposée ; l’élève doit à la fin prendre une décision) ;

- jeu de rôle d’objets parlants ;

- jeu de rôle en relais (les acteurs se relayant dans différentes phases d’une même histoire) ;

- gel instantané, avec ou sans interrogation ;

- théâtre spontané (sur un thème donné);

- théâtre-forum (avec intervention des spectateurs, prenant la place des acteurs) ;

- jeu avec des marionnettes ;

- etc.

Exemples : *Les marches ; Mimer les émotions ; Ceci n’est pas mon ballon ; Faire l’acteur ; Faire passer le geste ; Les trois cercles ; Marionnettes en conflit ; "Donne" - "prends" ; Trois mots pour une histoire ; Que se passe-t-il ensuite ? ; Démonstration d’une conversation ; Conversations non verbales ; Conversation en relai ; Je suis là ! ; Mettre en scène et décrypter la violence ; Tu ne peux pas me prendre ; Le tour du monde en 30 minutes ; Le loup et les cochons...*

5 – **Voix, théâtre, danse, musique** : afin d’aller au-delà des modes habituels d’expression de soi, d’explorer différentes facettes d’identité, différents modes relationnels, ces diverses formes d’expression de soi seront extrêmement utiles. Le chant improvisé, la musique spontanée avec des objets divers, la danse libre font évidemment partie de cette catégorie d’activité et seront d’ailleurs privilégiés. Ces formes d’expression peuvent sembler nécessiter des compétences spéciales, mais bon nombre d’activités simples sont faciles à explorer sans compétence particulière. Après, on peut toujours effectivement avancer vers l’enseignement d’une technique plus poussée, ce qui sera tout autant porteur d’apprentissages. Cependant, l’essentiel en éducation émotionnelle sera que chaque activité devra toujours déboucher sur un temps de parole au cours duquel les ressentis et apprentissages peuvent être exprimés, reconnus ou simplement conscientisés.

6 – **Le travail intérieur** : explorer ses espaces intérieurs: respiration, relaxation, visualisation créative, méditation. Par exemple : *Le vent ; Je suis un arbre ; La graine qui devient arbre ; Respiration et détente pour les enfants ; Se sentir ‘relax’ ; Estime de soi ; Yoga détente*...

7 – **Les contes** : lecture de récits à valeur métaphorique, dans lesquels l’enfant peut se projeter, avec ensuite la possibilité d’inviter à explorer des questions, à faire un jeu de rôle, un partage, ou à faire de l’expression artistique...

8 – **Les activités artistiques** libérant l’expression de soi: dessin, peinture, sculpture, collage, musique (particulièrement en groupe) … Y compris des activités ciblées au niveau du thème, ou au niveau de la coopération : *Dessin à deux ; Dessin de groupe ; Sculpture de groupe...* Toute activité proposée sera évidemment prolongée d’une invitation au partage.

9 – **Le travail en équipe**, la dynamique de groupe, pour développer la confiance réciproque, le rapport à l’autre et la coopération. Exemple : *Construire un train ; création d’une chanson ; élaboration d’un menu de fête de pirates ; conception d’un spectacle ; etc.*

10 – **Le travail corporel**, pour un meilleur ancrage, développer la conscience du corps: marches, danses, mouvements, étirements, yoga, qi-gong, aïkido, arts martiaux divers, massages ou automassages… Ce domaine est très ouvert. D’autres approches psychocorporelles peuvent se révéler fort intéressantes, telles que l’EFT (Emotional Freedom Technique - *Technique de Libération Émotionnelle*), adaptée en France pour le travail avec les enfants par Valérie et Olivier Broni[[2]](#footnote-2).

11 – **L’écriture** : exploration par écrit d’expériences vécues, d’émotions, de réflexions, de prise de conscience, d’inspiration… Tenir un journal, y consigner les apprentissages et expériences les plus marquants, son parcours, ses projets, ses réalisations.

12 – **Les activités en extérieur** : changer d’environnement afin de faciliter l’exploration de réalités, ressentis, ressources et attitudes différentes peut s’avérer également très enrichissant, voire indispensable. On combinera de préférence ces sorties avec des activités non compétitives en équipe (le voilier par exemple, la spéléo, la randonnée, l’alpinisme, implication dans un travail à caractère social ou humanitaire...).

Pour bon nombre de ces activités, il existe différentes formules d’animation qu’il sera utile de pouvoir varier:

1) **Le jeu collectif**, où tout le monde est impliqué. Éventuellement scinder le groupe en deux ou trois ou davantage de sous-groupes qui font le même jeu séparément.

2) **Le jeu ‘‘en démonstration’’** : un ou plusieurs joueurs jouent devant le groupe qui observe, avec partage du vécu et observations du groupe. Cette approche sera utile pour des jeux ‘‘à risque’’, comme par exempleles jeux de rôles, jeux d’improvisation, etc. Souvent il sera utile de commencer par une ‘‘démonstration’’ avant d’inviter l’ensemble du groupe de pratiquer les mêmes consignes en binômes ou en sous-groupes. Exemple : *la pratique du ‘‘message clair’’*.

3) **Le travail seul**, au centre du groupe (ou face au groupe). Ce sera soit un volontaire seul, soit un volontaire avec l’animateur, offrant une démonstration ; partage ensuite du vécu et des observations. Exemple : *les trois cercles* (un jeu qui invite à explorer différentes intensités de puissance vocale).

4) **Le travail à deux** (en binômes): A et B ayant des rôles différents, alternant ensuite. Exemple : *Quel talent particulier as-tu ? Trois mots pour une histoire*...

5) **Le travail à trois** (en trinômes): A, B et C ayant des rôles différents, ou encore: A et B ayant des rôles actifs, C étant observateur, faisant rapport de la manière dont les consignes ont été appliquées. Exemple : *Écoute en trinômes*.

6) **Le travail en sous-groupe** de 4/5/6 ou plus (avec rapport au grand groupe). Exemples : *Des choses en commun ; Mon groupe ; Ma place dans le groupe ; Nos héros préférés*...

7) **Le travail en individuel** (tous ensemble): chacun explore par écrit des questions posées par l’animateur avant de partager, soit en sous-groupe d’abord (avec rapport au grand groupe), soit directement au groupe entier. Exemple : *Mon schéma émotionnel ; Inventaire de mes forces et faiblesses ; Mon contrat de résolution positive ; Qu’est-ce qui vous met de bonne humeur ?...*

8) **L’activité collective**, où l’animateur face au groupe explore des questions, des reformulations, invitant à la réplique spontanée ou indiquant un participant pour un exercice donné. Exemple : *le brainstorming*.

9) **La compétition inter-équipes** (ou travail par équipe sur base non-compétitive) avec mise en commun/partage des résultats.

Il faut insister sur le fait que tous ces ‘‘outils’’, dont certains peuvent être utilisés en dehors de toute référence à une éducation émotionnelle ou relationnelle, nécessitent un temps de partage, de **mise en commun** des ressentis, des observations et des apprentissages pour être pleinement bénéfiques en termes d’apprentissages psychosociaux. C’est toujours le débriefing après l’activité qui va permettre aux participants de conscientiser et de valider leurs acquis, en même temps que de s’ouvrir aux autres, de communiquer et de s’enrichir mutuellement.

**Conditions de mise en place**

Pour faire correctement de l’éducation émotionnelle et sociale, il y a deux conditions essentielles :

1) LA POSTURE : avoir bien intégré les compétences qu’on cherche à « enseigner » et être capable de démontrer ces compétences par une posture adéquate. Beaucoup peuvent le faire. Pour ceux et celles qui en ressentent le besoin, des formations existent (voir entre autres sur [www.education-emotionnelle.com](http://www.education-emotionnelle.com) ).

Rappelons ici que l’intelligence émotionnelle, qui inclut les compétences psychosociales, ne s’enseigne pas. Il s’agit fondamentalement d’auto-apprentissages. L’éducateur veillera donc à créer un environnement dans lequel ces apprentissages pourront se faire.

2) LES OUTILS : disposer d’une trousse bien remplie d’outils d’animation avec lesquelles on a eu l’occasion de se familiariser. La posture à elle seule ne suffira pas, car c’est au travers de la dynamique de groupe que l’essentiel des apprentissages se feront. Il faudra donc pouvoir offrir une panoplie d’animations appropriées, adaptées au groupe et à son évolution. C’est évidemment là l’objectif de la série de livrets « *Enseignants CPS* ».

Chacun de ces livrets offre entre 30 et 60 animations en relation avec thème du livret. Avec un peu d’expérience, vous n’aurez pas de mal à jongler avec les différents outils présentés.

Il est fortement recommandé de constituer des groupes d’enseignants motivés qui pourront pratiquer entre eux les outils qu’ils seront amenés à utiliser dans leurs classes. En particulier, une utilisation régulière, entre adultes, des cahiers d’élèves (**Mon journal de bord CPS**) sera grandement bénéfique, autant pour se familiariser avec l’outil que pour créer une meilleure dynamique dans le staff des enseignants, auquel on pourra évidemment inclure le personnel non-enseignant.

Dans les pages qui suivent, vous trouverez quelques outils de gestion complémentaires, ainsi qu’un agenda et des fiches d’évaluation.

Quelques **questions pratiques** se posent nécessairement aussi à tous ceux qui veulent intégrer cette approche dans leur enseignement :

**1) L’organisation spatiale**

Faut-il intervenir dans les classes ou dans un autre espace de l’école ? En réalité, là où c’est possible, il sera utile d’utiliser les deux, en fonction des activités qu’on envisage de proposer. D’une part il y a des activités qui doivent pouvoir trouver leur place dans le contexte habituel du travail scolaire, donc en classe. D’autre part, de nombreuses activités nécessitent un espace ouvert dans lequel le mouvement est possible. De plus, le format cercle, sans tables, est souvent utile, voire indispensable. Par conséquent, il va falloir trouver des voies qui permettent de réaliser pleinement les programmes.

De plus, il est bon, dans une perspective de pédagogie « diversifiée », de ne pas rester cantonnés dans le même local toute la journée. Les enfants ont besoin de bouger, et changer d’espace favorise leur ouverture, leur motivation, leur curiosité, leur créativité. On ne peut qu’espérer que « l’école du futur » ait pleinement les moyens spatiaux de répondre à ces besoins.

**2) L’organisation temporelle**

La durée idéale d’une séance spécifiquement consacrée à l’éducation aux compétences psychosociales est d’une heure, avec un rythme hebdomadaire. Cependant, en fonction de l’âge des enfants et des possibilités de l’enseignant, on peut envisager une séance toutes les deux semaines, éventuellement d’une durée supérieure (1h30 à 2h), ce qui permet d’aborder des activités plus complètes, créatives, diversifiées.

Par ailleurs, ces séances doivent être proposées sur la durée, et idéalement en cohérence avec l’ensemble de l’environnement scolaire.

**3) La taille du groupe**

La plupart des animations permettent d’être abordées avec un groupe dans son entièreté, ce qui est préférable, vu l’importance de la cohésion du groupe. En général, cela signifie qu’on s’adaptera au nombre du groupe plutôt que l’inverse (adapter le groupe au nombre avec lequel on estime qu’il est plus facile de travailler). Les groupes scolaires comptent d’habitude au moins 8 à 10 élèves, et rarement plus d’une trentaine. Entre 8 et 30 participants, pas de problème. C’est au-delà de 30 à 40 que l’animation doit devoir s’adapter.

Bien entendu, avec les enfants en bas âge (en maternelles), l’éducateur aura intérêt à se familiariser avec les outils de gestion de la dynamique de groupe qui permettent de travailler avec un grand groupe sans être débordé. Il s’agira souvent de scinder en sous-groupes, avant de revenir au grand groupe pour un retour sur ce qui a été fait en sous-groupe.

Une autre technique est de permettre à un groupe restreint de faire une « démonstration » d’un jeu devant le grand groupe, qui observe et s’exprime ensuite sur ses observations.

(Extraits de « **Enseignants CPS, livret 1** »)

disponible gratuitement sur ce site.

1. Voir les ressources en anglais sous le thème de ‘process drama’ et ‘teacher in role’. [↑](#footnote-ref-1)
2. [www.broni.fr](http://www.broni.fr) [↑](#footnote-ref-2)