



Cette séquence fait partie d'un « pack » de trois parcours mis à votre disposition pour traiter le thème « Moi, nous... vers un climat serein » :

- Coopération
- Résolution de conflits
- **Bien-être à l'école**

Nous invitons chaque enseignant à choisir un parcours, ou plusieurs !

Pour cette version 2020 de « Bien-être à l'école », afin de trouver des solutions pour contribuer au bien-être commun, nous proposons deux entrées différentes en début de séance (phase individuelle) :

- la première proposition (nouveau 2020), convient davantage aux élèves les plus jeunes qui sont invités à évoquer un moment de mal-être à l'école pour le changer en moment de bien-être ;
- la seconde, issue de la séance d'origine (octobre 2017), permet aux élèves d'identifier des besoins permettant de vivre des moments agréables à l'école.

Objectif général : Respecter autrui ; adopter un comportement responsable par rapport à soi et à autrui

Objectifs spécifiques :

- Identifier ses difficultés et ses besoins en termes de bien-être à l'école

- Comprendre :

1. qu'ils sont importants pour pouvoir apprendre et vivre avec les autres à l'école

2. que les autres ont des besoins que nous devons respecter et qui ressemblent beaucoup aux nôtres

Objectifs transversaux :

- Comprendre et s'exprimer à l'oral : respecter des règles organisant des échanges ; prendre la parole devant les autres ; écouter autrui et accepter le point de vue des autres ; formuler un point de vue

- Illustrer une situation ; produire des écrits courts

- Se sentir membre d'une collectivité

1. Annonce du plan (5 min)

1- Décrire ses difficultés à l'école	1- Identifier ses besoins
<p>Thème « Aujourd'hui nous allons essayer de décrire des moments difficiles ou désagréables à l'école, en vue de les comprendre pour trouver des solutions afin de les rendre plus agréables. Ainsi chacun pourra se sentir bien à l'école. »</p> <p>Objectif « Notre objectif principal est de prendre soin de soi et des autres, on appelle cela la bienveillance. »</p> <p>Critère de réussite « À la fin de cette séance il faudra que chacun ait pu évoquer une difficulté pour la soumettre au groupe en vue de chercher des solutions. »</p>	<p>Thème « Aujourd'hui nous allons essayer de trouver ce dont chacun d'entre nous a besoin pour être bien à l'école. Satisfaire ces besoins est important pour que le climat de l'école soit serein et que chacun puisse progresser. »</p> <p>Objectif « Notre objectif principal est de prendre soin de soi et des autres, on appelle cela la bienveillance. »</p> <p>Critère de réussite « À la fin de cette séance il faudra que chacun puisse penser à une ou plusieurs choses dont il a besoin pour être bien à l'école. »</p>

<p>Plan de séance</p> <p>« Vous allez repenser à un moment désagréable à l'école (en classe, dans la cour, dans les couloirs, à la cantine, ...) puis vous allez le raconter dans un court texte ou dans un dessin. »</p> <p><u>Phase individuelle</u> : « Dans un premier temps, nous allons essayer d'identifier ce qui nous empêche d'être bien à l'école. Essayez de formuler dans votre tête : à l'école je me suis senti mal quand... »</p> <p><u>Phase collective</u> : « Dans un deuxième temps, nous allons mettre en commun sur une affiche les difficultés des élèves de la classe. »</p> <p><u>Phase de publication (facultative)</u> : « Pour conclure cette séance, nous ferons une photo de cette liste, peut-être agrémentée de dessins, et nous la publierons. Au cours de la prochaine séance nous réfléchirons à ce que nous pouvons faire dans notre école pour trouver des solutions afin de dépasser ces difficultés. »</p>	<p>Plan de séance</p> <p>« Avant d'identifier vos besoins je vous invite à vous rappeler d'un moment où vous vous êtes senti mal à l'école, et d'un autre moment où vous vous êtes senti bien à l'école. »</p> <p><u>Phase individuelle</u> : « Dans un premier temps, nous allons essayer d'identifier ce qui est important pour nous pour être bien à l'école. Essayez de formuler dans votre tête : pour être bien à l'école j'ai besoin de... »</p> <p><u>Phase collective</u> : « Dans un deuxième temps, nous allons mettre en commun sur une affiche les besoins de tous les élèves de la classe. »</p> <p><u>Phase d'écriture</u> : « Pour conclure cette séance, nous ferons une photo de cette liste, peut-être agrémentée de dessins, et nous la publierons. Au cours de la prochaine séance nous réfléchirons à ce que nous pouvons faire dans notre école pour satisfaire les besoins de chacun. »</p>
--	--

2. Préparation de la phase individuelle (10 min)

<p>Consigne 1 (décrire ses difficultés à l'école)</p> <p>« Avant de passer à votre dessin/texte, je vous invite à vous remémorer un moment où vous vous êtes sentis mal à l'école. Cela peut être en classe, dans la cour ou dans la cantine, n'importe où dans l'enceinte de l'école. »</p> <p>Consigne 2 (identifier ses besoins)</p> <p>« Avant d'identifier vos besoins je vous invite à vous rappeler d'un moment où vous vous êtes senti mal à l'école, et d'un autre moment où vous vous êtes senti bien à l'école. Cela peut être en classe, dans la cour ou dans la cantine, n'importe où dans l'enceinte de l'école. »</p>	
<p style="text-align: center;">Les élèves</p> <p>1. Se remémorent et évoquent des moments de mal-être ou de bien-être à l'école.</p> <p>2. Échangent, reformulent, participent.</p>	<p style="text-align: center;">L'enseignant</p> <p>1. Lance ou relance la recherche si nécessaire : « dans la classe », « dans la cour », « quel moment précis dans la cour ? », « dans les couloirs », « à la sortie de l'école », « en tout début de journée », « en fin de journée », « avec les autres », « sans les autres ? »... le bruit, le regard des autres, les mots des autres, quels mots ?</p> <p>2. Commence à repérer les besoins qui seront ensuite évoqués collectivement.</p>
<p>Pratiques pédagogiques inclusives</p> <p>Cette phase individuelle relative aux besoins « pour être bien » peut être rapprochée du travail quotidien de la classe autour d'un « quoi de neuf » ou d'une expression des émotions.</p> <p>Certains élèves auront éventuellement besoin de passer d'abord par le rappel d'une expérience sensitive du mal-être et du bien-être. L'enseignant pourra mettre des mots sur les situations déjà vécues en classe favorisant ou gênant la sérénité et la concentration (« souvenez-vous quand tout le monde parle fort, rappelez-vous ce que vous aimez pour travailler tranquillement, qu'est-ce qui fait plaisir quand on joue dans la cour ? »). Les questions inductives peuvent faciliter l'entrée dans l'exercice.</p>	

3. Phase individuelle (15 min)

Consigne 1 (décrire ses difficultés à l'école)

« Vous allez maintenant dessiner ou raconter par écrit la difficulté, le moment pénible que vous avez vécu à l'école. Cela a pu se passer en classe, en récréation, à la cantine... Ensuite, comme si vous étiez des magiciens, vous essaieriez de transformer ce moment malheureux en moment heureux. Je vous propose des images pour vous aider. »

Consigne 2 (identifier ses besoins)

« Vous vous êtes rappelés des moments heureux et des moments difficiles à l'école. Vous allez maintenant essayer d'identifier dans votre tête ce dont vous aviez besoin à ces moments-là. Ensuite vous essaieriez d'identifier et d'exprimer vos besoins les plus importants pour être bien à l'école sur la fiche 1. Essayez de formuler dans votre tête : Pour être bien à l'école j'ai besoin de... Dessinez, écrivez vos réponses. Je vous propose des images pour vous aider. »

Les élèves	L'enseignant
Consigne 1 1. Expriment un moment de mal être dans un petit texte ou sur un dessin sur la fiche « mal-être/bien être », partie gauche. (Ex : <i>dans la cour je n'ai pas d'amis ; les couloirs, je me fais bousculer, ...</i>) 2. Proposent une situation positive, de bien être, opposée à la difficulté rencontrée, dessin ou texte court, partie droite de la fiche.	1. Engage chaque élève dans la tâche. 2. Encourage les élèves à se justifier. 3. Accompagne en donnant une planche d'images aux élèves qui peinent à transformer les moments de mal-être en moments de bien-être (consigne 1) ou démarrent pas (consigne 2). [Il peut avoir décidé de la donner directement.]
Consigne 2 1. Expriment leurs différents besoins sur l'une des deux fiches proposées, avec des mots, des phrases et/ou des dessins. 2. Utilisent la fiche images si nécessaire (manque d'idées, difficultés à passer à l'écrit).	

4. Phase collective (20 min)

Consigne

« Nous allons maintenant mettre en commun sur une affiche les besoins de tous les élèves de la classe. Qu'est-ce qu'on peut en dire ? Au cours de la prochaine séance nous réfléchirons à ce que nous pouvons faire dans notre école pour satisfaire les besoins de chacun. »

NB. Pour la consigne 1, les moments de bien-être identifiés dans la colonne de droite correspondent aux besoins des élèves pour être épanouis en classe et dans l'école (ex : avoir des amis).

Les élèves	L'enseignant
1. Exposent leur besoin (un par élève qui a la parole). 2. Se reconnaissent dans un besoin exposé par un camarade. Complètent ce qui est dit.	1. Propose de hiérarchiser ou non les besoins des élèves. 2. Écrit sous la dictée, un besoin, puis un autre (dans un ordre de priorité ou non). 3. Repère les élèves qui pourront travailler ensemble dans la séance suivante.

5. Phase d'écriture (10 min)

Consigne

« Vous allez compléter cette liste de besoins avec des illustrations que nous ajouterons sur l'affiche. Nous allons publier notre travail. »

Les élèves	L'enseignant
Ajoutent un ou des dessins illustrant la liste.	Prend une photo pour la publier sur Twitter ou ÉduTwit si tous les élèves sont d'accord.
Informations pratiques - Faire publier dans le groupe « Super Bienveillant » sur ÉduTwit - Penser à faire apparaître sur chaque tweet la balise : #SuperBienveillant (centralisation des tweets). Photo de l'affiche #SuperBienveillant Cc @EMCpartageons	

Pour aller plus loin

Ressources utiles :

- ✓ La **bienveillance** consiste, résume Catherine Gueguen, pédiatre formée à la communication non violente, « à porter sur autrui un regard aimant, compréhensif, sans jugement, en souhaitant qu'il se sente bien, et en y veillant ». — (Christine LEGRAND Pour une éducation bienveillante – Journal La Croix, page 13-14, 16 septembre 2015)

Liste de besoins fondamentaux :

- ✓ de se sentir en sécurité dans son corps : pas de danger, pas de peur
- ✓ d'être serein dans sa tête
- ✓ de calme pour apprendre
- ✓ d'avoir des amis pour partager
- ✓ d'être écouté
- ✓ d'avoir du temps
- ✓ d'avoir de l'aide
- ✓ de se détendre, de faire une pause
- ✓ de participer
- ✓ de reconnaissance, d'être félicité pour ses efforts
- ✓ de réconfort et de soutien
- ✓ de respect de ses opinions et de ses différences
- ✓ de se dépenser, de bouger, de changer de position
- ✓ de respect de son rythme de travail
- ✓ besoins naturels : dormir, manger, boire...



Objectif général : Respecter autrui ; adopter un comportement responsable par rapport à soi et à autrui

Objectif spécifique : Expliquer une situation qui répond à un besoin et favorise le bien-être à l'école

Objectifs transversaux :

- Comprendre et s'exprimer à l'oral : respecter des règles organisant des échanges ; prendre la parole devant les autres ; écouter autrui et accepter le point de vue des autres ; formuler un point de vue
- Illustrer une idée ; produire des écrits courts pour être compris
- Coopérer, accepter le partage des tâches
- Se sentir membre d'une collectivité

1. Annonce du plan (5 min)

Thème

« Lors de la dernière séance nous avons identifié nos besoins en termes de bien-être à l'école. Aujourd'hui nous allons essayer de trouver ce que nous pouvons mettre en place dans notre école pour répondre à ces besoins et créer un climat serein en classe, dans la cour ou dans la cantine. »

Objectif

« Notre objectif est proposer des gestes, des mots, des aménagements, des situations, des lieux pour que chacun des élèves puisse se sentir bien à l'école ».

Critère de réussite

« À la fin de cette séance, il faudrait que nous puissions ensemble partager ce que nous avons décidé pour améliorer la vie de notre école dans un esprit « Super Bienveillant ». Si nous avons décidé d'un aménagement (un coin particulier, un temps particulier de jeu ou autre), il faudrait que nous puissions le créer et qu'il vive.

Plan de séance

Phase de réflexion : « Dans un premier temps, vous allez imaginer des actes, des gestes, des aménagements, des lieux pour améliorer le bien-être de chacun à l'école ; essayer de trouver ce que nous pouvons mettre en place dans notre école pour créer un climat serein en classe, dans la cour ou dans la cantine. Vous devez écrire vos propositions. »

Phase collective : « Dans un deuxième temps, nous allons mettre en commun les différentes propositions de chaque groupe et les lister. Nous choisirons celles qui sont réalisables tout de suite et nous verrons celles pour lesquelles nous devons voir avec le reste de l'école. »

Phase de publication : « Pour conclure cette séance, nous publierons nos décisions sur Twitter/Édutwit, sous la forme de phrases ou d'une affiche prise en photo. Nos décisions seront des engagements qu'il faudra ensuite appliquer cette année pour bien vivre ensemble et se sentir bien à l'école. »

2. Phase de réflexion (15 min)

Consigne

« Vous allez essayer de trouver ce que nous pouvons mettre en place dans notre école pour créer un climat serein en classe, dans la cour ou dans la cantine : des gestes, un aménagement, un petit coin où

l'on pourra faire ceci ou cela... Vous essayerez de penser à tout ce que vous pourrez faire pour créer un esprit bienveillant. Vous devez écrire vos propositions dans les cadres correspondants de la fiche. »

L'enseignant peut proposer de travailler en binôme ou en groupe plus important. Il peut suggérer, si les élèves ont déjà cette habitude, de désigner un ou deux secrétaires, un rapporteur, un gardien du temps et de la bonne ambiance !

Il a envisagé la situation de travail et les groupes auparavant, notamment en fonction des besoins énoncés lors de la séance précédente.

Les élèves	L'enseignant
<ol style="list-style-type: none"> 1. Travaillent en binôme ou à trois ou quatre. 2. Se mettent d'accord sur une proposition (ou plusieurs) en rapport avec les besoins qui avaient émergés. 3. Rédigent ou dessinent et légendent leur(s) proposition(s) [fiche et/ou papier libre]. 4. Imaginent et conçoivent les éléments (pancartes, textes explicatifs, schéma de situation...) qui accompagneront le dispositif inventé (un coin, des poufs, des chaises, un banc pour s'isoler, se détendre, se rencontrer..., un temps pour chanter, se détendre...) ou la situation envisagée (ex : une aide à apporter). 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Affiche les besoins émergés la semaine précédente. 2. Circule dans les rangs. 3. Rappelle les besoins. 4. S'assure que chaque groupe à une proposition et une proposition réalisable. 5. Suggère aux élèves de concevoir affiche, pancarte utiles, aménagements pour faire connaître ou signaler les actes ou dispositif proposé.

3. Phase collective (20 min)

Consigne

« Nous allons mettre en commun les différentes propositions de chaque groupe et les lister. Ensuite nous choisirons celles qui sont réalisables tout de suite et nous verrons celles pour lesquelles nous avons besoin de temps pour les réaliser ou pour en parler avec les autres classes de l'école. »

Les élèves	L'enseignant
<ol style="list-style-type: none"> 1. Le rapporteur de chaque groupe énonce sa proposition. 2. Les élèves enrichissent la proposition ou la simplifient et proposent des éléments qui accompagnent l'idée. 3. La classe retient certaines propositions. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Donne la parole, régule les échanges. 2. Note les propositions. 3. Note ce qui doit être différé et réalisé ultérieurement ou ce qui devra être soumis à l'accord de toute l'école.

4. Phase de publication (10 min)

Consigne

« Nous allons publier une ou plusieurs phrases pour annoncer ce que nous souhaitons mettre en place pour le bien-être de tous et pour améliorer le climat dans l'école. Nous pouvons aussi faire une photo (de la liste de nos idées ou d'autres choses). »

Les élèves	L'enseignant
<ol style="list-style-type: none"> 1. Choisisent entre l'envoi de phrases ou d'une photo de la liste des décisions prises. 2. Participent à l'élaboration commune. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Note sous la dictée les idées des élèves pour les publier, ou fait publier des élèves. 2. Fait une photo ou la fait faire.

Informations pratiques

- Faire publier dans le groupe « Super Bienveillant » sur EduTwit
- Penser à faire apparaître sur chaque tweet la balise : [#SuperBienveillant](#) (centralisation des tweets).

Réponse de l'élève. Prénom de l'élève [#SuperBienveillant](#) Cc [@EMCpartageons](#)

5. Phase de visualisation (10 min)

La semaine suivante, un rappel de la séance peut être effectué. L'enseignant pourra alors montrer des tweets d'autres classes via la balise [#SuperBienveillant](#) (Twitter) ou l'espace « Super Bienveillant » (ÉduTwit). Ces derniers pourront ainsi relever des réponses différentes à des besoins semblables, venant enrichir la réflexion collective et peut-être provoquer quelques transformations dans les dispositifs, situations ou aides choisies au départ.

Pour aller plus loin

Prolongements :

- ✓ Parcours « Coopération » [#SuperBienveillant](#)
 - ✓ Parcours « Résolution de conflit » [#SuperBienveillant](#)
- À retrouver [sur emcpartageons.org](http://emcpartageons.org)