



UNIVERSITÉ d'ÉTÉ francophone
en **SANTÉ PUBLIQUE**
de Besançon



CATALOGUE OUTILS CPS



SOMMAIRE

❖ SOMMAIRE.....	2
❖ Rappel des CPS.....	3 à 5
❖ Introduction.....	6
❖ Enfants.....	7 à 67
❖ Adolescents.....	68 à 99
❖ Adultes.....	100 à 122
❖ Index des outils.....	123 à 128

Rappel des CPS



Les 10 CPS définies par l'OMS

Les 10 CPS réorganisées en 3 catégories

Compétences sociales

- *Savoir communiquer efficacement*
- *Etre habile dans les relations interpersonnelles*
- *Avoir conscience de soi*
- *Avoir de l'empathie pour les autres*

Compétences cognitives

- *Savoir résoudre les problèmes*
- *Savoir prendre de décisions*
- *Avoir une pensée créative*
- *Avoir une pensée critique*

Compétences émotionnelles

- *Savoir gérer son stress*
- *Savoir gérer ses émotions*

Des définitions

Les compétences psychosociales
(Définition OMS, 1993)

« Les compétences psychosociales sont la capacité d'une personne à répondre avec efficacité aux exigences et aux épreuves de la vie quotidienne (...) les compétences psychosociales ont un rôle important dans la promotion de la santé et du bien-être physique, mental et social ».

« Les compétences psychosociales sont à considérer comme des outils d'adaptation cognitive, émotionnelle, comportementale permettant à un individu de faire face aux situations de la vie en respectant les autres et en collaborant avec eux » (Jacques Fortin)

Ce catalogue a été réalisé dans le cadre de la 14ème Université d'été francophone en santé publique qui a eu lieu du 2 au 7 juillet 2017. Il a été conçu à destination des participants et comme étayage au module,

**« Promotion de la santé et développement des compétences psychosociales :
de l'engagement individuel à la responsabilité collective »**

Il est loin d'être exhaustif, mais il propose des outils qui trouveront leur place au sein de projets favorisant le développement des compétences psychosociales auprès de différents publics, notamment: enfants, adolescents, adulte. Il a pour objectif de:

- proposer des pistes de recherche et faciliter l'accès aux outils
- permettre la découverte de techniques d'intervention et d'outils
- favoriser leur sélection sur des critères précis et en réponse aux objectifs posés pour les actions.

Les supports proposés:

Des jeux



Des programmes



Des kits pédagogiques



Des vidéos



Des ouvrages



Des sites web



La plupart de ces outils peuvent être empruntés auprès des IREPS de vos régions

ENFANTS





Le cartable des compétences psychosociales



Site de ressources pédagogiques: Un site ressource évolutif pour celles et ceux qui souhaitent renforcer les compétences psychosociales (CPS) des enfants et des pré-adolescents de 8 à 12 ans.

Objectifs:

- Promouvoir le développement des CPS
- Permettre aux équipes éducatives de renforcer les CPS des enfants et pré-adolescents
- Mettre à disposition des ressources complémentaires et variés

Contenu :

- 1) Pour débiter ou revenir aux sources: La partie « Les CPS en théorie » répond aux questions : Les CPS... c'est quoi, d'où ça vient et pourquoi aujourd'hui ?
- 2) Pour se plonger dans le sujet: La partie « de la théorie à la pratique » pose les grands repères méthodologiques et pédagogiques.
- 3) Pour se lancer dans l'action: « Les CPS en pratique » c'est la concrétisation, la réponse à la question « Et... qu'est ce qu'on fait exactement ? ».

Des ressources/des témoignages en images...

Outil produit par: IREPS Pays de Loire/<http://www.cartablecps.org/page-1-0-0.html>

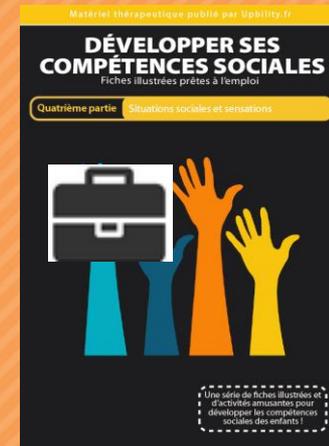


Développer ses compétences sociales

Cette nouvelle série de fiches illustrées « Développer ses compétences sociales sensations » constitue un excellent moyen de travailler avec les enfants : via des activités stimulantes et amusantes, ils seront amenés à exprimer leurs sentiments, à parler de leurs réactions par rapport à différentes situations qui peuvent leur causer des difficultés. Vous trouverez dans ces cartes trois séries de situations réalistes et quotidiennes par rapport auxquelles les enfants sont invités à exprimer leurs réactions – à l'école, à la maison ou ailleurs –, ainsi qu'une série de questions orientées vers la compréhension de leurs émotions dans des situations données.

Public: 5 ans et +

Cet eBook est le quatrième tome de la série et se concentre sur la manière dont les enfants comprennent et expriment leurs sentiments par rapport à différentes situations sociales. Il comprend 60 cartes imprimables recto verso et 3 suggestions d'activités. Il comporte également une partie conçue pour les tablettes, de sorte que les cartes puissent être utilisées de manière autonome.





Comment travailler avec les enfants et leur environnement: manuel de CPS

Guide: Manuel de formation pratique élaboré par Terre des Hommes qui contient 18 modules répartis en 2 grands chapitres selon 4 niveaux de compétences à développer

Objectifs:

Améliorer le bien-être global des enfants au travers du renforcement des compétences psychosociales des adultes qui les encadrent, tout en transmettant des méthodes et outils efficaces pour le travail avec les enfants

L'ouvrage contient:

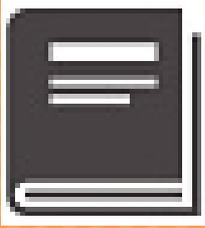
-La première partie: module 3-1 à 3-9 s'adresse aux personnes souhaitant renforcer leurs compétences personnelles et sociales

- La deuxième partie: module 3-10 à 3-18 vise plus spécifiquement les personnes en charge d'activités avec des groupes d'enfants

Alternance de moments théoriques, d'exercices pratiques, de travaux en petits groupes, de jeux.

Produit par: Terre des Hommes/téléchargeable/

https://www.tdh.ch/sites/default/files/tdh_manuel_competences_fr.pdf



Mieux vivre ensemble dès l'école maternelle



Guide:

L'école est un lieu d'expérimentation de stratégies d'adaptation à d'autres enfants, à des adultes, à des locaux, à des modes de penser et d'agir plus ou moins différents de ceux de la famille... Un lieu de vie collective avec le plaisir de découvrir, d'apprendre, de partager, de faire ensemble ; un lieu qui présente aussi des contraintes, des frustrations, des conflits... Le programme

L'ouvrage contient:

Mieux vivre ensemble s'adresse à tous les enseignants d'écoles maternelles et élémentaires qui souhaitent développer chez leurs élèves les compétences nécessaires pour s'intégrer et s'affirmer dans un groupe, gérer ses émotions, maîtriser son agressivité, aider et partager. Il ne s'ajoute pas aux enseignements habituels mais s'appuie sur l'expression orale, écrite et artistique pour aborder de manière concrète et interactive les différentes notions.

Auteur et éditeur: Jacques Fortin Editeur/Hachette éducation/Pédagogie pratique à l'école



Le volcan des émotions



Anne-Marie Le Guill
Editions Milmo, 2011

Matériel :

2 affiches laminées (de 32,4 cm X 24,8)

"Le volcan des émotions"

"Ma valise de solutions"

15 pictogrammes en plastique (de 5 cm X 5 cm), à placer sur l'affiche

Concept :

Ces affiches aideront l'enfant à prendre conscience de ses émotions et des solutions qui s'offrent à lui pour éviter qu'explode le volcan.

En bas de l'affiche, tout va bien.

- À la 2e phase, un problème se présente mais l'enfant a la possibilité de le régler immédiatement en trouvant une solution.
- À la 3e phase, se présente l'anxiété et l'affiche lui suggère de se calmer en respirant profondément.
- Puis, à la dernière phase, le volcan explose et il est indiqué que l'enfant doit se retirer.

À chacune de ces étapes, une solution est proposée afin de lui permettre de retrouver son calme et de choisir finalement une solution plus éclairée.

L'affiche "Ma valise des solutions" permettra à l'adulte d'exposer et de proposer des choix d'action.



La roue des émotions

3 disques qui peuvent bouger de manière autonome, toutes les combinaisons sont possibles.

La roue des Emotions qui existe en version enfant et en version adulte est un outil qui ramène d'abord aux sensations, la première roue guide les enfants vers des sensations ressenties et évoquées à travers la symbolique de la météo. C'est un apprentissage à écouter et ressentir ce qui se passe dans le corps

La seconde roue attire l'attention sur l'émotion qui correspond à cette sensation.

Enfin, la 3e roue, la plus grande, propose de trouver le besoin sous-jacent à l'émotion.

La dernière étape consiste à trouver le moyen de combler ce besoin.

Thiry Anne-Lise
L'autrement dit 2015





Hopla



Kit pédagogique pour enfants de 2 à 4 ans

Objectifs:

- Aider les enfants à mieux appréhender ce qui se passe en eux et les amener ainsi à avoir prise sur leurs expériences et leur vécu
- Leur aider à mieux identifier, accepter, nommer et différencier les émotions, chez eux et chez les autres
- En travaillant sur les émotions, contribuer de façon importante à prévenir l'apparition de problèmes socio-émotionnels

Contenu du kit:

Un manuel pédagogique, 4 grandes planches représentant les personnages de Hopla et de ses amis, 4 valisettes : chaque personnage – Hopla, Nina, Lola et Onki – a sa propre valisette, 16 planches de situation, 12 planches à raconter : 3 planches de 4 pages pour chaque personnage
4 masques pour les enfants, Une girouette sur laquelle sont représentées les icônes des émotions, 16 petites figurines en carton : Hopla, Nina, Lola et Onki, Un jeu de dominos, 8 cartes de bingo et 32 jetons : 8 jetons "joie", 8 jetons "colère", 8 jetons "tristesse" et 8 jetons "peur", Feuilles à photocopier, Posters des 4 émotions, La valise de rangement

Outil produit par:

info@cegopublishers.be, http://www.cegopublishers.be/cego_wal

Tarif: 143€



Une valise pleine d'émotions



Kit pédagogique pour enfants de 3 à 8 ans

Objectifs:

- Apprendre aux enfants à reconnaître leurs propres émotions
- Donner les moyens d'exprimer les émotions (en être capable - s'autoriser à les exprimer)
- Apprendre à reconnaître les émotions chez les autres, et par là développer les capacités d'empathie

Contenu du kit:

4 grands personnages représentant chacun un sentiment (tristesse, joie, colère, peur), 16 cartes avec les visages des grands personnages (4 par sentiments), 4 boîtes "Maisons des émotions"

48 cartes illustrant une situation où soit un enfant, soit un adulte ressent une émotion, 16 marionnettes à doigts, 4 masques des émotions, un émomètre, une roue des émotions, un CD avec 4 morceaux de musique qui illustrent les 4 émotions, un carnet de suggestions pédagogiques, avec fiches d'activités et matériel photocopiable

Outil produit par:

info@cegopublishers.be, http://www.cegopublishers.be/cego_wal

Tarif: 162€



La boîte à émotions de Zatou



Kit pédagogique pour enfants de 2 à 4 ans

Descriptif:

La Boîte à émotions de Zatou propose une démarche et des outils pour aider les élèves et les enseignants de maternelle à prendre en compte et à gérer les émotions de la classe au quotidien. Elle permet de favoriser un climat serein, calme et bienveillant, propice à une bonne entrée dans les apprentissages.

Contenu du kit:

1 guide pédagogique, 1 marionnette Zatou avec ses 4 masques émotions de base, 1 arbre à besoins accompagné de 45 cartes évoquant les différents besoins de l'élève et/ou de l'enseignant, 4 planches « émomètres » (colère, joie, peur, tristesse), 1 planche « calmomètre », 14 pastilles et 5 curseurs aimantés pour les « émomètres » et le « calmomètre », 1 boîtier « Météo des émotions » contenant des pastilles qui illustrent la colère, la joie, la peur et la tristesse, 1 boîtier pour contenir les « Bons de colère », 1 boîtier pour contenir les « Bons de pardon », 31 cartes « Émotions en scène », 9 posters, 1 DVD

Produit par :

[Les Ateliers Retz](http://www.lesateliersretz.com)

Tarif: 89€



Jouons avec les émotions



Kit pédagogique: jeu proposant 27 cartes représentant des émotions que vivent quotidiennement les enfants

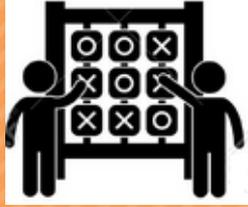
Objectifs:

- apprendre aux enfants à reconnaître leurs propres émotions
- Donner les moyens d'exprimer les émotions (en être capable - s'autoriser à les exprimer)
- Apprendre à reconnaître les émotions chez les autres, et par là développer les capacités d'empathie

Contenu du kit:

Chaque carte présente également une suggestion d'activité ou de jeu permettant aux enfants d'âge scolaire de mieux comprendre et reconnaître les émotions. Lisez d'abord toutes les suggestions d'activités proposées au verso des cartons. Vous verrez qu'il y en a plusieurs types : elles peuvent impliquer un seul ou tous les cartons, prendre quelques minutes ou toute une journée, etc. À vous de déterminer la meilleure manière de les utiliser.

Outil produit par: Editions Midi Trente/ <http://www.pirouette-editions.fr>



Le langage des émotions

Le langage
des émotions



Jeu pédagogique: L'outil se présente sous la forme d'un de 78 cartes. Chaque émotion est présentée au travers d'un personnage récurrent, délibérément asexué. Tant le corps que le visage s'expriment : un simple froncement de sourcil, un port de tête, un mouvement de bras ou de jambes ou encore un détail du décor permettent d'identifier l'émotion.. A partir de 3 ans

Objectifs:

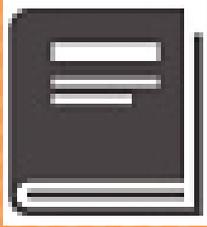
- Découvrir l'éventail des émotions et des sentiments
- Identifier son émotion et apprendre à la nommer
- Rencontrer l'autre, à partir de nos émotions
- Socialiser l'expression émotionnelle, sans jugement de valeur, en respectant les autres et leur différence

Contenu du kit:

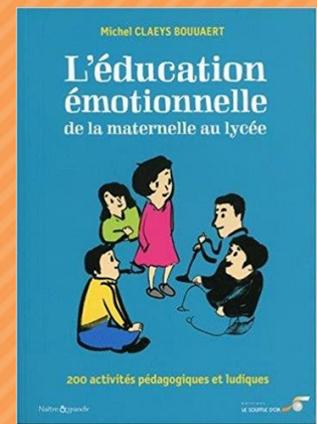
8 cartes symboliques, 61 cartes émotions/sentiments, Carte "Besoin/Désir" ,8 cartes recto/verso d'éclairages théoriques et des mises en situation

Outil produit par: FCPPF Ixelles Belgique/info@fcppf.be

<http://www.fcppf.be> - <https://www.facebook.com/fcppf>



L'éducation émotionnelle de la maternelle au lycée



Guide:

guide pratique qui offre une approche complète et cohérente de l'apprentissage de l'intelligence émotionnelle : les enseignants et parents y trouveront des solutions simples et efficaces pour favoriser la réussite et l'épanouissement des enfants.

Les compétences liées à l'Intelligence émotionnelle comprennent le « savoir-être », le vivre ensemble, la gestion des émotions, la confiance, l'autonomie, la créativité etc

L'ouvrage contient:

Quels sont les enjeux de l'éducation émotionnelle ? Et comment la mettre en pratique ?

200 activités pédagogiques et ludiques

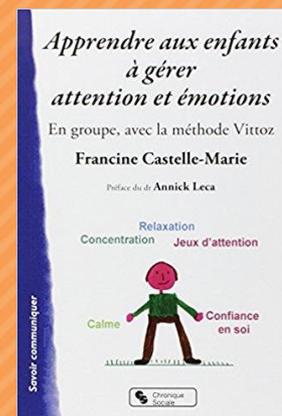
Les outils et stratégies pédagogiques proposés dans cet ouvrage se révéleront d'une richesse inépuisable. Les très nombreux jeux et activités proposés peuvent être appliqués aux grands comme aux petits

Auteur et éditeur: Michel Claeys Bouaert/ Editeur Souffle d'Or/collection Naître et Grandir

Apprendre aux enfants à gérer attention et émotions

Ce livre est la présentation d'une expérience vécue avec des enfants de 8 à 12 ans, désireux d'améliorer leur état de présence, par la gestion de leur attention, de leur concentration et de leurs émotions. Riche de 31 fiches, il espère donner des clés aux parents soucieux de donner toutes les chances de réussite à leurs enfants en leur permettant d'exprimer leurs émotions et d'acquérir une meilleure maîtrise de leur comportement. Les enseignants, face à des élèves dispersés, y trouveront des moyens de les aider à se recentrer pour mieux gérer leur attention et leur concentration. Les éducateurs, confrontés à la gestion de groupes d'enfants perturbés et agités trouveront, dans ce livre, des jeux de type sensoriel, aptes à ramener le calme par une réceptivité plus consciente. Enfin, dans un langage simple et imagé, adapté aux plus jeunes, cet ouvrage aidera chacun à acquérir les phases de la méthode Vittoz et de la relaxation

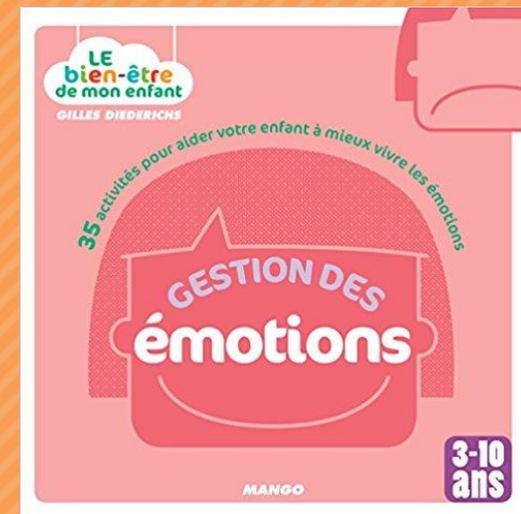
Catelle-Marie Francine
Chronique sociale, 2014





Gestion des émotions: 35 activités

Mimes, courses d'obstacle, jeux de rôle, dessins, musicothérapie, expression corporelle..., 35 exercices ludiques et tout simples pour aider l'enfant à surmonter ses émotions négatives. Les enfants ne savent pas toujours contrôler les émotions qui les submergent. Exprimer leur ressenti, quelle que soit l'émotion colère, tristesse, peur, joie, leur permet de se libérer de ce qui les traverse. Avec des activités faciles à faire, ils comprennent les raisons d'un comportement, ce qui les aide à ne pas rester bloqués et donc à aller de l'avant. Pour chaque activité, deux parties distinctes :- à gauche, l'enfant lit les étapes du jeu et ses variantes- à droite, les adultes découvrent les bienfaits apportés à l'enfant.



Diederichs Gilles
Mango 2014



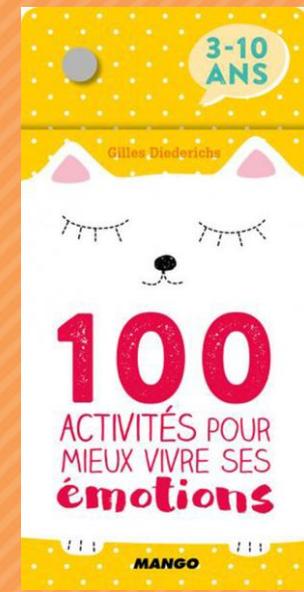
100 activités pour mieux vivre ses émotions

Publics : Enfant

Cet outil propose 100 activités ludiques qui permettent aux enfants de 3 à 10 ans d'apprendre, en s'amusant, à se détendre, se concentrer, mieux vivre leurs émotions ou exprimer leur créativité. Le côté pile de la fiche explique au parent ou encadrant l'objectif de l'activité, le côté face propose les étapes du jeu. Ces fiches peuvent être utilisées notamment pour débiter des séances d'éducation autour des compétences psychosociales.

Collation : 100 fiches de 15 x 7 cm reliées par un rivet

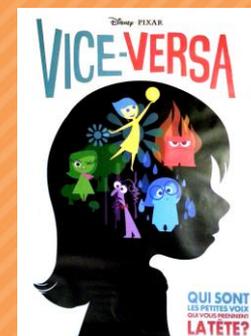
<http://www.mangoeditions.com/>



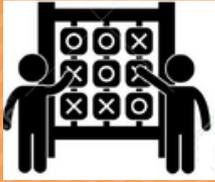


Vice-Versa

Au Quartier Général, le centre de contrôle situé dans la tête de la petite Riley, 11 ans, cinq Émotions sont au travail. À leur tête, Joie, débordante d'optimisme et de bonne humeur, veille à ce que Riley soit heureuse. Peur se charge de la sécurité, Colère s'assure que la justice règne, et Dégoût empêche Riley de se faire empoisonner la vie – au sens propre comme au figuré. Quant à Tristesse, elle n'est pas très sûre de son rôle. Les autres non plus, d'ailleurs... Lorsque la famille de Riley emménage dans une grande ville, avec tout ce que cela peut avoir d'effrayant, les Émotions ont fort à faire pour guider la jeune fille durant cette difficile transition. Mais quand Joie et Tristesse se perdent accidentellement dans les recoins les plus éloignés de l'esprit de Riley, emportant avec elles certains souvenirs essentiels, Peur, Colère et Dégoût sont bien obligés de prendre le relais. Joie et Tristesse vont devoir s'aventurer dans des endroits très inhabituels comme la Mémoire à long terme, le Pays de l'Imagination, la Pensée Abstraite, ou la Production des Rêves, pour tenter de retrouver le chemin du Quartier Général afin que Riley puisse passer ce cap et avancer dans la vie...



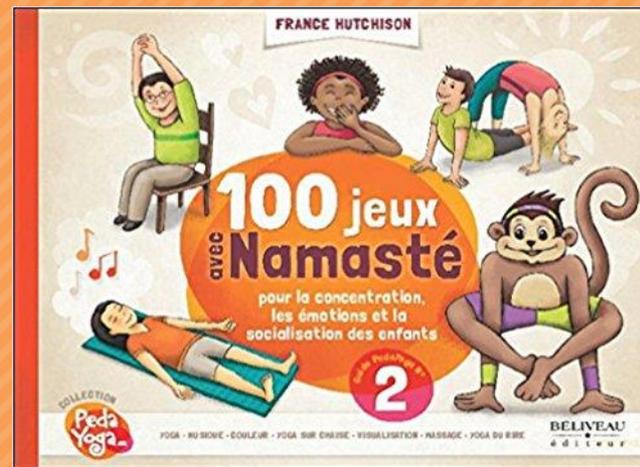
Film d'animation, 2015



100 jeux avec Namasté

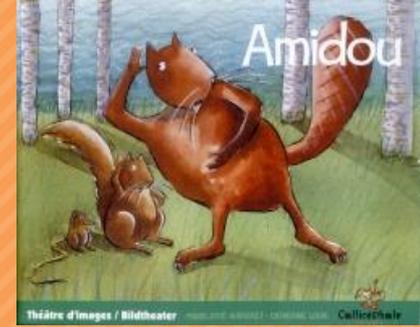
100 jeux pour aider les enfants à se concentrer, apprendre, socialiser et gérer leurs émotions. Les enfants sont stressés et anxieux de nos jours, surtout lorsqu'on observe les exigences et la rapidité qu'on leur impose. Les techniques et jeux de ce livre sont inspirés du yoga du rire, des couleurs, de la musicothérapie, du massage et du mouvement. Vous pourrez agrémenter vos moments de détente avec les enfants en y ajoutant un jeu ou une technique qui aidera l'enfant à être en équilibre émotionnel, physique et psychique.

Hutchison France
Béliveau Editeur 2013





Amidou et l'estime de soi



Kit pédagogique qui s'adresse aux enseignants, aux médiateurs, aux animateurs de centres de loisirs, aux parents et à toutes les personnes qui ont envie de favoriser l'estime de soi des enfants qu'ils côtoient (de 4 à 9 ans). Conçu sous la forme d'un théâtre d'images en bois (Kamishibai) dans lequel sont insérées des planches cartonnées

Objectifs:

- Apprendre aux enfants à mieux se connaître
- Permettre aux enfants de prendre conscience de leurs compétences
- Renforcer leur estime d'eux-mêmes.

Contenu du kit:

16 planches illustrée en couleur, format A3
25 cahiers pour les élèves "Amidou et moi"(ils peuvent être photocopiés)
Un cahier pédagogique pour l'enseignant "Amidou et l'estime de soi«

Outil produit par: <https://shop.addictionsuisse.ch/fr/competence-de-soi-et-competence-sociale>



Quand les tout-petits apprennent à s'estimer



Guide:

Guide théorique et recueil d'activités pour favoriser l'estime de soi des enfants de 3 à 6 ans

L'ouvrage contient:

- cinquante activités contenant chacune le sentiment visé, l'objectif, le matériel et le déroulement;
- des propositions concrètes pour l'animation des activités;
- des objectifs spécifiques pour favoriser le sentiment de confiance, la connaissance de soi, le sentiment d'appartenance et le sentiment de réussite;
- une quinzaine de dessins à reproduire;
- un index des activités et un choix bibliographique.

Produit par: Collection pour la vie

<http://www.editions-chu-sainte-justine.org>





L'apprentissage de l'estime de soi

L'apprentissage de l'estime de soi

~ ~ ~

Treize fiches pédagogiques pour l'éducation à la non-violence et à la paix

Kit pédagogique: 13 Fiches pédagogiques « apprentissage de l'estime de soi » école primaire/collège.

Objectifs:

- développer chez les enfants la connaissance valorisante de leurs aptitudes, de leurs capacités physiques et mentales, de leurs goûts, de leurs « points forts », sur lesquels ils pourront s'appuyer dans les situations difficiles.
- connaître ses limites pour les accepter
- développer la confiance et l'estime de soi

Contenu du kit:

13 fiches pédagogiques

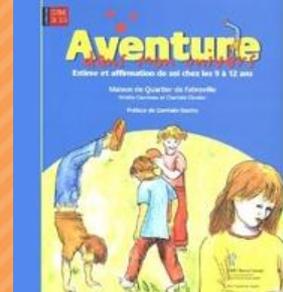
Outil produit par: Education non-violente

<http://education-nvp.org/wp/wp-content/uploads/2012/12/Dossier-p%C3%A9da-Estime-de-soi-Mai-2009.pdf>

Téléchargement gratuit



Aventure dans mon univers



Guide: Guide visant à soutenir les intervenants dans leur démarche éducative auprès des jeunes. Le programme contient 12 ateliers thématiques au cours desquels l'intervenant anime des activités liées à l'estime et à l'affirmation de soi. -

Objectifs:

- Prendre conscience de sa valeur personnelle et de ses compétences en vue d'oser s'affirmer
- Acquérir un meilleur contrôle sur soi et apprendre à résoudre les problèmes du quotidien

L'ouvrage contient:

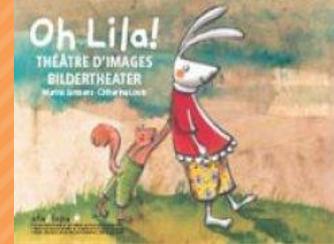
Livre de 160 pages, reliure à spirale (matériel reproductible)

Auteurs : Orietta Gaudreau et Chantale Cloutier, Maison de Quartier de Fabreville (Québec) Préface de Germain Duclos

Produit par: Editions de l'hôpital Sainte Justine/ edition.hsj@ssss.gouv.qc.ca
<http://www.chu-sainte-justine.org/editions/index.asp>



Oh Lila!



Kit pédagogique : Histoire pour théâtre d'images (kamishibai) pour des enfants de 6 à 8 ans. Cet outil, permet de thématiser la recherche d'aide et de soutien. Parfois, il est indispensable de pouvoir trouver de l'aide pour se sortir d'une situation difficile et se sentir mieux. C'est ce que la petite lièvre Lila fait dans l'histoire «Oh Lila!».

Objectifs:

- Permettre aux enfants de 6 à 8 ans d'acquérir des compétences qui les aideront à :
- évaluer des situations problématiques (quelle est la gravité du problème?),
- déterminer qui peut apporter une aide,
- surmonter la honte ou la peur pour pouvoir demander de l'aide,
- amener les enfants à considérer que demander de l'aide est un comportement adéquat et non un signe de faiblesse.

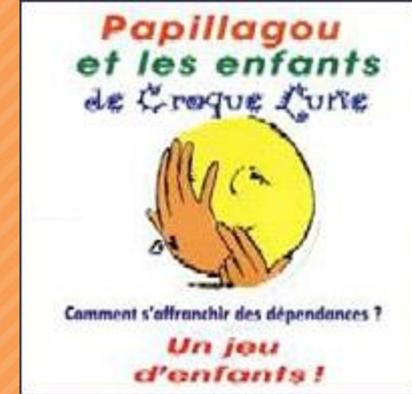
Contenu du kit:

Théâtre d'images (kamishibai), avec 16 images en couleur (format 27,5 cm x 37 cm), **Cahier pédagogique**, 19 pages (A5), **Cahiers de jeux** pour les enfants **"Lila et moi"** (20 exemplaires)

Outil produit par: <https://shop.addictionsuisse.ch/fr/competence-de-soi-et-competence-sociale>



Papillagou et les enfants de croque-lune



Jeu pédagogique: Papillagou et les enfants de Croque-lune est un jeu de piste destiné aux enfants âgés de 9 à 13 ans

Objectifs:

- Expérimenter en exerçant son sens critique et résister à la pression du groupe,
- Clarifier son identité, mieux se connaître et découvrir ses besoins,
- Développer la communication et la solidarité, respecter les différences,
- Exprimer ses sentiments et vivre ses émotions, développer ses compétences affectives,
- Développer la confiance en soi, l'estime de soi, et surmonter les frustrations, les conflits,
- Etre en capacité de faire des choix.

Contenu du kit:

- 1 règle du jeu, 1 livret pédagogique destiné à l'animateur, 1 livre de conte
- 1 livret de documents à photocopier, 5 puzzles

Outil produit par: ANPAA 21/Dijon/ comite21@anpa.asso.fr

<http://www.anpaa.asso.fr>



Et toi t'en penses quoi ?

Animation autour de phrases «débat» . Nous vous conseillons vivement de sélectionner maximum 8 phrases pour une animation de 2x50 minutes. Et nous vous recommandons d'aborder maximum 2 thématiques différentes par animation.

Objectifs:

Permettre au jeune de réfléchir à sa responsabilité dans ce qu'il publie sur les réseaux sociaux.

Favoriser l'esprit critique du jeune quant aux aspects positifs et négatifs des réseaux sociaux.

Amener le jeune à réfléchir à son utilisation des réseaux sociaux.

<http://www.et-toi.be/thematiques/reseaux-soiaux.htm>





100 activités apaisantes pour les enfants de 3 à 10 ans

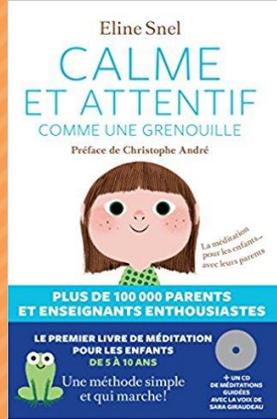
Un éventail futé pour canaliser l'énergie débordante des enfants à travers 100 fiches thématiques, ils apprendront à se détendre, se concentrer, mieux vivre leurs émotions ou exprimer leur créativité. Sur le côté pile de la fiche, les parents découvriront le bienfait de l'activité. Côté face, l'enfant lira les étapes du jeu, à faire seul ou accompagné d'un adulte. Mandalas, dessins, collages, respirations, yoga, écoute musicale, mini-théâtre... choisissez ensemble de quoi répondre à tous les moments de la vie ! Faites le plein d'idées pour emmener votre petit monde sur le chemin du bien-être...



Diederichs Gilles
Mango, 2013



Calme et attentif comme une grenouille



Livre et CD interactif: Calme et attentif comme une grenouille n'est pas un livre comme les autres. Les enfants peuvent, comme leurs parents, apprendre à méditer. Un CD interactif qui permet de détendre chacun, même les plus petits. On y découvre des exercices à faire au quotidien qui permettent de mieux maîtriser sa vie et de profiter pleinement de chaque instant. Pour des enfants de 5 à 12 ans et leurs parents ou enseignants.

Objectifs:

- Aider les enfants à s'apaiser,
- Leur apprendre à se concentrer sur eux-mêmes et sur des sensations ressenties,
- Se recentrer sur l'instant présent

Contenu: un livre qui propose de brefs exercices pour tous les jours et un CD de méditation.

Outil produit par: Editeur « les arènes » collection psychologie



Un cœur tranquille et sage



Livre et CD interactif: La méditation est un apprentissage extraordinaire pour acquérir plus de calme, de concentration, mais aussi pour développer la curiosité, la confiance en soi et l'ouverture aux autres. Dans un monde où jeux vidéo, téléphones portables et ordinateurs entraînent agitation et troubles du sommeil, le pouvoir de quelques exercices tout simples est spectaculaire. Depuis plus de 14 ans, Susan Greenland a mis au point une méthode spécialement adaptée aux enfants. Inventif et ludique, ce livre restitue la quintessence de son travail validé par l'université de Californie.

Objectifs:

- Aider les enfants à s'apaiser,
- Leur apprendre à se concentrer sur eux-mêmes et sur des sensations ressenties,
- Se recentrer sur l'instant présent

Contenu: un livre qui propose de brefs exercices pour tous les jours et un CD de 8 exercices faciles pour apprendre à se concentrer, à se calmer et à se sentir plus heureux.

Outil produit par: Editeur « les arènes » collection psychologie



Concentration et relaxation pour les enfants



Guide: Inspirés du yoga, ces exercices ludiques sont enrichis par des apports venant du stretching, de la sophrologie et de la gym douce. On y trouve des exercices simples et précis de respiration, concentration, relaxation et visualisation, présentés sous forme de jeux favorisant la créativité. Une mine de conseils, de recommandations, d'exemples de séances types pour appliquer rapidement ces techniques

Objectifs:

- apprendre à l'enfant à retrouver concentration, calme et sérénité tout en gagnant en énergie et en autonomie,
- permettre aux enfants, de se calmer, de se détendre et favoriser l'attention

L'ouvrage contient:

Ce livre joliment illustré propose 100 exercices simples, efficaces et faisables à la maison.

Produit par: Editeur Albin Michel/Concentration et relaxation pour les enfants



Cartons de retour au calme



Kit pédagogique: 27 suggestions d'activités pour les 6-12 ans visant à outiller et responsabiliser les enfants afin qu'ils puissent mieux gérer leurs émotions difficiles.

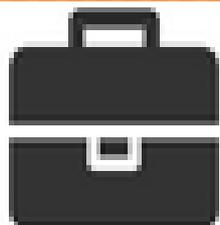
Objectifs:

- enseigner des techniques de relaxation et de détente efficaces et amusantes;
- aider les enfants à se concentrer et à mieux canaliser leurs énergies ;
- animer des séances collectives de relaxation ou afficher dans le Coin du calme
- habituer les enfants à se centrer sur leur expérience émotionnelle et à reconnaître les manifestations physiologiques de leur stress ;
- créer un climat harmonieux propice à l'épanouissement personnel ;

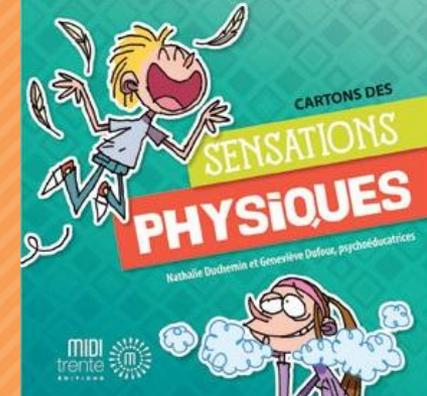
Contenu du kit:

27 suggestions d'activités visant à outiller et responsabiliser les enfants afin qu'ils puissent mieux gérer leurs émotions difficiles.

Outil produit par: Editions Midi Trente/ <http://www.pirouette-editions.fr>



Cartons de sensations physiques



Kit pédagogique: Être attentif à ses sensations physiques. Qu'est-ce que cela signifie pour les enfants ? Bien que leur corps leur envoie toutes sortes de signes, ils éprouvent souvent des difficultés à les décoder. Pourtant, plus l'enfant sera capable « d'écouter son corps », mieux il comprendra ses pensées, ses émotions et ses comportements.

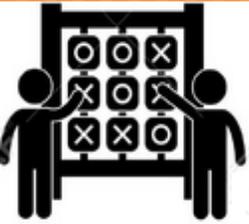
Objectifs:

- Aider à prendre conscience de l'existence des sensations physiques.
- S'exposer aux sensations physiques afin de les apprivoiser.
- Apprendre à être à l'écoute de ses propres sensations physiques et à les nommer.
- Explorer ce que peuvent signifier les sensations physiques pour soi (stress, joie, gêne, colère, etc.)

Contenu du kit:

27 cartons illustrés proposant des explications simples et des activités amusantes permettant d'explorer, d'apprivoiser et de mieux comprendre les sensations physiques.

Outil produit par: Editions Midi Trente/ <http://www.pirouette-editions.fr>



Mic Mac enterre la hache de guerre avec ta tribu



Jeu pédagogique: Mic Mac est un jeu de société coopératif et de stratégie pour des enfants à partir de 8 ans

Objectifs:

- Aborder le concept des violences et les stéréotypes de genre
- Découvrir et valoriser des attitudes de gestion de la violence et d'alternative à la violence: connaissance de soi, négociation, coopération, empathie, écoute, communication non violente, maîtrise de soi, affirmation de soi et sentiment d'appartenance
- Promouvoir les relations égalitaires

Contenu du jeu:

Une boîte en bois contenant : 92 cartes : 45 cartes *Aventure* et 3 cartes *Montagne sacrée*, 29 cartes *Chemin* (dont 5 cartes *Chemin Joker*) et 1 carte *Tipi*, 12 cartes recto *Symbole de paix* et verso *Hache de guerre*, 2 cartes *Légende*, 5 pions Membres de la Tribu : le/la chef, cuisinier(ère), chaman(e), chasseur(euse), couturier(ère), 2 dés à 6 faces, Sablier
Règles du jeu, en option : Un guide pédagogique (téléchargeable)

Outil produit par: Latitude jeunes Bruxelles latitude.jeunes@mutsoc.be
<http://www.latitudejeunes.be>



L'apprentissage de la gestion des conflits

L'apprentissage du conflit

~ ~ ~

Dix-sept fiches pédagogiques pour l'éducation à la non-violence et à la paix

Kit pédagogique: 17 Fiches pédagogiques « apprentissage de la gestion non-violente des conflits » école primaire/collège.

Objectifs:

- apprendre aux enfants à connaître leurs propres réactions au cœur du conflit,
- les aider à prendre conscience de leurs émotions (peur, colère, etc.),
- leur permettre de prendre du recul pour les laisser s'apaiser,
- leur apprendre à parler sans agresser,
- reconnaître et à définir la situation problématique ,
- distinguer la personne de son comportement pour se centrer sur l'objet précis du conflit,
- anticiper sur les conséquences de leurs actes,
- imaginer des solutions susceptibles de convenir aux protagonistes du conflit
- concrétiser un accord et à appliquer la solution choisie.

Contenu du kit:

17 fiches pédagogiques

Outil produit par: Education non-violente

<http://education-nvp.org/wp/wp-content/uploads/2013/01/Dossier-p%C3%A9dagogique-Conflit-Mai-2009.pdf>

Téléchargement gratuit

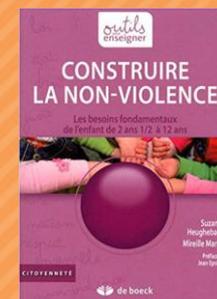


Construire la non violence:

les besoins fondamentaux de l'enfant de 2 ans 1/2 à 12 ans

Un guide qui répond à des questions que se posent de plus en plus fréquemment les parents, les enseignants, les éducateurs. Quelles sont les causes principales de la violence ? En quoi les besoins fondamentaux de l'enfant sont-ils liés à la non-violence et quels sont les enjeux des apprentissages fondamentaux ? Quel est le rôle des adultes (parents, enseignants...) ? Quelle est l'importance de l'estime de soi ? Quelles sont les pratiques à mettre en œuvre et celles à éviter ? Pourquoi et comment créer des repères, des interdits, des limites ? Comment organiser les règles de vie en début d'année scolaire ? Par quel type d'évaluation peut-on induire la non-violence au maternel et au primaire ? Y a-t-il des liens entre l'autonomie de l'enfant et la non-violence ? Des idées d'activités, des démarches à mettre en œuvre, des pistes y sont développées et illustrées par de nombreux exemples réalistes, concrets et pratiques. Les chemins proposés ne sont pas les seuls pour construire la non-violence. Ce livre se veut une aide au quotidien en vue d'enrichir les pratiques pour le bien-être de l'enfant. Il s'adresse à toutes les personnes participant à son éducation : enseignants, futurs enseignants, parents, éducateurs...

Editions De Boeck, 2012
S.Heughebaert, M.Maricq, J.Epstein





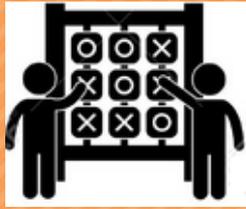
Coopérer pour prévenir la violence:

Jeux et activités d'apprentissage pour les enfants de 2 ans 1/2 à 12 ans

Prévenir la violence est devenu une préoccupation de notre société. À l'École, des comportements de violence surgissent dès l'enseignement maternel. Que faire ? Quelles réponses donner pour relever ce défi aux formes multiples ? Dans cet ouvrage, dernière édition enrichie, le lecteur trouvera : - des outils pédagogiques divers : règlements de vie, contrats sociaux, organisations d'activités apaisantes, séances de rires, de relaxation, de psychomotricité relationnelle globale et de coins de défoulement... et aussi, dans un esprit formatif, des grilles d'analyse et d'évaluation des comportements ; - des fiches méthodologiques détaillées de jeux de société et d'activités d'apprentissage coopératifs qui ont été expérimentés dans des classes maternelles et primaires de l'enseignement ordinaire et spécialisé. Ce livre s'adresse à toutes celles et tous ceux pour qui le bonheur de l'enfant, futur citoyen bien intégré, est une préoccupation essentielle. Les enseignants, éducateurs, animateurs, accueillantes à domicile, intervenants dans les Ecoles de devoirs pourront l'utiliser comme une boîte à outils.

Editions De Boeck, 2009
D.Druart, M.Waelput, C.Piette, H.Montagner





Belfedar



Jeu de plateau: Un jeu pour apprendre à coopérer en s'amusant, prévenir la violence et gérer les conflits autrement ... A jouer en famille, entre amis, à l'école ou lors d'animations extrascolaires. A partir de 10 ans

Objectifs:

Mieux se connaître : connaître l'autre autrement et s'exprimer sur soi

Estime de soi : favoriser la confiance en soi, en l'autre et dans le groupe

Expression créative : développer la créativité et l'imagination

Émotions : exprimer ses émotions au lieu d'émettre des jugements

Écoute : observer et écouter l'autre pour mieux comprendre son vécu

Coopération : expérimenter ses avantages par rapport à la compétition

Contenu du kit:

Les [règles du jeu](#) (PDF), 8 [aide-mémoire](#) (PDF), un [guide de l'animateur](#) (PDF)

un [plateau de jeu](#) (PDF), un minuteur, un dé de quantité, 8 pions, 8 portes,

9 cartes "bouclier", 50 cartes "fiolle" (potion magique ou sortilège), 125 cartes

"[défi](#)" recto-verso de 2 couleurs (soit 250 défis) (téléchargement sur

<http://www.pipsa.be/outils/detail-2139613862/belfedar.html>)

Outil produit par: Université de Paix/ info@universitedepaix.be

<http://www.universitedepaix.org> - <https://www.facebook.com/universitedepaix.asbl>



La non violence s'affiche



Kit pédagogique: Un kit pédagogique constitué d'un livret pédagogique et d'un pack d'affiches pour animer une quinzaine de séances d'activités autour des compétences relationnelles et sociales.

Objectifs:

- Permettre aux enfants d'acquérir de réelles compétences personnelles, émotionnelles, intellectuelles, relationnelles, sociales et citoyennes, favorisant une meilleure intégration dans la vie sociale
- Leur faire acquérir une meilleure compréhension des mécanismes du conflit et de la violence afin qu'ils deviennent actifs et efficaces dans la construction du "bien vivre ensemble" ,
- Les préparer à devenir des citoyen(enne)s responsables et à développer solidarité, respect et tolérance/ aux différences

Contenu du kit:

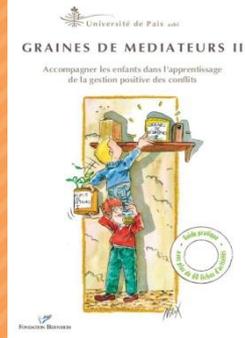
Livret pédagogique et jeu d'affiches (Face à la violence le respect, comment te sens-tu ?, pour apprendre à vivre ensemble, coopérer, ça enrichit la vie !, que faire face au conflit ?, j'apprends à être médiateur, c'est pas juste !

Outil produit par: Non violence actualité/ nonviolence.actualite@wanadoo.fr

<http://www.nonviolence-actualite.org>



Graine de médiateur



Guide: Ce livre s'adresse à toute personne (animateur, éducateur, enseignant...) qui désire accompagner un groupe d'enfants dans l'apprentissage de la gestion positive des conflits. De 6 à 12 ans

Objectifs:

Découvrir et développer des attitudes et des valeurs nécessaires à la gestion de conflits.

Développer la connaissance de soi et des autres.

Vivre la confiance et la coopération au sein d'un groupe.

Permettre à chacun de prendre sa place dans le groupe et respecter celle des autres.

Travailler l'écoute des langages verbal et non-verbal. Améliorer la communication

Apprendre et s'approprier le processus de médiation par les pairs, c'est-à-dire être apte à intervenir comme médiateur dans un conflit entre d'autres personnes.

L'ouvrage contient:

Ce guide pratique propose des pistes et conseils pour l'animation : plus de 60 fiches d'activités, plus de 50 fiches reproductibles... qui favorisent le développement des habiletés sociales chez les enfants.

Produit par: <http://www.universitedepaix.org/products-page/agir/graines-de-mediateurs-ii-guide-pratique> 44



L'apprentissage de la communication

Kit pédagogique: 15 Fiches pédagogiques « apprentissage de la communication » école primaire/collège.

Objectifs:

- apprendre aux enfants à exprimer clairement les faits, idées, sentiments, émotions, besoins et désirs,
- être capable d'écoute active,
- apprendre à connaître les risques de malentendus, à être capable d'interpréter les signaux non-verbaux, à savoir questionner pour recevoir de l'information, à savoir pratiquer la re-formulation et décrire le point de vue de l'interlocuteur, à savoir utiliser la prononciation et l'intonation appropriée à la situation, à savoir s'exprimer en utilisant le « je »

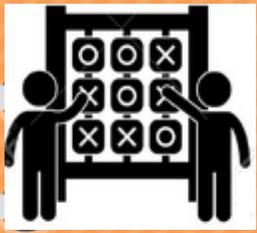
Contenu du kit:

15 fiches pédagogiques

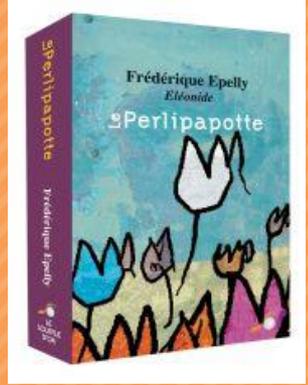
Outil produit par: Education non-violente

<http://education-nvp.org/wp/wp-content/uploads/2012/12/Dossier-p%C3%A9dagogique-Communication.pdf>

Téléchargement gratuit



Le perlipapotte



Jeu pédagogique: Jeu relationnel facile d'accès, universel, ludique et profond, pour se raconter les petites et grandes choses de la vie : joies, peurs, plaisirs, doutes et rêves. Pour jouer entre adultes et enfants à partir de 6 ans, ou pré-adolescents, ou entre enfants. La parole tourne comme par magie et c'est une belle aventure qui commence ! Ce jeu petit format se glisse vite dans une poche ou un sac.

Objectifs:

- Ouvrir le dialogue notamment entre adultes/enfants/adolescents
- Favoriser le développement de la parole et de l'écoute,
- intensifier les liens entre les joueurs.

Une fois la partie finie, les questions poursuivent leur chemin dans le quotidien du joueur. Certaines réponses viennent un peu plus tard.

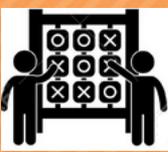
Contenu du jeu:

36 cartes-questions pour aller à la rencontre de l'autre.

Ce jeu facilite en particulier la communication adultes-enfants.

Outil produit par: Le souffle d'Or /

http://www.souffledor.fr/boutique/produits_le-perlipapotte__3211.html



Pouce-Pousse

Jeu de 7 familles pleines d'humour pour se familiariser avec la santé psychique et des notions telle que la confiance en soi, l'estime de soi, la capacité à aimer, à donner, à transmettre... Un jeu de prévention à partager en famille et dans tous les lieux qui accueillent des enfants.

- Famille Dispute : "Parler pour ne pas taper"
- Famille Désordre : "Ma place c'est pas ta place"
- Famille Témoche : "S'aimer ça ne va pas de soi"
- Famille Sans-limite : "Vouloir c'est pas tout avoir"
- Famille Onsedirien : "Parler c'est transmettre"
- Famille J'étouffe : "Ensemble mais pas tout le temps"
- Famille Courand'air : "Va doucement tu as le temps"

Pour qui ?

Prioritairement pour les enfants entre 3 ans et 10 ans.

Quand ?

Dans des temps d'échanges, de jeux, de partages avec des adultes.

Où ?

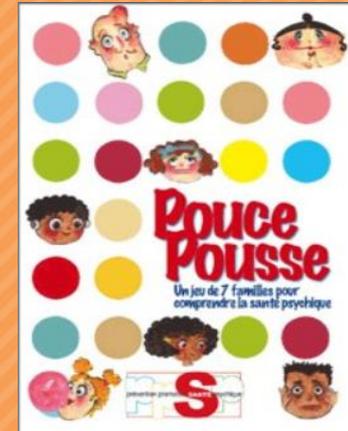
Dans la famille, dans des centres aérés, dans des consultations, dans les écoles, dans des foyers, dans la cour, dans des animations enfantines.

Avec qui ?

Avec les adultes proches de l'enfant : parents, éducateurs, enseignants, accompagnants, ré-éducateurs.

Pourquoi ?

Pour que l'enfant soit sensibilisé à cette santé psychique. Pour qu'il apprenne à prendre soin de lui, pour qu'il en parle avec les adultes en qui il a confiance et qu'il se relie à eux.



<https://www.idecollection.com/pediatric/476-jeu-de-7-familles-pouce-pousse.html>



L'apprentissage du genre

L'apprentissage du genre

~ ~ ~

Dix-sept fiches pédagogiques pour
l'éducation à la non-violence
et à la paix

Kit pédagogique: 17 Fiches pédagogiques « l'apprentissage du genre » école primaire/collège.

Ce dossier de fiches est une contribution pour faire progresser l'égalité garçons/filles et femmes/hommes dans le cadre d'une culture de la non-violence et de la paix. Ces fiches doivent être adaptées au niveau des enfants auxquels elles s'appliquent. Elles décrivent néanmoins des activités favorisant l'apprentissage d'une mixité qui favorise l'égalité garçons/filles, avec suffisamment de précision pour être mises en œuvre.

Contenu du kit:

17 fiches pédagogiques

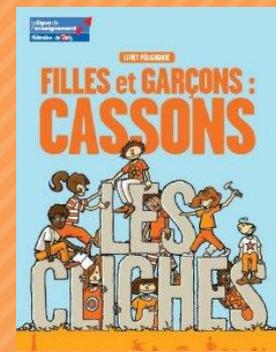
Outil produit par: Education non-violente

<http://education-nvp.org/wp/wp-content/uploads/2013/01/Dossier-FPGenre-Mai-2009.pdf>

Téléchargement gratuit



Filles et garçons «cassons les clichés»



Contenu:

Aborde la problématique des stéréotypes liés au genre

- Un guide pédagogique pour aider les enseignantes et les enseignants à réaliser les séquences en classe.
- Des livrets pour les élèves qui contiennent une séquence pédagogique pour identifier et dépasser les stéréotypes liés au genre ainsi que deux histoires inventées et écrites par des classes de CP.
- Des livrets pour les parents

Publics ciblés:

Enfants

Professionnel-le-s de l'éducation

Professionnel-le-s de la santé

Élu-e-s et agent-e-s des collectivités et de l'administration

Source-s/Auteur-e-s

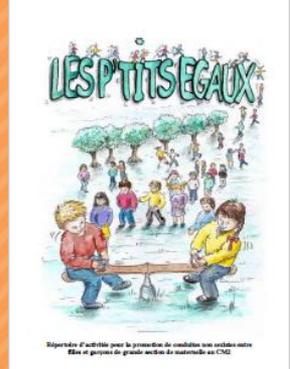
La Ligue de l'enseignement de Paris, 2011

Téléchargement gratuit:

<https://www.centre-hubertine-auclert.fr/outil/filles-et-garcons-cassons-les-cliches>



Les p'tits égaux



Guide: répertoire d'activités pour la promotion des conduites non sexistes entre filles et garçons de grande section de maternelle au CM2 (adaptation d'un programme Québécois)

Objectifs:

- Développer chez les enfants des habiletés qui leur permettront d'interagir de façon harmonieuse avec les autres.
- Promouvoir des conduites pacifiques, en introduisant la notion spécifique de rapports non sexistes basés sur le respect mutuel et le développement de relation d'amitié et de coopération entre filles et garçons.

L'ouvrage contient:

Le matériel proposé est destiné aux enfants âgés de 5 à 10 ans. Vous trouverez dans ce répertoire 16 activités s'adressant spécifiquement aux élèves de la grande section de maternelle jusqu'au CM2.

Produit par: téléchargeable à

http://www.ac-besancon.fr/IMG/pdf/les_ptits_egaux_repertoire_enseignant-e-s.pdf



Feelings



Jeu de plateau Avez-vous le Feeling avec votre partenaire de jeu ? Essaye de deviner ce qu'il ressent dans une situation donnée !

Avec feelings, simple et facile comme un jeu d'enfants, partagez vos émotions dans un voyage vers la découverte de soi, à travers l'autre. A partir de 8 ans

Objectifs:

- vivre une expérience où peuvent s'exprimer et se partager au sein d'un groupe, des émotions de la vie courante.

- favoriser des attitudes empathiques, susceptibles de faire diminuer les phénomènes de harcèlement, de discrimination, de stigmatisation voire de violence.

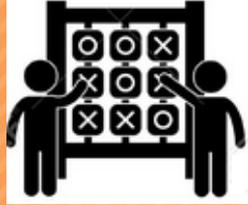
Apprendre à mieux se connaître pour mieux se comprendre afin de **mieux vivre ensemble**

Contenu du kit:

102 cartes «situations» regroupées en 3 paquets de 34, 20 cartes «émotion» , 88 cartes «vote» regroupées en 8 séries de 11, 8 cartes «équipe» regroupées en 4 paires, 1 piste de score, 8 marqueurs de score

Outil produit par:

<http://www.feelings.fr/index.php?loc=accueil>



ESTIMO



Jeu de plateau: Estimo est un kit éducatif qui contribue à accompagner le développement des compétences psychosociales des enfants. Susciter l'envie d'interagir avec les autres ! Comment ? En développant collectivement une prise de conscience des capacités de GRANDIR qu'offrent les 5 sens à l'âge du discernement et de la construction de l'esprit critique ! Dès 7 ans

Objectifs:

- comprendre comment les 5 sens nous accompagnent dans notre perception du monde , qualifier les 5 sens comme moyen d'appréhension, de jugement et/ou de reconnaissance de nos environnements et de nous-mêmes ;
- identifier ce que nous révèlent nos sens dans notre capacité à communiquer avec le monde ;
- apprécier comment les 5 sens aident à gagner en confiance en soi , en connaissance de soi, pour découvrir le monde et sa diversité ;

Contenu du kit:

- 1 affiche, 1 Livret d'animation et de questions pour débattre, 32 cartes « Emotion », 5 cartes géantes « Sens », 32 cartes de vote, 1 clé USB contenant des activités à imprimer , des Sudok'Sens : 2 grilles de difficulté , des Mots mêlés : 2 grilles de difficulté, un jeu de Dominos à découper (28 pièces) ;
- des dessins à colorier : les petits citoyens jouent avec leurs 5 sens ...

produit par: Editeur Valoremis <https://editions-valoremis.com/des-7-ans/53-jeu-estimo.html>



Les enfants philosophes



Site de ressources pédagogiques: Philéas & Autobule est la revue des enfants philosophes, la revue de tous les enfants qui se posent des tas de questions sur tout : Qu'y a-t-il derrière les apparences ? À quoi sert un ami ? Pourquoi faut-il des chefs ? Philéas & Autobule accompagne les enfants dans leurs interrogations. Les jeux, les histoires, les infos leur permettent d'aller à la rencontre des autres, de réfléchir et de construire leurs propres réponses à toutes ces questions.

Objectifs:

Aller à la rencontre des autres

Construire ses propres réponses aux questions évoquées

Les mettre en débat avec les autres

Savoir argumenter

Entendre et respecter des points de vue différents

Contenu du kit:

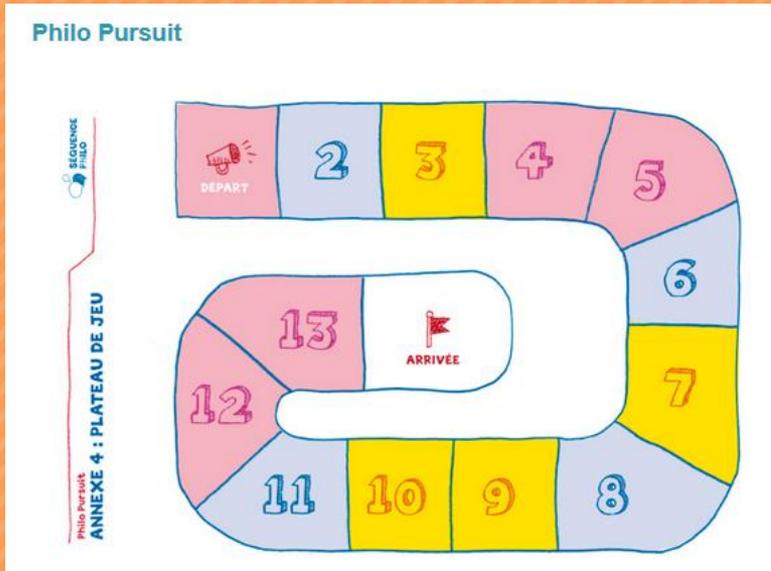
Des dossiers pédagogiques en téléchargement gratuit

Outil produit par: <http://www.phileasetautobule.be/>





Des affiches



Des jeux

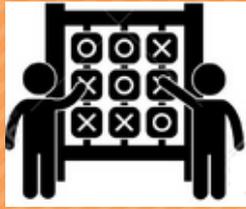
Bibliographie N°32 - Même pas peur

Des bibliographies

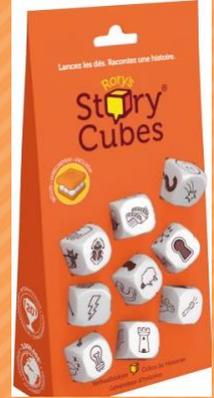
54

ETC.... fppt.com

En téléchargement gratuit



Storycubes



Jeu pédagogique: Avec **Story Cubes Action**, lancez les 9 Cubes, commencez par : « Il était une fois...» puis imaginez une histoire se référant aux 9 symboles. Démarrez du cube qui attire le plus votre attention. Avez-vous assez d'imagination pour créer une histoire à partir des 9 images révélées par les 9 cubes ? A partir de 6 ans

Objectifs:

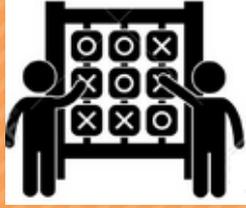
- favoriser l'expression et les échanges
- stimuler l'imagination et l'esprit créatif
- intégrer les différences d'interprétation et d'élaboration d'une histoire.

Contenu du kit:

54 symboles sur 9 dés

Outil produit par:

<http://www.espritjeu.com/jeu-de-societe/story-cubes-actions.html>



Le crayon coopératif



Jeu coopératif: Le crayon vous propose de réunir jusqu'à 10 joueurs, tenant simultanément un crayon via une corde tendue. Placés autour d'une table, les joueurs vont dessiner sur des feuilles de papier.

Objectifs:

- Dans les applications de type "parcourir un circuit", les joueurs communiquent peu verbalement, mais fusionnent en un esprit de groupe qui déplace le crayon. On dirait qu'une seule âme dirige 10 bras simultanément et c'est impressionnant.
- Dans les applications de type "dessin imposé sans modèle", les joueurs au contraire communiquent énormément, négocient la réalisation du dessin, coopèrent pour le réaliser.
- développer l'imagination et l'esprit créatif

Contenu du kit:

Un support en bois, crayon coopératif au centre, ficelles reliées

Outil produit par:

<https://www.jeuxdenim.be/jeu-CrayonCooperatif>



Jeux coopératifs pour bâtir la paix



Guide: Cet ouvrage propose de pratiquer la coopération en s'amusant. Il regroupe plus de 300 jeux et sports coopératifs, sans perdants ni gagnants. Leur but est de développer la confiance en soi, le respect de l'autre, la cohésion du groupe et la solidarité. De 6 à 13 ans

Objectifs:

- Communiquer de manière authentique
- Prendre sa place au sein d'un groupe et apprendre à coopérer

L'ouvrage contient:

Cet outil intemporel constitue une source d'idées et d'inspiration pour apprendre la coopération et le "vivre ensemble", à l'école ou dans les groupes. Il propose 300 activités de coopération pour apprendre à donner, à prendre et à partager. La structuration de la méthode en 7 paliers successifs permet une intégration progressive des compétences personnelles et relationnelles nécessaires au vivre ensemble.

Les activités, pour la plupart entre 5 et 15 minutes, sont suivies d'un temps de parole, essentiel pour que chaque activité fasse sens pour les participants. Des pistes de questionnement sont proposées mais elles doivent être sélectionnées par l'utilisateur en fonction de ses objectifs.

Produit par: Chronique sociale/secretariat@chroniquesociale.com
<http://www.chroniquesociale.com>



Je coopère, je m'amuse

Je coopère, je m'amuse propose une centaine d'activités très souples qui s'adaptent selon le lieu, le nombre de joueurs, leur âge ou le temps qu'il fait. Avec cet ouvrage, les valeurs coopératives ont dorénavant leur place dans la cour de récréation, lors du camp de vacances ou dans les activités de loisir. Enfin, voilà un instrument pratique, de consultation facile, dont les consignes simples et concises facilitent la mise sur pied des activités. Banque de jeux

Je coopère, je fais connaissance

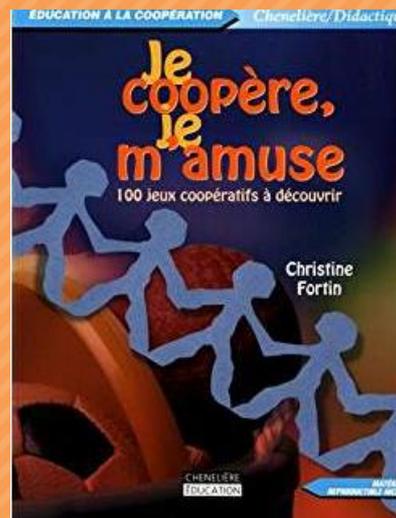
Je coopère, j'entre en contact

Je coopère, je suis actif

Je coopère, je suis calme et je m'amuse

Je coopère, j'utilise un parachute

Christine FORTIN
Chenelière éducation, 1999





Clever club

CLEVER
CLUB



Livre et CD interactif: CD d'histoires audio et cartes Activités ludiques visant à construire les bases d'un "vivre ensemble " en groupe, apprendre à se connaître et à construire des compétences psychosociales/ relationnelles et affectives. De 6 à 14 ans

Objectifs:

Contribuer au développement du jeune enfant en lui permettant d'exercer son esprit d'analyse et en favorisant sa capacité à faire des choix positifs pour sa santé. Développer des aptitudes telles que :

L'estime de soi, l'identification des conflits et des capacités à les résoudre, la collaboration et la solidarité, l'affirmation de soi au sein d'un groupe, la conscience que chacun est unique et qu'il possède des ressources qui lui sont propres.

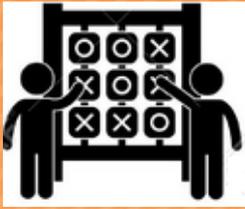
Contenu: 1 brochure Mode d'emploi, 24 cartes Activités ludiques
1 CD Histoires à écouter

[Téléchargement gratuit](#) de l'outil sur le site d'Addiction Suisse (sept. 2012)

Histoires : [fichiers audio à télécharger](#)

Outil produit par: Addiction SUISSE /info@addictionsuisse.ch

<http://www.addictionsuisse.ch>



Les amis de mon jardin



Kit pédagogique: Un ensemble d'outils, autour du conte, favorisant la confiance en soi, renforçant les liens au sein de la famille, développant les aptitudes à faire face à des pressions, des sollicitations extérieures.

Objectifs:

Aider les enfants, au travers de l'histoire, à appréhender leurs différences et à souligner les traits communs qui les relie au groupe.

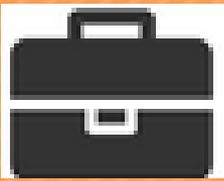
Permettre, via les animations et expérimentations mises en oeuvre à partir des épisodes, de :

- faire ressortir ces préoccupations de façon rassurante ;
- apprendre à reconnaître et à analyser les similitudes entre les situations vécues par les personnages et les situations auxquelles ils doivent faire face dans leur propre vie ;

Contenu du kit:

Un livre de 13 histoires , Le jardin et ses habitants, version carton. Pour mettre en scène les légumes dans leur potager. Le jardin est un puzzle de 12 pièces (65 cm x 100 cm), les 20 personnages mesurent entre 10 et 20 cm. Un CD audio - Une version du conte en parole et musique ,1 Cdrom (doc, outils...)

Outil produit par: Editeur A la marge/ contact@alamarge.org
<http://www.alamarge.org> - <http://www.lesamisdemonjardin.net>



Je vais bien à l'école

André Lufin et Emmanuelle Caspers
ULB - PROMES 2002
Editeur : Croix Rouge de Belgique
130 pages



Ce guide pédagogique propose des activités relatives à la mise en place d'une démarche de promotion de la santé en milieu scolaire (primaire, collège, lycée). Des repères théoriques et des conseils d'utilisation (conditions de réussite, repères pour l'animation et pistes d'utilisation) font l'objet de la première partie du guide. 70 activités pratiques issues d'expériences de terrain et réparties en quatre catégories :

- activités générales qui abordent les facteurs déterminant de la santé
- activités qui explorent l'estime de soi et les relations sociales
- activités qui s'intéressent à l'école comme milieu de vie
- activités relatives aux questions de santé en lien avec les rythmes et l'hygiène de vie : sommeil, gestion du stress, la prévention des comportements à risque



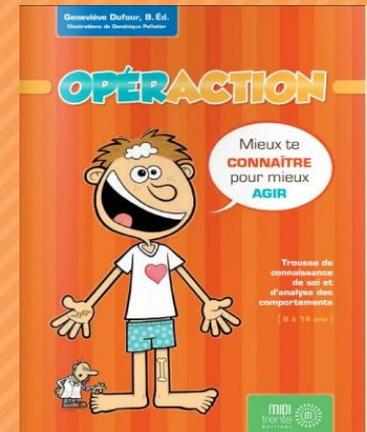
Opération: trousse de connaissance de soi et d'analyse de comportements

OpérAction est un outil d'intervention simple et concret permettant aux enfants de 7 à 14 ans d'analyser leurs comportements et de prendre conscience de leurs pensées, émotions, paroles et sensations physiques dans certaines situations conflictuelles ou difficiles.

Les utilisations de la trousse OpérAction sont multiples. Les enseignants, les intervenants et les parents peuvent s'en servir pour :

- » modifier un comportement indésirable;
- » renforcer un bon comportement;
- » aider un enfant à verbaliser ce qu'il ressent;
- » développer des habiletés sociales;
- » aider le jeune à se responsabiliser;
- » préparer l'enfant à faire face à une situation anxiogène;
- » aider un jeune à s'autoévaluer et à se conscientiser;
- » régler un conflit entre deux enfants.

En plus de favoriser la création d'un climat de confiance et d'ouverture entre le jeune et l'adulte, cet outil attrayant peut également être employé dans l'élaboration d'un plan d'intervention ou simplement pour illustrer les situations problématiques et les pistes de solutions envisagées.



Geneviève Dufour
Editions Midi trente



Apprentissage de l'écoute du corps

Ce programme, divisé en 3 parties, aborde :

*Émotions et sentiments

*Gestion des émotions

*Rythme de l'enfant

LA FICHE N°1 (9 séances d'activités) a pour objectifs de :

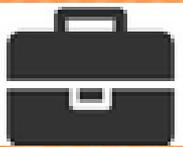
- Permettre aux enfants de découvrir la joie, la colère, la tristesse et la peur et de comprendre leurs ressentis.
- Permettre à chaque enfant d'approfondir la notion d'émotion et de comprendre la différence entre émotion et sentiment.
- Comprendre les ressentis intérieurs et pouvoir les associer à une émotion.

LA FICHE N°2 :

- Reconnaître et repérer les différentes émotions.
- Partager les représentations des émotions.
- Constater qu'on ne ressent pas les situations tous de la même façon.

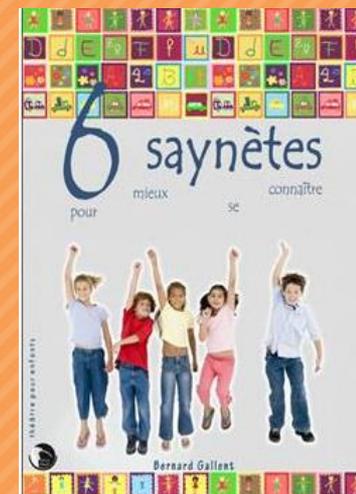
LA FICHE N°3 :

- Aider les élèves à utiliser le lexique des sentiments et des émotions à l'écrit.
- Améliorer le récit des enfants en donnant plus de saveur à leurs récits.



6 saynètes pour mieux se connaître

"Ce recueil, destiné aux enfants de 9 à 12 ans, regroupe six saynètes mettant l'accent sur des situations cocasses et amusantes, souvent inspirées par des événements de la vie courante. Ces petites pièces sont à jouer sur scène ou à lire, seul ou en groupe. Elles peuvent répondre à un objectif pédagogique au sein d'une classe ou d'un atelier, mais être le prétexte d'une activité ludique, en centre de loisirs ou de vacances. Elles se mettent en scène aisément, ne nécessitent pas de costumes ou d'accessoires compliqués. Elles se prêtent aussi bien à des représentations traditionnelles qu'à des jeux de marionnettes ou, pourquoi pas, à des spectacles d'ombres chinoises. L'AUTEUR : Bernard Gallent, longtemps enseignant et animateur, a écrit et monté de nombreux spectacles théâtraux avec les enfants. Il se consacre désormais entièrement à la littérature jeunesse (romans, théâtre, contes...) et à l'écriture d'ouvrages scolaires. "



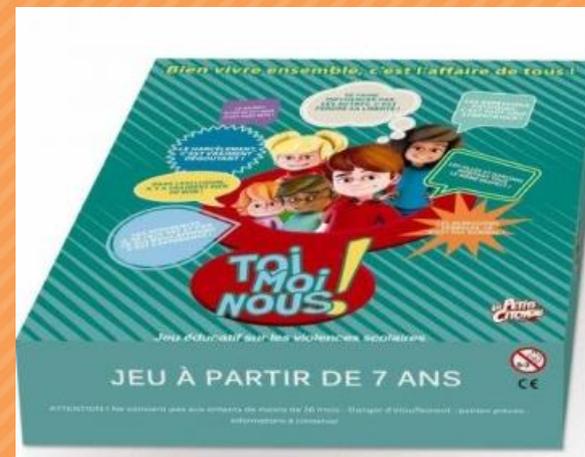


Toi, Moi, Nous...

Publics:Enfant, Adulte

Ce kit éducatif à destination des 7-11 ans permet d'élaborer collectivement des actions, prévenir et solutionner les violences à l'école, en associant l'ensemble des adultes qui les accompagnent dans leur vie scolaire. Ce kit traite du harcèlement, des agressions verbales, des relations garçons/filles, des influences, des agressions physiques, de l'exclusion, du racket et des apparences.

Editions Valorémis, 2012
www.valoremis.fr





L'expression des besoins

Jeu pédagogique et ludique composé de 70 cartes besoins illustrées plus 23 cartes de brefs repères théoriques et de propositions d'utilisation destinées à stimuler la réflexion.

Public cible

Cet outil s'adresse à un public on ne peut plus large : petit-e-s et grand-e-s, filles et garçons, sages et moins sages, ... A découvrir seul-e, en couple, en famille, en thérapie, en coaching, en animation ou en classe.

Objectifs

Mieux se connaître et mieux communiquer avec autrui, dans le respect de soi et des autres.

Apprendre et s'exercer à identifier ses besoins : un premier pas vers la capacité à les satisfaire concrètement et de manière adéquate.

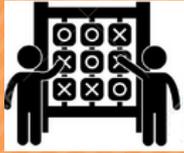
Faire le lien entre besoins et émotions : Comment vivons-nous nos émotions ? Et comment nos émotions, plaisantes ou déplaisantes, peuvent-elles être reliées à la (non) satisfaction de nos besoins ?

Apprendre et s'exercer à exprimer ses émotions et besoins.

Développer son esprit critique et s'affirmer face aux moyens de satisfaction immédiate des besoins proposés par la société de consommation.

Distinguer les besoins, les désirs et les stratégies mises en place afin de les satisfaire.





L'escargot de la vie

Jeu de l'oie pour les enfants de 8 à 12 ans consistant à effectuer un parcours sur un plateau de jeu en répondant aux questions ou consignes inscrites sur les cases. Les animateurs organisent au fur et à mesure un débat avec les enfants autour de trois espaces de vie de l'enfant (la famille et la maison, l'école et le centre de loisirs, la rue et l'extérieur). Il permet notamment d'aborder des notions telles que l'autorité et la transmission, le vivre ensemble, mais aussi les droits et les devoirs.

Objectifs:

- Susciter des échanges et des discussions entre les enfants et les adultes
- Faire reconnaître et accepter les différences de chacun
- Favoriser la coopération entre les enfants
- Apprendre à élaborer une réponse en groupe

OPPELIA / IPT
78200 Mantes-la-Jolie
01.30.33.06.96
www.oppelia.fr



ADOLESCENTS





Développer les compétences sociales des adolescents par des ateliers de parole

Un livre original qui explique comment pratiquer et mettre en oeuvre les ateliers de parole en contexte scolaire, pour aider les jeunes en difficulté à réactiver ou à développer leurs compétences sociales.

Forte de la conviction que ce qui n'a pas été acquis peut s'apprendre, l'auteur propose ici des outils de travail (une démarche pédagogique, articulée autour d'un atelier de parole, et 100 exercices) pour développer les savoir-être et les savoir-faire des adolescents.

Il s'agit pour eux :

- d'apprendre à se connaître,
- d'accepter l'autre,
- de connaître ses capacités, ses ressources et ses limites,
- d'apprendre les compétences nécessaires pour vivre avec et parmi les autres,
- de se responsabiliser,
- de mettre en pratique des lois et des pratiques de la vie en société.

L'atelier de parole est un espace d'échange et de discussion sur des thèmes généraux qui intéressent chacun en particulier. Sa caractéristique principale est de s'appuyer sur des documents fortement réglementés et de faire appel au témoignage, au ressenti de chacun. Ce n'est ni un groupe de parole à vocation thérapeutique ou rééducative, ni un lieu de débat argumenté, comme il peut en exister dans la classe.



Tartar Goddet Edith
Retz Editions 2007



Le cartable des compétences psychosociales



Site de ressources pédagogiques: Un site ressource évolutif pour celles et ceux qui souhaitent renforcer les compétences psychosociales (CPS) des enfants et des pré-adolescents de 8 à 12 ans.

Objectifs:

- Promouvoir le développement des CPS
- Permettre aux équipes éducatives de renforcer les CPS des enfants et pré-adolescents
- Mettre à disposition des ressources complémentaires et variés

Contenu :

- 1) Pour débiter ou revenir aux sources: La partie « Les CPS en théorie » répond aux questions : Les CPS... c'est quoi, d'où ça vient et pourquoi aujourd'hui ?
- 2) Pour se plonger dans le sujet: La partie « de la théorie à la pratique » pose les grands repères méthodologiques et pédagogiques.
- 3) Pour se lancer dans l'action: « Les CPS en pratique » c'est la concrétisation, la réponse à la question « Et... qu'est ce qu'on fait exactement ? ».

Des ressources/des témoignages en images...

Outil produit par: IREPS Pays de Loire/<http://www.cartablecps.org/page-1-0-0.html>



STRONG: soutenir les compétences psychosociales des adolescents

Fiches explicatives et propositions d'activités

Objectifs:

Contribuer à une atmosphère scolaire qui promeut le bien-être et la non violence.

Mobiliser l'établissement, les parents et l'environnement social dans ces évolutions.

Aider les équipes pédagogiques à promouvoir le développement des compétences psychosociales des collégiens.

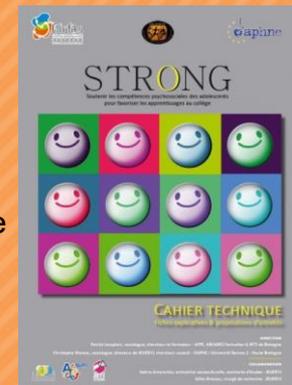
Expérimenter des activités pédagogiques qui accompagnent la construction identitaire des adolescents et l'expression de leurs émotions.

Articuler approche sociologique et approche pédagogique pour soutenir l'estime de soi des adolescents.

Améliorer leurs chances de développer des compétences de résilience

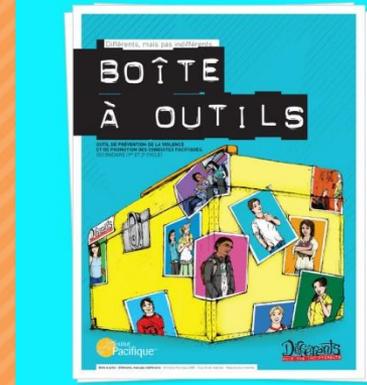
P. Lecaplain, C. Moreau, Girfas Bretagne, IRTS de Bretagne, JEUDEVI (Jeunesse développements

intelligents) 2012





Différents mais pas indifférents La boîte à outils



Description :

La Boîte à outils a pour fonction de fournir à l'animateur 50 activités sur 10 thèmes différents afin d'aborder de façon ponctuelle et selon les besoins différentes notions concernant les habiletés sociales et la résolution de conflits. Elle propose également, pour chacune des activités, du contenu théorique et des références facilitant l'animation.

Objectifs :

- Apprendre à mieux se connaître comme individu et à poser un regard sur leurs relations avec les autres.
- Développer des habiletés sociales permettant d'établir des relations interpersonnelles pacifique

Développé par :

L'institut du pacifique : <https://institutpacifique.com/produit/boite-a-outils/>

Prix : 102\$



Estime de soi et santé

Matériel

Dossier pédagogique de 56 pages:

quelques repères théoriques sur l'estime de soi et l'adolescence, l'affirmation de soi, l'apprentissage, la prévention, et la santé

objectifs à travailler en classe

activités en classe pour la santé, pour l'estime de soi, pour l'affirmation de soi

Concept

Ce dossier souhaite contribuer à la prévention des comportements à risque, des dépendances.

Objectifs

Renforcer l'estime de soi de chaque élève afin d'augmenter les facteurs de protection face aux divers problèmes de la vie.

Donner des pistes pour créer un climat de classe qui favorise la connaissance et le respect de soi et des autres ainsi que la reconnaissance des talents et valeurs de chacun.

Poser quelques fondements pour les préventions des comportements à risques, des dépendances.

REPER Promotion de la santé et prévention
secteur Information et Projets, 2009

Disponible: <http://www.estimesoietdesautres.be/img/56-Estime-de-soi-LQ.pdf>

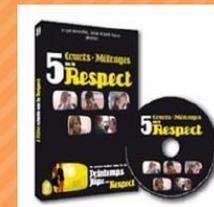




5 Courts-métrages sur le respect

Concept :

Ce DVD aborde le thème du Respect à travers 5 courts-métrages qui nous interrogent :



info@libertecouleurs.org
<http://www.libertecouleurs.org>

Court-métrage 1 : En quoi le fait d'écouter un baladeur MP3 gênerait le déroulement d'un cours?

Court-métrage 2 : Lorsqu'un vol de téléphone portable a lieu dans une classe, qui osera en parler ?

Court-métrage 3 : Quand une jeune fille n'a pas envie que son copain la touche en public, comment réagissent leurs amis?

Court-métrage 4 : Si les jeunes condamnent les comportements racistes, font-ils de même quand il s'agit d'une autre forme de discrimination?

Court-métrage 5 : Aujourd'hui, les couples se font et se défont très vite, est-ce par choix, par envie ou pour collectionner ?

Objectifs

Interroger nos rapports aux autres et au groupe

Sensibiliser aux différentes formes de violences dans les relations amoureuses.



Apprendre à vivre ensemble



Matériel :

Un manuel pédagogique composé:

De l'analyse de la BD de Boris et Igor et de la frise du Schdong, de fiches pratiques à photocopier, d'un livret "Histoires et chansons originales" et d'un CD audio

Objectifs

- Apprendre aux enfants/jeunes à analyser les étapes d'un conflit : comprendre le mécanisme d'engrenage, mesurer la portée de ses actes, le prix à payer de ce genre d'escalade (supports associés : la bande dessinée de Boris et Igor mais aussi des chansons et histoires) ;
- Ouvrir les enfants/jeunes à la "connaissance de soi" : mettre des mots sur ses ressentis, comprendre son fonctionnement, instaurer des seuils de vigilance pour se mettre à distance du conflit (supports associés : les émotions, l'escalier) ;
- Questionner les valeurs en vigueur dans l'environnement : interroger les notions de force, de respect, de courage, de loyauté, de liberté (supports associés: les bandes dessinées, les chansons, les histoires) ;
- Questionner le rôle des adultes : de façon individuelle et collective, rechercher une cohérence d'équipe dans l'application du règlement de l'établissement, des principes éducatifs communs...



Laïcité pour tous: questions de vivre ensemble

La laïcité est au fondement de la citoyenneté de chacun faite de reconnaissance de sa propre singularité et de celle de l'Autre. Plus encore, elle est un levier au service du vivre-ensemble synonyme de respect mutuel. Parce qu'accorder la confiance en l'autre nécessite de (se) comprendre, de (se) situer dans son rapport à Autrui, il convient d'identifier les valeurs et les principes qui font vivre ce que l'on nomme la laïcité.

Issu de la collection « Questionnons Autrement », ce support de cartes-questions est au service de vos futurs débats éducatifs et citoyens.

Pour les professionnels en situation éducative en milieu scolaire ou périscolaire, cet outil de médiation permet d'aborder de manière vivante et ludique les stéréotypes et les attitudes et postures discriminantes. En suscitant régulièrement des débats riches et variés, il s'intègre parfaitement dans les programmes, actions de sensibilisation menés par les professionnels de l'éducation ou de l'animation.

Le respect, l'autonomie, la singularité, l'identité, les territoires privés ou publics...

Valorémis Editions
<https://editions-valoremis.com/des-12-ans/26-jeu-de-cartes-laicite-pour-tous-questions-de-vivre-ensemble-.html>





Apprendre à gérer les relations et les conflits

Concept :

Le livret contient 16 fiches pédagogiques abordant 8 compétences

psychosociales :

- l'estime de soi
- l'égalité filles-garçons
- la communication
- la responsabilité face aux écrans
- l'écoute active
- les règles pour bien vivre ensemble
- la coopération
- la gestion non-violente des conflits

Objectifs

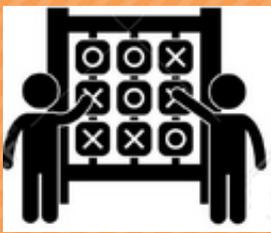
Permettre aux élèves d'acquérir de réelles compétences personnelles, émotionnelles, intellectuelles, relationnelles, sociales et citoyennes, favorisant une meilleure intégration dans la vie sociale

Leur faire acquérir une meilleure compréhension des mécanismes du conflit et de la violence afin qu'ils deviennent actifs et efficaces dans la construction du "bien vivre ensemble" à l'école, dans la famille, le quartier, ville ou le village

Les préparer à devenir des citoyen(enne)s responsables et à développer des solidarités avec des personnes d'autres pays et d'autres cultures



Non violence
actualité, 2010



Sociab'quizz



Jeu de plateau: Jeu de cartes qui aborde les problématiques sociales caractéristiques de cette tranche d'âge au travers de consignes adaptées à leurs spécificités, peut convenir à des jeunes présentant un retard de développement
De 7 à 17 ans

Objectifs:

découvrir et apprendre les habiletés sociales dans leurs dimensions cognitive, émotionnelle et comportementale.

Solliciter à travers les cartes thématiques la coopération, le faire semblant, les communications verbales et non verbales, l'imagination, la conscience des émotions et des pensées ainsi que la flexibilité cognitive.

Contenu du kit:

- 1 plateau, 388 cartes dont 100 cartes spécifiques à destination des 7-10 ans
- 7 quilles, 1 dé, 80 jetons
- 1 document règle du jeu et guide méthodologique

Outil produit par: Editeur Valoremis/ <https://editions-valoremis.com/des-7-ans/17-sociab-quizz-2eme-edition.html>



Clever club

CLEVER
CLUB



Livre et CD interactif: CD d'histoires audio et cartes Activités ludiques visant à construire les bases d'un "vivre ensemble " en groupe, apprendre à se connaître et à construire des compétences psychosociales/ relationnelles et affectives. De 6 à 14 ans

Objectifs:

Contribuer au développement du jeune enfant en lui permettant d'exercer son esprit d'analyse et en favorisant sa capacité à faire des choix positifs pour sa santé. Développer des aptitudes telles que :

L'estime de soi, l'identification des conflits et des capacités à les résoudre, la collaboration et la solidarité, l'affirmation de soi au sein d'un groupe, la conscience que chacun est unique et qu'il possède des ressources qui lui sont propres.

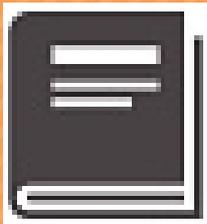
Contenu: 1 brochure Mode d'emploi, 24 cartes Activités ludiques
1 CD Histoires à écouter

[Téléchargement gratuit](#) de l'outil sur le site d'Addiction Suisse (sept. 2012)

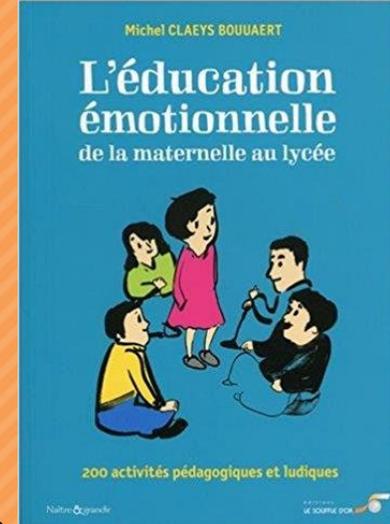
Histoires : [fichiers audio à télécharger](#)

Outil produit par: Addiction SUISSE /info@addictionsuisse.ch

<http://www.addictionsuisse.ch>



L'éducation émotionnelle de la maternelle au lycée



Guide:

guide pratique qui offre une approche complète et cohérente de l'apprentissage de l'intelligence émotionnelle : les enseignants et parents y trouveront des solutions simples et efficaces pour favoriser la réussite et l'épanouissement des enfants.

Les compétences liées à l'Intelligence émotionnelle comprennent le « savoir-être », le vivre ensemble, la gestion des émotions, la confiance, l'autonomie, la créativité etc

L'ouvrage contient:

Quels sont les enjeux de l'éducation émotionnelle ? Et comment la mettre en pratique ?

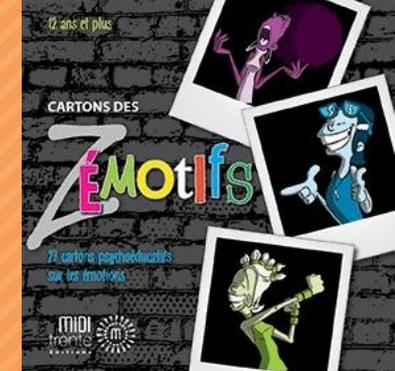
200 activités pédagogiques et ludiques

Les outils et stratégies pédagogiques proposés dans cet ouvrage se révéleront d'une richesse inépuisable. Les très nombreux jeux et activités proposés peuvent être appliqués aux grands comme aux petits

Auteur et éditeur: Michel Claeys Bouuaert/ Editeur Souffle d'Or/collection 80 Naître et Grandir



Cartons des Zémotifs



Kit pédagogique: Cet ensemble comprend 27 cartons conçus pour encourager les jeunes à reconnaître leurs émotions et à enrichir leur vocabulaire pour les exprimer de manière plus juste. Essentiel pour mieux composer avec les transitions et les bouleversements de la vie d'adolescent .

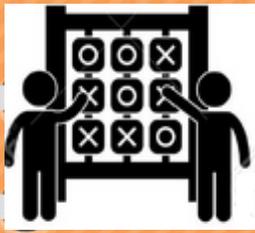
Objectifs:

- Enrichir le vocabulaire des émotions,
- ouvrir le dialogue et la réflexion sur les émotions
- soutenir le développement de l'intelligence émotionnelle

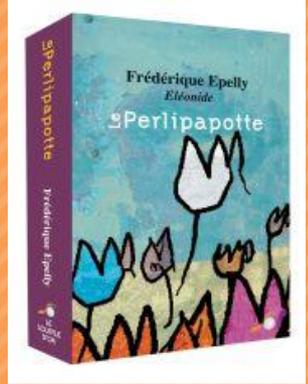
Contenu du kit:

Cet ensemble comprend 27 cartons. Chaque carton illustre une émotion (simple ou complexe, positive ou plus difficile) que peuvent vivre les adolescents. Au verso, une définition simple et concrète de l'émotion, des exemples éclairants et des questions visant à alimenter la réflexion.

Outil produit par: Editions Midi Trente/ <http://www.pirouette-editions.fr>



Le perlipapotte



Jeu pédagogique: Jeu relationnel facile d'accès, universel, ludique et profond, pour se raconter les petites et grandes choses de la vie : joies, peurs, plaisirs, doutes et rêves. Pour jouer entre adultes et enfants à partir de 6 ans, ou pré-adolescents, ou entre enfants. La parole tourne comme par magie et c'est une belle aventure qui commence ! Ce jeu petit format se glisse vite dans une poche ou un sac.

Objectifs:

- Ouvrir le dialogue notamment entre adultes/enfants/adolescents
- Favoriser le développement de la parole et de l'écoute,
- intensifier les liens entre les joueurs.

Une fois la partie finie, les questions poursuivent leur chemin dans le quotidien du joueur. Certaines réponses viennent un peu plus tard.

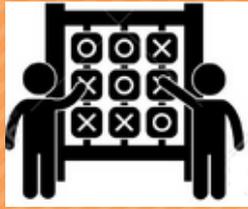
Contenu du jeu:

36 cartes-questions pour aller à la rencontre de l'autre.

Ce jeu facilite en particulier la communication adultes-enfants.

Outil produit par: Le souffle d'Or /

http://www.souffledor.fr/boutique/produits_le-perlipapotte__3211.html



Belfedar



Jeu de plateau: Un jeu pour apprendre à coopérer en s'amusant, prévenir la violence et gérer les conflits autrement ... A jouer en famille, entre amis, à l'école ou lors d'animations extrascolaires. A partir de 10 ans

Objectifs:

Mieux se connaître : connaître l'autre autrement et s'exprimer sur soi

Estime de soi : favoriser la confiance en soi, en l'autre et dans le groupe

Expression créative : développer la créativité et l'imagination

Émotions : exprimer ses émotions au lieu d'émettre des jugements

Écoute : observer et écouter l'autre pour mieux comprendre son vécu

Coopération : expérimenter ses avantages par rapport à la compétition

Contenu du kit:

Les [règles du jeu](#) (PDF), 8 [aide-mémoire](#) (PDF), un [guide de l'animateur](#) (PDF)

un [plateau de jeu](#) (PDF), un minuteur, un dé de quantité, 8 pions, 8 portes,

9 cartes "bouclier", 50 cartes "fiolle" (potion magique ou sortilège), 125 cartes

"[défi](#)" recto-verso de 2 couleurs (soit 250 défis) (téléchargement sur

<http://www.pipsa.be/outils/detail-2139613862/belfedar.html>)

Outil produit par: Université de Paix/ info@universitedepaix.be

<http://www.universitedepaix.org> - <https://www.facebook.com/universitedepaix.asbl>

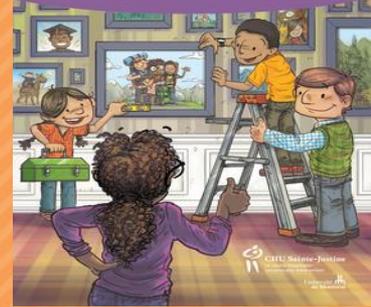


L'estime de soi de nos adolescents

Germain Duclos
Danielle Laporte
Jacques Ross

L'estime de soi de nos adolescents

Guide pratique à l'intention des parents



Guide:

Guide pratique à l'intention des parents

L'ouvrage contient:

Grâce aux nombreux questionnaires et exercices que le livre contient, les adolescents et leurs parents peuvent aspirer à une bonne connaissance de soi et une meilleure communication, éléments clés qui permettent de développer une relation basée sur la compréhension, l'écoute, la confiance mutuelle, le respect et la coopération. Les parents peuvent ainsi mieux accompagner leur adolescent et l'encourager à vivre des expériences positives et du succès.

Produit par: Collection pour la vie

<http://www.editions-chu-sainte-justine.org>



CHU Sainte-Justine

*Le centre hospitalier
universitaire mère-enfant*

Pour l'amour des enfants

Université 
de Montréal



L'apprentissage de l'estime de soi

L'apprentissage de l'estime de soi

~ ~ ~

Treize fiches pédagogiques pour l'éducation à la non-violence et à la paix

Kit pédagogique: 13 Fiches pédagogiques « apprentissage de l'estime de soi » école primaire/collège.

Objectifs:

- développer chez les enfants la connaissance valorisante de leurs aptitudes, de leurs capacités physiques et mentales, de leurs goûts, de leurs « points forts », sur lesquels ils pourront s'appuyer dans les situations difficiles.
- connaître ses limites pour les accepter
- développer la confiance et l'estime de soi

Contenu du kit:

13 fiches pédagogiques

Outil produit par: Education non-violente

<http://education-nvp.org/wp/wp-content/uploads/2012/12/Dossier-p%C3%A9da-Estime-de-soi-Mai-2009.pdf>

Téléchargement gratuit



Feelings



Jeu de plateau Avez-vous le Feeling avec votre partenaire de jeu ? Essaye de deviner ce qu'il ressent dans une situation donnée !

Avec feelings, simple et facile comme un jeu d'enfants, partagez vos émotions dans un voyage vers la découverte de soi, à travers l'autre. A partir de 8 ans

Objectifs:

- vivre une expérience où peuvent s'exprimer et se partager au sein d'un groupe, des émotions de la vie courante.

- favoriser des attitudes empathiques, susceptibles de faire diminuer les phénomènes de harcèlement, de discrimination, de stigmatisation voire de violence.

Apprendre à mieux se connaître pour mieux se comprendre afin de **mieux vivre ensemble**

Contenu du kit:

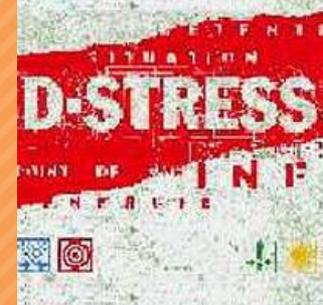
102 cartes «situations» regroupées en 3 paquets de 34, 20 cartes «émotion» , 88 cartes «vote» regroupées en 8 séries de 11, 8 cartes «équipe» regroupées en 4 paires, 1 piste de score, 8 marqueurs de score

Outil produit par:

<http://www.feelings.fr/index.php?loc=accueil>



Le parcours D-Stress



Kit pédagogique: Jeu de table permettant d'initier un dialogue à partir de situations concrètes évocatrices de stress. Tout au long du parcours, les participants rencontrent des événements agréables ou désagréables qui influencent leur stress, s'adaptent à des situations quotidiennes en réalisant des défis, témoignent de leurs connaissances relatives au stress, diversifient leurs possibilités de détente et expérimentent le changement de point de vue. Sensibiliser à la problématique du stress.

Public large dès 15 ans

Objectifs:

- Ouvrir la discussion sur les causes et les conséquences du stress
- Eclairer la manière dont chacun y fait face et trouve ses solutions

Contenu du kit:

Valisette A3 comprenant : un parcours de jeu format A1, une règle de jeu, un guide pour l'animateur, 6 tableaux de progression et 6 pions de couleur, des cartes "énergie", des cartes info, détente, défi et situation.

Outil produit par: Service Promotion de la Santé UNMS Bruxelles/

promotion.sante@mutsoc.be

<http://www.pipsa.be> - <http://www.alimentationdequalite.be>



L'apprentissage de la gestion des conflits

L'apprentissage du conflit

~ ~ ~

Dix-sept fiches pédagogiques pour l'éducation à la non-violence et à la paix

Kit pédagogique: 17 Fiches pédagogiques « apprentissage de la gestion non-violente des conflits » école primaire/collège.

Objectifs:

- apprendre aux enfants à connaître leurs propres réactions au cœur du conflit,
- les aider à prendre conscience de leurs émotions (peur, colère, etc.),
- leur permettre de prendre du recul pour les laisser s'apaiser,
- leur apprendre à parler sans agresser,
- reconnaître et à définir la situation problématique ,
- distinguer la personne de son comportement pour se centrer sur l'objet précis du conflit,
- anticiper sur les conséquences de leurs actes,
- imaginer des solutions susceptibles de convenir aux protagonistes du conflit
- concrétiser un accord et à appliquer la solution choisie.

Contenu du kit:

17 fiches pédagogiques

Outil produit par: Education non-violente

<http://education-nvp.org/wp/wp-content/uploads/2013/01/Dossier-p%C3%A9dagogique-Conflit-Mai-2009.pdf>

Téléchargement gratuit



Mic Mac enterre la hache de guerre avec ta tribu



Jeu pédagogique: Mic Mac est un jeu de société coopératif et de stratégie pour des enfants à partir de 8 ans

Objectifs:

- Aborder le concept des violences et les stéréotypes de genre
- Découvrir et valoriser des attitudes de gestion de la violence et d'alternative à la violence: connaissance de soi, négociation, coopération, empathie, écoute, communication non violente, maîtrise de soi, affirmation de soi et sentiment d'appartenance
- Promouvoir les relations égalitaires

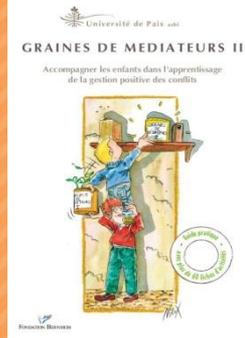
Contenu du jeu:

Une boîte en bois contenant : 92 cartes : 45 cartes *Aventure* et 3 cartes *Montagne sacrée*, 29 cartes *Chemin* (dont 5 cartes *Chemin Joker*) et 1 carte *Tipi*, 12 cartes recto *Symbole de paix* et verso *Hache de guerre*, 2 cartes *Légende*, 5 pions Membres de la Tribu : le/la chef, cuisinier(ère), chaman(e), chasseur(euse), couturier(ère), 2 dés à 6 faces, Sablier
Règles du jeu, en option : Un guide pédagogique (téléchargeable)

Outil produit par: Latitude jeunes Bruxelles latitude.jeunes@mutsoc.be
<http://www.latitudejeunes.be>



Graine de médiateur



Guide: Ce livre s'adresse à toute personne (animateur, éducateur, enseignant...) qui désire accompagner un groupe d'enfants dans l'apprentissage de la gestion positive des conflits. De 6 à 12 ans

Objectifs:

Découvrir et développer des attitudes et des valeurs nécessaires à la gestion de conflits.

Développer la connaissance de soi et des autres.

Vivre la confiance et la coopération au sein d'un groupe.

Permettre à chacun de prendre sa place dans le groupe et respecter celle des autres.

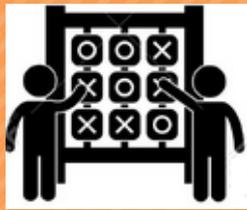
Travailler l'écoute des langages verbal et non-verbal. Améliorer la communication

Apprendre et s'approprier le processus de médiation par les pairs, c'est-à-dire être apte à intervenir comme médiateur dans un conflit entre d'autres personnes.

L'ouvrage contient:

Ce guide pratique propose des pistes et conseils pour l'animation : plus de 60 fiches d'activités, plus de 50 fiches reproductibles... qui favorisent le développement des habiletés sociales chez les enfants.

Produit par: <http://www.universitedepaix.org/products-page/agir/graines-de-mediateurs-ii-guide-pratique>



Distinct'Go

- DISTINCT'GO ! permet aux jeunes d'aborder les questions de société qui les interrogent particulièrement : la laïcité, la parole et la place des jeunes dans la société, l'école, les valeurs, les appartenances, les amis...

- Outil de « détricotage » des représentations et des préjugés, DISTINCT'GO ! invite chaque joueur à interroger son rapport à l'autre, à la fois identique et différent, sur ses tendances à s'enfermer soi-même dans un groupe d'appartenance réel ou supposé.

Ce jeu permet ainsi de :

- sensibiliser les jeunes à toutes les formes de discriminations et de moqueries
- prendre conscience de leurs perceptions des autres et de leurs préjugés pour pouvoir y réfléchir de façon critique et, si nécessaire, les corriger
- comprendre que les stéréotypes peuvent être dangereux et réducteurs
- développer leur esprit critique afin d'éviter les amalgames

Véritable outil à disposition des professionnels en situation éducative (milieu scolaire ou périscolaire : enseignants, animateurs, éducateurs...),

« DISTINCT'GO ! » est donc à la fois un support favorisant la verbalisation et le développement de l'argumentation des jeunes participants !

12 ans et +

Valorémis Editions
<https://editions-valoremis.com/des-12-ans/23-jeu-distinct-go.html>





L'apprentissage de la communication

Kit pédagogique: 15 Fiches pédagogiques « apprentissage de la communication » école primaire/collège.

Objectifs:

- apprendre aux enfants à exprimer clairement les faits, idées, sentiments, émotions, besoins et désirs,
- être capable d'écoute active,
- apprendre à connaître les risques de malentendus, à être capable d'interpréter les signaux non-verbaux, à savoir questionner pour recevoir de l'information, à savoir pratiquer la re-formulation et décrire le point de vue de l'interlocuteur, à savoir utiliser la prononciation et l'intonation appropriée à la situation, à savoir s'exprimer en utilisant le « je »

Contenu du kit:

15 fiches pédagogiques

Outil produit par: Education non-violente

<http://education-nvp.org/wp/wp-content/uploads/2012/12/Dossier-p%C3%A9dagogique-Communication.pdf>

Téléchargement gratuit



S'exprimer, écouter et apprendre

Des activités interactives en communication orale pour les élèves de 8 à 14 ans

Favorisez l'interaction en classe

S'exprimer, écouter et apprendre s'avère un guide complet pour développer les habiletés d'expression et de compréhension à l'oral.

Vous y trouverez des activités qui encouragent les élèves à communiquer et à explorer les idées au moyen de la réflexion collective et de la discussion.

Les auteures ont conçu un outil pertinent, facile à utiliser et nécessitant peu de matériel et de temps de préparation.

À l'écoute ! vise le développement des compétences de base en communication individuelle et en petits groupes. Celles-ci servent de base à l'apprentissage des élèves et au travail d'équipe dans toutes sortes de situations.

Raconte-moi une histoire explore les schémas narratifs et les stratégies qui suscitent l'intérêt de l'auditoire.

Quoi de neuf ? fournit des outils aux élèves pour les aider à présenter leurs idées et à en faire des exposés oraux originaux et dynamiques.

Laisse-moi te convaincre... explore différentes manières de développer et de contester un point de vue.





Décode le monde



Kit pédagogique: Outil pédagogique qui a pour but de favoriser le développement de la pensée critique des adolescents par rapport aux médias et, par ce chemin, de les aider à adopter des comportements favorables à leur santé.

Articulé en quatre modules, ce programme est participatif et interactif. Il développe différentes activités qui décortiquent les publicités, les discours et les écrits. Ces démarches sont ensuite mise à profit par les jeunes, qui créent pour leurs pairs une affiche de prévention santé.

Objectifs:

- Augmenter la capacité des individus à faire des choix favorables à leur santé,
- Faciliter la prise de décision et l'autonomie des jeunes par rapport aux pressions extérieures,
- Favoriser l'émergence des capacités inhérentes à la pensée critique chez les jeunes.

Contenu du kit:

Un **guide d'animation**, avec

Un **DVD**, support d'animation de deux séquences importantes Un **CD-Rom**, support des documents d'animation à remettre aux jeunes à chaque séquence.

Outil produit par: CODES Alpes Maritimes/ p.vaz.codes06@wanadoo.fr
<http://www.codes06.org>



Des récits et des vies

Un jeu pour se raconter et être écouté, fondé sur la Communication, la reconnaissance et l'Estime de soi.

Des Récits et des vies est un jeu idéal pour parler, au hasard des cartes, des choses importantes ou légères qui nous tiennent à cœur, des petits et grands bonheurs du quotidien, des souvenirs et des projets, des émotions qui nous façonnent sans oublier l'imaginaire et la poésie.

Objectifs

Libérer la parole

Créer du lien

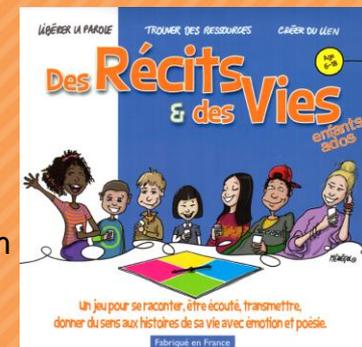
Trouver des ressources

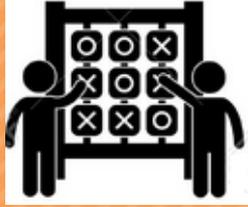
Le but du jeu

Ce jeu fondé sur la bienveillance vise l'estime de soi en mettant en lumière les qualités de chacun.

Il permet de découvrir les belles choses que chacun porte en soi et qu'on a rarement l'occasion d'exprimer.

<http://boutique.desrecitsetdesvies.com>





Le crayon coopératif



Jeu coopératif: Le crayon vous propose de réunir jusqu'à 10 joueurs, tenant simultanément un crayon via une corde tendue. Placés autour d'une table, les joueurs vont dessiner sur des feuilles de papier.

Objectifs:

- Dans les applications de type "parcourir un circuit", les joueurs communiquent peu verbalement, mais fusionnent en un esprit de groupe qui déplace le crayon. On dirait qu'une seule âme dirige 10 bras simultanément et c'est impressionnant.
- Dans les applications de type "dessin imposé sans modèle", les joueurs au contraire communiquent énormément, négocient la réalisation du dessin, coopèrent pour le réaliser.
- développer l'imagination et l'esprit créatif

Contenu du kit:

Un support en bois, crayon coopératif au centre, ficelles reliées

Outil produit par:

<https://www.jeuxdenim.be/jeu-CrayonCooperatif>



Filles et garçons: questions de respect



Kit pédagogique: Jeu de cartes

A partir de 13 ans —> jeune adulte

Objectifs:

- Engager une réflexion sur différents aspects et enjeux liés à la vie affective et sexuelle
- Travailler sur les représentations liées aux relations filles / garçons
- Prendre du recul par rapport à certains stéréotypes et normes véhiculés par la société sur les filles et les garçons
- Prendre conscience de l'importance du respect dans les relations entre les sexes
- Développer des compétences relationnelles par l'échange et le débat (écoute des différents points de vue, argumentation...)

Contenu du kit:

un jeu de cartes comprenant :8 cartes de vote « oui/ non»

45 cartes proposant chacune deux questions ou affirmations à débattre

Outil produit par: Editeur Valoremis/ <https://editions-valoremis.com/des-12-ans/24-jeu-de-cartes-filles-garcons-questions-de-respect-.html>



Cartons des stratégies d'adaptation

Apprendre à mieux réagir au stress et aux situations difficiles.

Certaines études révèlent que l'apprentissage de stratégies d'adaptation aide les jeunes à diminuer leur stress et, par le fait même, augmente leur capacité de faire face à certaines situations.

Un examen difficile, un conflit familial, un déménagement, un échec scolaire... Les sources de stress sont bien présentes dans le quotidien des jeunes. Devant ces tracasseries et ces préoccupations de la vie quotidienne, ils réagissent en adoptant divers comportements visant à retrouver un certain équilibre. Ces comportements sont des stratégies d'adaptation.

Les études démontrent que les jeunes qui disposent d'un plus vaste répertoire de stratégies d'adaptation vivent moins d'expériences négatives lorsqu'ils expérimentent des difficultés ou des situations de vie stressantes. Lorsqu'ils réussissent à maîtriser une situation difficile, ils augmentent leur capacité à s'adapter aux situations futures. Cela peut enrichir leur estime de soi, leur sentiment de compétence et leur bien-être général.

27 cartons psychoéducatifs pour permettre aux jeunes:

de comprendre le concept d'adaptation,

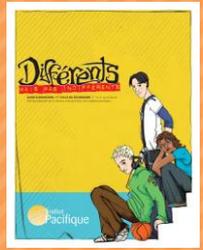
de repérer leurs sources de stress potentiel,

de reconnaître et d'évaluer les stratégies qu'ils emploient, et de développer la capacité de choisir les "meilleures" stratégies pour une adaptation réussie aux changements de la vie.





Différents mais pas indifférents



Institut du Pacifique
<https://institutpacifique.com>

Cet outil de prévention de la violence et de promotion des conduites pacifiques est destiné aux adultes qui travaillent avec des adolescents des dernières classes du collège et des premières classes du lycée, et qui désirent initier ou poursuivre un programme favorisant le développement de compétences sociales et relationnelles.

Il a pour objectifs de former les élèves à la résolution de conflits, de les aider à améliorer leurs relations avec autrui, à augmenter la compréhension qu'ils ont d'eux-mêmes et des autres, d'encourager l'acquisition d'habiletés d'écoute, de jugement critique et d'expression verbale, de développer une vision différente des situations conflictuelles, de favoriser une meilleure compréhension et une meilleure gestion des conflits.

Construit autour d'un guide d'animation, d'une Boîte à outils, d'un Cédérom et de 3 affiches, l'ensemble est regroupé sous quatre grandes thématiques : Je gère mes conflits, Je prends conscience de mes réactions, Je respecte les différences, Je m'estime et je m'affirme. Sous chacune de ces thématiques sont déclinés des ateliers et des activités autour de sujets comme : le conflit, la violence, la résolution de conflits, la gestion de la colère, les réactions aux conflits, l'intimidation, le respect des différences, l'empathie, le respect et la tolérance, l'estime de soi, l'affirmation de soi, la communication, l'écoute. [Le programme "Différents mais pas indifférents" offre également un volet pour les élèves de début de collège - Un volet pour les classes de primaire intitulé "Vers le Pacifique" est par ailleurs disponible]

ADULTES



Paroles de parents

Jeu de cartes favorisant les échanges entre parents. Il permet aux parents, en enrichissant les échanges et facilitant la prise de parole, de réfléchir à leur positionnement, d'échanger sur leurs préoccupations, de favoriser la prise de conscience des compétences et des ressources de chacun et de prévenir l'individualisation des difficultés. Pour les parents d'enfants de 0 à 3 ans, de 3 à 11 ans et de 12 à 18 ans.

Objectifs

Donner la possibilité aux parents d'échanger sur leurs préoccupations liées à leur(s) enfant(s)

Favoriser la prise de conscience des compétences et des ressources de chacun par rapport à ses pratiques éducatives pour mieux les exploiter

Valoriser les parents dans leur rôle et dans leur fonction

Prévenir l'individualisation des difficultés

OPPELIA / IPT
78200 Mantes-la-Jolie
01.30.33.06.96
www.oppelia.fr





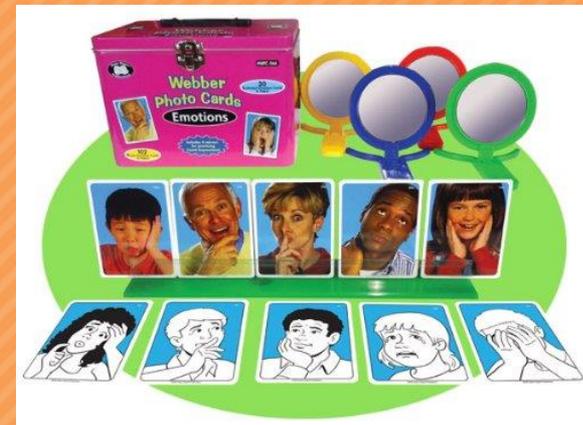
Webber photos cards émotions

204 grandes cartes de photos (3 "x 4") - 102 paires de cartes présentent des enfants et des adultes montrant une gamme d'émotions (par exemple, surpris, heureux, inquiets) et des expressions faciales

60 cartes supplémentaires - 30 paires de dessins faciaux en noir et blanc illustrent également des sentiments

Comprend des cartes de contenu et quatre miroirs de poche colorés pour la pratique des expressions faciales

Éducatif - Aide les enfants à comprendre et à identifier les sentiments, et encourage la discussion personnelle



Webber S-G, Bradburn R
Super Duper Publications
2005



La roue des émotions



Kit pédagogique: Un outil pratique pour aider, les adolescents et adultes, à conscientiser ce qu'ils ressentent (météo intérieure, sensations physiques); à mettre des mots sur les émotions qui correspondent et surtout à exprimer le ou les besoin(s) sous-jacent(s). Les compétences émotionnelles permettent d'accéder à une plus grande **confiance** en soi et à une **réduction du stress**, les émotions n'étant plus perçues comme envahissantes et inconfortables.

Objectifs:

- décoder les émotions au départ d'un ressenti physique, mais également de déceler les besoins que ces émotions sous-tendent.
- s'arrêter, prendre conscience de l'émotion ressentie et prendre soin du besoin en lien.
- permettre de faire passer un message à une autre personne, de signifier son besoin de manière non verbale.

Contenu du kit: Les 3 disques de la roue peuvent bouger de manière autonome, et il n'y a aucune "bonne réponse", c'est-à-dire que **toutes les combinaisons sont possibles**. La première roue ramène aux sensations et aux indices donnés par le corps, la seconde roue attire l'attention sur l'**émotion** qui correspond à cette sensation. Enfin, la 3e roue, la plus grande, propose de trouver le **besoin** sous-jacent à l'émotion.

Outil produit par: L'autrement Dit/<https://www.lautrementdit.net/page/la-roue-des-emotions>



O'Rhune

Ce jeu permet d'animer des débats sur les relations aux adultes et aux pairs, les relations affectives et sexuelles et les conduites addictives en faisant à une stratégie de coopération. Il peut être utilisé par des professionnels souhaitant animer des temps d'échanges avec des jeunes à partir de 14 ans.

Objectifs

Ouvrir des espaces de réflexion et d'échanges autour de la prévention des conduites à risque

Expérimenter un espace de collaboration et une stratégie collective

Renforcer certaines compétences psychosociales

Favoriser l'expression des représentations sur les thèmes ci-dessous:

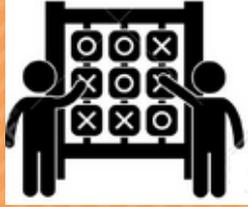
Les relations affectives et sexuelles

Les conduites addictives

Les relations aux adultes et aux pairs

OPPELIA / IPT
78200 Mantes-la-Jolie
01.30.33.06.96
www.oppelia.fr





Le crayon coopératif



Jeu coopératif: Le crayon vous propose de réunir jusqu'à 10 joueurs, tenant simultanément un crayon via une corde tendue. Placés autour d'une table, les joueurs vont dessiner sur des feuilles de papier.

Objectifs:

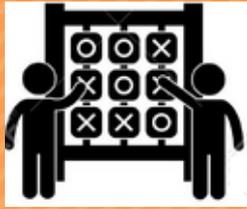
- Dans les applications de type "parcourir un circuit", les joueurs communiquent peu verbalement, mais fusionnent en un esprit de groupe qui déplace le crayon. On dirait qu'une seule âme dirige 10 bras simultanément et c'est impressionnant.
- Dans les applications de type "dessin imposé sans modèle", les joueurs au contraire communiquent énormément, négocient la réalisation du dessin, coopèrent pour le réaliser.
- développer l'imagination et l'esprit créatif

Contenu du kit:

Un support en bois, crayon coopératif au centre, ficelles reliées

Outil produit par:

<https://www.jeuxdenim.be/jeu-CrayonCooperatif>



Cartes des forces

CARTES
DES FORCES



Jeu de cartes: Avec 50 forces, ces cartes couvrent toute l'étendue de la connaissance scientifique actuelle sur les forces.

Objectifs:

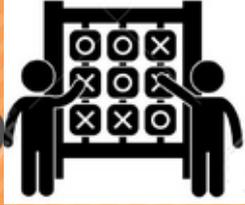
- identifier et développer ses forces personnelles,
- mieux se connaître
- gagner en confiance en soi
- permettre de s'épanouir et de se sentir efficace

Contenu du jeu

50 cartes, chacune des cartes contient une photo et le nom d'une force sur le recto. Au verso, figurent les questions susceptibles d'être posées pour identifier cette force, sa description et des suggestions afin de l'activer et de la développer.

Outil produit par:

<https://www.positran.fr/fichiers/4438.pdf> (conseils pour utiliser le jeu en PDF téléchargeable)



Mes sentiments Mes besoins



Jeu de cartes: Ce jeu de cartes permet d'apprendre à nommer ses sentiments avec des mots justes et de développer un vocabulaire pour préciser ressentis, émotions et besoins au delà de "ça va, ça ne va pas pas, je me sens mal, je me sens bien, ..." Il permet également de faire le lien entre sentiments et besoins, ainsi que de faciliter la communication, les échanges et la reconnaissance du vécu de l'autre.

- Rester en lien avec ce qui nous habite et ainsi pouvoir prendre soin de ses besoins et aussi de ceux des autres !

- Nommer avec précision nos ressentis, émotions et nos besoins sans nous cantonner aux expressions génériques telles que "ça va, ça ne va pas, je me sens mal, je me sens bien..."

- Faciliter grandement la communication, les échanges et l'ouverture de cœur avec l'Autre

Contenu du jeu

2 carte d'informations, 38 cartes : émotion/ressenti au recto, besoins au verso,

Document "20 conseils pour une utilisation optimale du jeu" (à demander par mail)

Outil produit par:

ITEM évolution Liège / bonjour@item-evolution.com

www.item-evolution.com



Des récits et des vies

Un jeu pour se raconter et être écouté, fondé sur la Communication, la reconnaissance et l'Estime de soi.

Des Récits et des vies est un jeu idéal pour parler, au hasard des cartes, des choses importantes ou légères qui nous tiennent à cœur, des petits et grands bonheurs du quotidien, des souvenirs et des projets, des émotions qui nous façonnent sans oublier l'imaginaire et la poésie.

Objectifs

Libérer la parole

Créer du lien

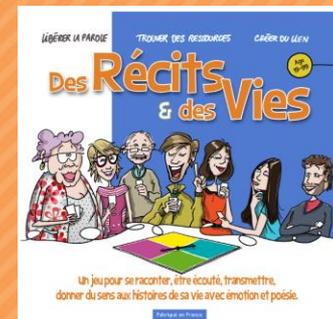
Trouver des ressources

Le but du jeu

Ce jeu fondé sur la bienveillance vise l'estime de soi en mettant en lumière les qualités de chacun.

Il permet de découvrir les belles choses que chacun porte en soi et qu'on a rarement l'occasion d'exprimer.

<http://boutique.desrecitsetdesvies.com>





Les petits cahiers d'exercice

Guide:

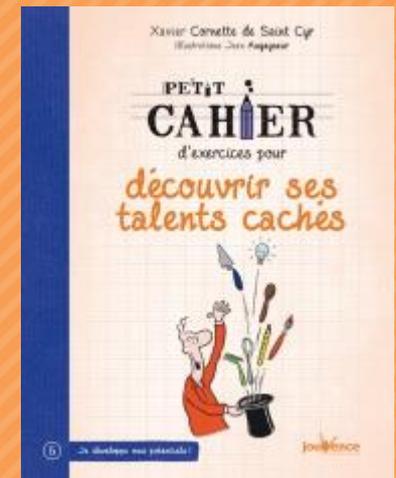
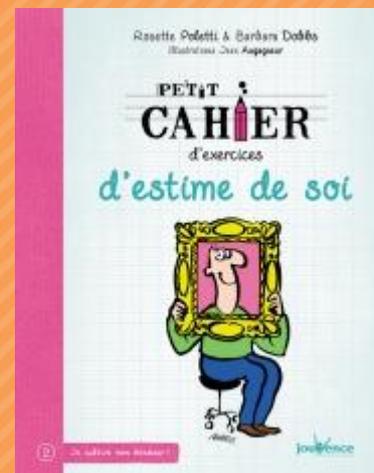
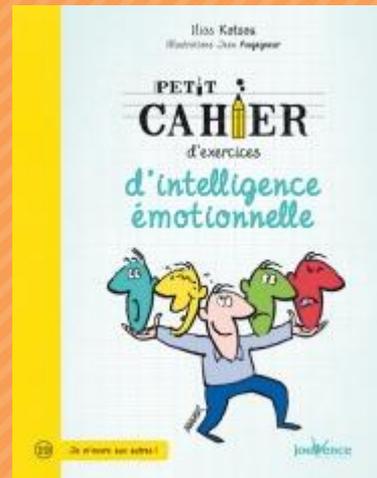
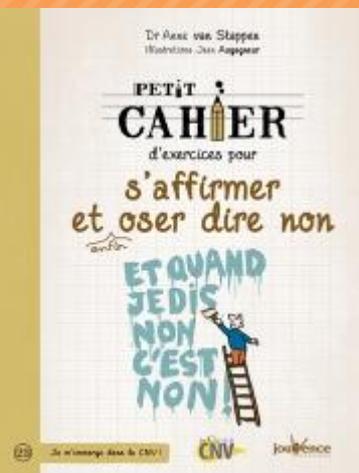
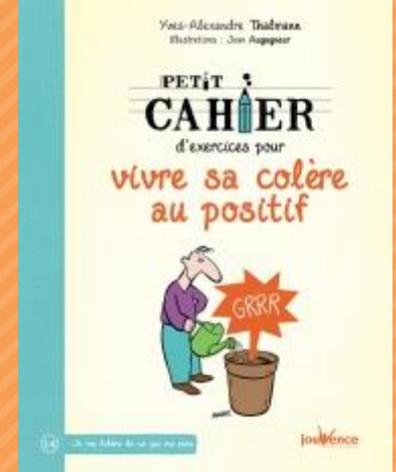
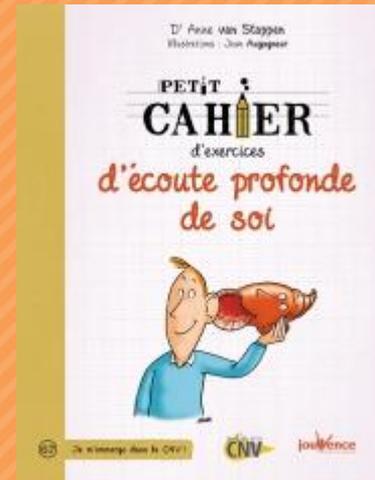
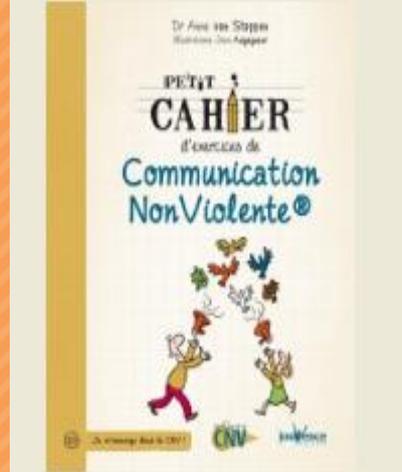
Guide pratique à l'intention des parents

L'ouvrage contient:

Les « Petits cahiers d'exercices » invitent le lecteur à la mise en pratique concrète, ludique et interactive.

Ils sont des éléments actifs de transformation personnelle. Ils sont rédigés par des auteurs confirmés, exerçant une activité en relation directe avec ce qu'ils écrivent, comme la formation, la psychothérapie ou la relation d'aide. Grâce aux Petits cahiers dont vous êtes aussi l'auteur, ils mettent leur savoir et leur savoir-faire au service de votre épanouissement et vous convient à être l'acteur de votre changement. **Faire les exercices, c'est ainsi participer à un de leurs stages de bien-être !**

Produit par: Editions Jouvence/ <http://www.editions-jouvence.com>





Un zeste d'estime



Guide: : Livret contenant des fiches pédagogiques pour travailler la thématique de l'estime de soi.

Objectifs:

Renforcer l'estime de soi

Favoriser les relations interpersonnelles

Améliorer le rapport à soi/aux autres

Retrouver la capacité d'agir

L'ouvrage contient:

Les cinq premières fiches pédagogiques proposées ont été choisies pour développer l'estime de soi dans ses dimensions essentielles : rapport à soi, rapport aux autres, rapport à l'action.

Les fiches 6 et 7 proposent un support à l'expression créative

Produit par: ACRF

<http://www.acrf.be/un-zeste-destime-2/>

Vous pouvez télécharger librement ces fiches et les imprimer à **condition de mentionner vos sources si vous en faites usage**

La méthode des 6 chapeaux



Outil : Outil d'aide à la résolution de problème: à l'origine de cette méthode, Edward de Bono, un **psychologue maltais** spécialiste en sciences cognitives.

- Pour Edward de Bono, le secret est de **séquencer notre pensée** : nous pouvons alors nous concentrer sur une chose à la fois et nous empêchons alors la censure automatique d'éliminer d'emblée des idées qui nous déconcertent.

- De Bono propose de diviser la recherche de solutions en **6 phases bien distinctes**, chacune représentée par un chapeau de couleur qui symbolise une façon de penser (cf diapo suivante)

Objectifs:

- Voir la situation sous des angles différents, admettre la multiplicité des points de vue

- S'autoriser à explorer des champs de réflexion inhabituels pour nous

- Construire une vision à la fois globale et détaillée de la situation

- Prendre des décisions éclairées, identifier des solutions cohérentes

La technique: en groupe, 1 situation problématique à analyser, proposée

par 1 participant et validée par le groupe: Chaque participant prend un

« chapeau » d'une couleur particulière, lui assignant ou lui reconnaissant un

rôle. L'ensemble des participants peut aussi avoir le même chapeau

(symbolique ou matérialisé).

Chapeau blanc : le penseur énonce des faits purement et simplement. Il donne au groupe des informations objectives. Il représente la neutralité et répond à la question suivante : *quels sont les faits?*

Chapeau rouge : le penseur apporte des informations teintées d'émotions, de sentiments, d'intuitions ou de pressentiments. Il n'a pas à se justifier auprès des autres chapeaux. Il représente la passion et répond à la question suivante : *que ressentez vous ?*

Chapeau vert : le penseur est à la recherche de solutions créatives, en dehors des sentiers battus. Il représente la créativité sans limite et la fertilité des idées, et répond à la question suivante : *Quelles sont les solutions possibles, y compris les plus farfelues?*

Chapeau jaune : le penseur se confie sur ses rêves et ses espoirs. Ses commentaires sont constructifs, positifs et tentent de rendre les idées des autres membres concrètes. Il représente l'optimisme et répond à la question suivante : *pour chacune de ces solutions, que mettre en oeuvre?*

Chapeau noir : le penseur s'indigne auprès des autres chapeaux en insistant sur les dangers et les risques, la prudence. Sa réflexion, toujours logique, aide à repérer les éventuels freins et obstacles. Il est « l'avocat du diable » et répond à la question suivante : *pour chacune de ces solutions: quels sont les risques? Les avantages et inconvénients?*

Chapeau bleu : le penseur est l'animateur de la réunion, le meneur de jeu. Il représente l'organisation et la canalisation des idées. Il est très important car il maintient la discipline et veille à ce que les participants utilisent bien leurs chapeaux. Il répond aux questions suivantes : *Quelle est la solution à retenir?*

Comment organiser sa mise en oeuvre?

La méthode des 6 chapeaux:

1 chapeau = 1 rôle, 1 mode de pensée



NEUTRALITÉ

Faits, chiffres, informations
dénuées d'interprétations



ÉMOTIONS

Intuitions, sentiments,
impressions, pressentiments



CRÉATIVITÉ

Fertilité des idées, aucune censure,
idées farfelues, provocantes



PESSIMISME

Prudence, dangers, risques,
objections, inconvénients



OPTIMISME

Critique positive, rêves, espoir,
commentaires constructifs



ORGANISATION

Canalisation des idées, rigueur,
discipline, solution à retenir



SORC ou les cercles vicieux

Situation déclenchante

Cognitions

Ce que je pense (les pensées automatiques relatives aux autres, à moi-même, à l'environnement...)

Concrètes

Relationnelles

Conséquences

Emotions

(Ce que je ressens)

Chaque pensée est le pendant d'une émotion, la modification de la pensée influe sur l'émotivité et vice versa. Les pensées et les émotions qui nous habitent sont la plupart du temps peu nombreuses et répétitives. Par conséquent le travail de modification portant sur un nombre restreint de pensées et d'émotions entraîne un grand changement dans le style de vie.

Comportements

(Ce que je fais ou ai tendance à faire)

Le SORC:

Le **S** correspond au **Stimulus discriminatif** qui arrive dans l'environnement du sujet. A ce moment-là, ce stimulus va être ressenti par l'organisme = situation dans laquelle un problème existe.

Le **O** correspond à l'**organisme**. L'ensemble des **émotions, sensations corporelles, cognitions** apparaissant chez la personne à ce moment-là qui ont un impact sur la probabilité d'apparition du comportement problème. Ce stimulus va être interprété grâce à la cognition mais également ressenti par les émotions, des **manifestations physiologiques**. Cela entraîne une action, une réponse.

Le **R** est la **réponse**. On a perçu un stimulus, on a eu une certaine émotion et ça nous amène donc à proposer une **réponse visible** (comportement) à ce stimulus. Cette réponse va être suivie d'une conséquence.

Le **C** correspond à la **conséquence** (⇒ facteur de maintien). Le comportement est émis dans un but, certaines conséquences au comportement vont souvent le renforcer, ce qui explique qu'il se maintient.

Le modèle des Cercles vicieux est une adaptation du modèle SORC par Charly Cungi (Médecin psychiatre, spécialiste francophone des TCC).

Il explique que:

- On a une **situation déclenchante** (équivalent du stimulus dans le SORC) qui va amener la personne à avoir certaines **pensées**, du coup l'individu va avoir sentir des **émotions** qui vont lui faire avoir un certain **comportement** qui aura des **conséquences**. C'est la même idée que le SORC.

Outil: : Outil d'aide à la résolution de problème: à l'origine de cette méthode, Edward de Bono, un **psychologue maltais** spécialiste en sciences cognitives.

- Pour Edward de Bono, le secret est de **séquencer notre pensée** : nous pouvons alors nous concentrer sur une chose à la fois et nous empêchons alors la censure automatique d'éliminer d'emblée des idées qui nous déconcertent.

- De Bono propose de diviser la recherche de solutions en **6 phases bien distinctes**, chacune représentée par un chapeau de couleur qui symbolise une façon de penser (cf diapo suivante)

Objectifs:

-Permettre de recueillir et d'organiser des informations recensées par la personne en lien avec une situation problématique récurrente et génératrice de stress,

-Prendre le temps de l'analyse de la situation, étape par étape (cf dessin cercle vicieux)

-préciser à quel niveau il serait souhaitable d'intervenir (émotionnel, cognitif, comportemental afin de modifier la gestion de la situation problématique,

-Permettre la mise en place de solutions adaptées afin d'inverser le cercle/cercle vicieux/cercle vertueux

La technique: « revisiter » étape par étape la situation/les pensées automatiques générées parfois même avant la confrontation à la situation, repérer les émotions ressenties, identifier les comportements induits et inadaptés à la situation ainsi que leurs conséquences

Un exemple de lecture: Editions Retz/savoirs pratiques/Charly Cungi/Savoir s'affirmer en toutes circonstances



La recette des fruits conflits



Outil: sur un mode ludique , repérer en petits groupes les ingrédients qui semblent indispensables à la création d'un conflit, en imaginer la recette (comme une recette de cuisine: proportions et différentes étapes de la recette)

Objectifs:

- Réfléchir en petits groupes aux éléments qui génère un conflit
- Échanger les points de vue
- Repérer les « ingrédients » communs et les différences
- Chercher des alternatives pour éviter le conflit (supprimer des ingrédients, modifier leurs proportions, changer la recette...)

Méthode d'utilisation (groupe de 8 à 16 personnes)

Proposer à chaque petit groupe (3 à 5 personnes) de composer une recette de « fruits conflits » avec les ingrédients nécessaires, les proportions, l'ordre des ingrédients et la réalisation de la recette. Ensuite chaque groupe présente sa recette, l'ensemble du groupe est invité à relever les ingrédients communs, les différents, les proportions. Le débat va permettre de repérer les éléments incontournables générateurs de conflits, les circonstances, les protagonistes...pour ensuite chercher ensemble des solutions pour que la recette des « fruits conflits » ne soit pas une réussite et imaginer une recette à l'inverse de gestion positive de conflit.

Concepteur: IECCC conflits cultures coopérations/

<http://www.ieccc.org/spip.php?article123>



Comète: pour développer les CPS en éducation du patient

Guide: L'outil COMETE permet de mieux prendre en compte les compétences psychosociales en aidant et accompagnant les professionnels de l'éducation thérapeutique à aborder cette thématique dans des temps de partage avec les malades adultes, que ce soit pendant le bilan éducatif partagé, les séances éducatives ou encore l'évaluation. Cet outil propose donc des activités pour développer et évaluer les compétences psychosociales.

Objectifs:

- Favoriser l'expression des dimensions psychosociales dans le discours du patient et mieux savoir les repérer,
- Développer les compétences psychosociales des patients lors des activités éducatives collectives,
- Évaluer le développement des compétences psychosociales des patients à l'issue de la démarche éducative.

L'ouvrage contient:

COMETE contient des activités, des fiches méthodologiques et des jeux de carte autour des thématiques suivantes : l'appropriation de la maladie, l'identification et la résolution de problèmes, l'image de soi-les projets de vie- l'avenir, les émotions, le rapport aux autres, l'entourage et les ressources, la confiance en soi

Produit par: <http://www.cres-paca.org/a/288/comete-pour-developper-les-competences-psychosociales-en-education-du-patient/> 119



Etre parent aujourd'hui

L'outil est composé de 9 panneaux, qui peuvent être présentés de manière indépendante les uns des autres.

Objectif général

Permettre aux parents de réfléchir à leur positionnement

Objectifs spécifiques

Favoriser les rencontres entre les familles, les professionnels et les jeunes

Inscrire le projet dans une dynamique locale partenariale

Valoriser les parents dans leur rôle et leurs fonctions

Prévenir l'isolement des familles face à leurs difficultés

La démarche s'inscrit notamment en référence à la Charte des REAAP :

Valoriser prioritairement les rôles et les compétences des parents : responsabilité et autorité, confiance en soi, transmission de l'histoire familiale, élaboration de repères, protection et développement de l'enfant...

Veiller à la prise en compte de la diversité des structures familiales, des formes d'exercice de la fonction parentale et de la reconnaissance de la place de chacun des parents en tant qu'éducateur de son enfant.

Favoriser la relation entre les parents, en s'appuyant sur le réseau partenarial local pré-existant.

OPPELIA / IPT
78200 Mantes-la-Jolie
01.30.33.06.96
www.oppelia.fr





Une place pour tous

Être en capacité de s'exprimer, de défendre ses droits sans empiéter sur ceux des autres, implique de connaître ses besoins au préalable et les ressources possibles pour prendre pleinement sa place et s'épanouir dans la société.

Construit sur le principe de la Pyramide de Maslow, ce jeu invite les joueurs à explorer les différentes façons de satisfaire les besoins de leur personnage, en fonction de ses atouts et de ses aspirations. Ils choisiront les ressources et les moyens à mettre en œuvre pour combler ses besoins de façon éphémère, temporaire ou pérenne.

But du jeu

Combler les besoins de son personnage pour l'aider à prendre sa place, à s'épanouir, à se réaliser pleinement.

Objectifs du jeu

repérer les besoins fondamentaux

développer l'assertivité

encourager la coopération, l'entre-aide

connaître et localiser les ressources

“UNE PLACE POUR TOUS” a été créé en 2015, en partenariat et sur l'initiative de la Fédération des Maisons de Quartier de Saint-Nazaire.

Auteur: K. Minidré- Illustrateur: S.Foucault

<https://www.lejokcoeur.fr/jeu-une-place-pour-tous/>





JED Laîné

Que vous soyez professionnel de l'aide à domicile, ou aidant familial, ce cahier a pour finalité de :

Vous aider à passer un temps de relation, de détente, de dialogue avec une personne âgée

Permettre aux personnes âgées de « travailler » de manière attractive et ludique sur :

- le renforcement de leur mémoire,
- l'attention, la concentration,
- la construction logique, le respect de consignes
- le lien entre passé et présent, les repères temporels,
- le schéma corporel, l'activation des capacités sensorielles
- les liens familiaux,
- la détente, la mobilité...

Production KESKI



122

INDEX

ENFANTS:

Le cartable des compétences psychosociales.....	8
Développer ses compétences sociales.....	9
Comment travailler avec les enfants et leur environnement: manuel des CPS....	10
Mieux vivre ensemble dès l'école maternelle.....	11
Le volcan des émotions.....	12
La roue des émotions.....	13
Hopla.....	14
Une valise pleine d'émotions.....	15
La boîte à émotions de Zatou.....	16
Jouons avec les émotions.....	17
Le langage des émotions.....	18
L'éducation émotionnelle de la maternelle au lycée.....	19
Apprendre aux enfants à gérer attention et émotions.....	20
Gestion des émotions: 35 activités.....	21
100 activités pour mieux vivre ses émotions.....	22
Vice-Versa.....	23
100 jeux avec Namasté.....	24
Amidou et l'estime de soi.....	25
Quand les tout-petits apprennent à s'estimer.....	26

L'apprentissage de l'estime de soi.....	27
Aventure dans mon univers.....	28
Oh Lila.....	29
Papillagou et les enfants de croque-lune !.....	30
Et toi qu'en penses-tu?.....	31
100 activités apaisantes pour les enfants de 3 à 10 ans.....	32
Calme et attentif comme une grenouille.....	33
Un cœur tranquille et sage.....	34
Concentration et relaxation pour les enfants.....	35
Cartons de retour au calme.....	36
Cartons de sensations physiques.....	37
Mic-Mac enterre la hache de guerre avec ta tribu.....	38
L'apprentissage de la gestion des conflits.....	39
Construire la non violence: les besoins fondamentaux de l'enfant.....	40
Coopérer pour prévenir la violence.....	41
Belfedar.....	42
La non violence s'affiche.....	43
Graine de médiateur.....	44
L'apprentissage de la communication.....	45
Le perlipapotte.....	46
Pouce-pousse.....	47
L'apprentissage de genre.....	48

Filles et garçons: cassons les clichés.....	49
Les p'tits égaux.....	50
Feelings.....	51
Estimo.....	52
Les enfants philosophes.....	53-54
Storycubes.....	55
Le crayon coopératif.....	56
Jeux coopératifs pour bâtir la paix.....	57
Je coope, je m'amuse.....	58
Clever club	59
Les amis de mon jardin.....	60
Je vais bien à l'école.....	61
Opération: trousse de connaissance de soi.....	62
Apprentissage de l'écoute du corps.....	63
6 saynètes pour mieux se connaître.....	64
Toi, moi, nous.....	65
L'expression des besoins.....	66
L'escargot de la vie.....	67

ADOLESCENTS

Développer les compétences sociales des adolescents.....	69
Le cartable des compétences psychosociales	70
Strong: soutenir les compétences psychosociales des adolescents.....	71
Différents mais pas indifférents.....	72
Estime de soi et santé.....	73
5 courts-métrages sur le respect.....	74
Apprendre à vivre ensemble.....	75
Laïcité pour tous: questions de vivre ensemble.....	76
Apprendre à gérer les relations et les conflits.....	77
Sociab'quizz.....	78
Clever club	79
L'éducation émotionnelle de la maternelle au lycée.....	80
Cartons des Zémotifs.....	81
Le perlipapotte.....	82
Belfedar.....	83
L'estime de soi de nos adolescents.....	84
L'apprentissage de l'estime de soi.....	85
Feelings.....	86
Le parcours D-stress.....	87
L'apprentissage de la gestion des conflits.....	88

Mic-Mac enterre la hache de guerre avec ta tribu.....	89
Graine de médiateur.....	90
Distinct'Go.....	91
L'apprentissage de la communication.....	92
S'exprimer, écouter et apprendre.....	93
Décode le monde.....	94
Des récits et des vies.....	95
Le crayon coopératif.....	96
Filles et garçons: questions de respect.....	97
Cartons des stratégies d'adaptation.....	98
Différents mais pas indifférents.....	99

ADULTES:

Paroles de parents.....	101
Webber photos cards émotions.....	102
Laroue des émotions.....	103
O'Rhune.....	104
Le crayon coopératif.....	105
Cartes des forces.....	106
Mes sentiments/mes besoins.....	107
Des récits et des vies.....	108
Petits cahiers d'exercice.....	109 à 110
Un zeste d'estime.....	111
La méthode des 6 chapeaux.....	112 à 114
SORC ou les cercles vicieux.....	115 à 117
La recette des fruits conflits.....	118
Comète: pour développer les CPS en éducation du patient.....	119
Etre parent aujourd'hui.....	120
Une place pour tous.....	121
Jeđ Laîné.....	122

INDEX: 123 à 128