

# UN COUP DE MAIN

## Je développe ma confiance en moi

<b>Compétence ciblée (ÉKIP, OMS)</b>	<b>Identifier leurs forces et les mettre à profit</b>	
<b>Compétences transversales (PFÉQ)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Structurer son identité;</li> <li>• Coopérer.</li> </ul>	
<b>Objectifs généraux de l'atelier</b>	<p>À LA FIN DE L'ATELIER, L'ÉLÈVE SERA EN MESURE</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• De reconnaître ses forces et ses talents;</li> <li>• De reconnaître que tout le monde a sa place dans une équipe;</li> <li>• De se baser sur ses forces pour construire sa confiance en lui.</li> </ul>	

### MISE EN SITUATION

Après plusieurs péripéties, Charlie et Léo ont réussi à bien monter leur tente et à être confortables. Cette situation leur a aussi permis de comprendre qu'il était parfois nécessaire de faire face à des difficultés ou de faire des erreurs pour apprendre et pour s'améliorer.

Maintenant qu'ils ont complété leur défi, M. Provost leur propose de mettre à profit leur apprentissage et d'aller aider leurs camarades à installer leur campement avant qu'il fasse complètement noir.

Léo est très enthousiaste, mais Charlie, de son côté, commence à s'impatienter un peu parce qu'elle a très hâte de s'installer près du feu. En plus, elle pensait que ce serait très facile de monter sa tente et elle a finalement eu du mal à y arriver.

Léo, qui la voit s'exclure un peu du groupe, s'approche pour lui demander ce qu'elle a.

- Je ne suis pas capable. C'est trop difficile. Vas-y, toi, tu es super bon avec le matériel de camping.

Surpris par la réaction de Charlie, Léo essaie de la rassurer du mieux qu'il le peut.

- C'était juste un peu difficile, Charlie! Mais souviens-toi que c'est toi qui as réussi à mettre la tente dans le bon sens et a installé les piquets. Moi, j'ai fait autre chose, mais on a réussi tout ça ensemble parce qu'on est bons tous les deux. Tu peux avoir confiance en toi!

## SAVIEZ-VOUS QUE...?

La confiance en soi joue un rôle dans toutes les sphères de la vie. Elle influence, entre autres, les relations, la participation, l'épanouissement et l'apprentissage.

Un élève qui a confiance en lui aura envie de participer à des activités nouvelles. Il appréciera relever des défis. Sur le plan social, il démontrera du plaisir à passer du temps avec les autres, mais aura également envie d'avoir des moments où il pourra se trouver seul. En groupe, il saura aussi reconnaître ses forces et ses limites et n'aura pas peur de souligner les forces de ses camarades. Enfin, il n'aura pas besoin d'attendre l'approbation des autres avant d'entreprendre quelque chose.

Le développement de la confiance en soi est complexe. Il passe généralement par des gestes et des actions de la part des adultes, envers l'enfant, plus que par de simples paroles. En classe, la confiance en soi peut être abordée au sein d'activités comme celles proposées ici.

(Hoffman, s.d.)

## CONSIGNES

*Avant d'être en présence de vos élèves (préparation) :*

1. Formez préalablement des équipes de 4 ou 5 élèves, au hasard ou selon votre convenance.
2. Pour chaque équipe, utilisez une grande feuille et découpez-la en 4 ou 5 morceaux, selon le nombre d'élèves dans l'équipe, de façon à former une sorte de casse-tête qui pourra être assemblé par la suite.

*En présence de vos élèves (réalisation) :*



3. Revenez vers la mise en situation avec les questions suivantes : *Que dirais-tu à Charlie pour la rassurer? Toi, t'arrive-t-il de penser que tu n'es pas capable de faire quelque chose ou que tu n'es pas bon? Que fais-tu quand ça t'arrive?* Expliquez ensuite aux élèves que chacun possède des forces et talents qui lui sont propres et qui l'aident à traverser certaines situations.
4. Distribuez aux élèves les bouts de papier découpés préalablement.
5. Demandez aux élèves de dessiner un talent, une force ou une situation dans laquelle ils se sentent bons. Accordez-leur suffisamment de temps pour que les élèves aient la chance de faire un dessin complet et à leur image.
6. Quand les dessins sont terminés, expliquez-leur qu'il arrive à tout le monde de vivre des difficultés dans certaines situations, mais que chacun possède des forces et des talents qui valent la peine qu'on les souligne. Rappelez aux élèves qu'ils peuvent, à tout moment, se baser sur ces éléments pour fonder leur confiance en eux.
7. Rassemblez ensuite les élèves en grand groupe et demandez-leur de retrouver les morceaux qui complètent leur casse-tête, afin de recréer les équipes. Supervisez la constitution des équipes, mais laissez-leur assez de liberté afin qu'ils expriment eux-mêmes des stratégies et des solutions pour résoudre la situation.
8. Une fois que les équipes sont complétées et que les casse-têtes sont assemblés, ramenez l'attention des élèves en groupe. Faites-leur réaliser qu'une fois que leurs forces sont rassemblées, en équipe, elles se complètent et deviennent encore plus grandes (à l'image de leur petit morceau seul qui a permis de créer un grand morceau, une fois assemblé). Rappelez-leur que dans toutes les situations et équipes, chacun a sa place, comme chaque morceau est nécessaire pour compléter le casse-tête.

## POUR ALLER PLUS LOIN

Gardez à portée de main, dans la classe, une boîte ou un pot. Quand les élèves font un bon coup en groupe, qu'ils réussissent quelque chose en équipe ou qu'ils vivent un succès tous ensemble, prenez le temps de le souligner verbalement. Ouvrez la discussion avec les élèves sur leur réussite, ce qu'ils ont fait pour en arriver à ce résultat, comment la force du groupe a pu les aider à réussir. Ensuite, prenez un papier, indiquez quelques mots à propos de ce moment et insérez-le dans la boîte de la confiance en soi.