



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 !

**Objectif général :** Prendre soin de soi et des autres.

**Objectifs spécifiques :**

**Identifier 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 aussi des besoins que nous devons respecter et qui ressemblent beaucoup aux nôtres**

**Objectifs transversaux :**

- Comprendre et s'exprimer à l'oral (écouter pour comprendre... dire pour être compris).
- Se sentir membre d'une collectivité.

## 1. Annonce du plan (5 min)

### Thème

« Aujourd'hui nous allons essayer de trouver ce dont chacun d'entre nous a besoin pour être bien à l'école. Ensuite nous le mettrons en commun pour voir quels sont les besoins de chacun et s'il y en a que l'on partage avec d'autres élèves de la classe. Satisfaire ces besoins est important pour que le climat de l'école soit serein et que chacun puisse progresser. »

### Objectif

« Notre objectif principal est de prendre soin de soi et des autres, on appelle cela la bienveillance.

### Critère de réussite

« À la fin de cette séance il faudra que chacun puisse ait pensé à une ou plusieurs choses dont il a besoin pour être bien à l'école ».

### Plan de séance

« 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. »

Phase individuelle : « 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... »

Phase collective : « Dans un deuxième temps, nous allons mettre en commun sur une affiche les besoins de tous les élèves de la classe. »

Phase d'écriture : « 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. »

## 2. Préparation de la phase individuelle (15 min)

<b>Consigne</b> <i>« 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. »</i>	
<b>Les élèves</b> 1. Évoquent des moments de mal-être ou de bien-être à l'école. 2. Échangent, reformulent... participent.	<b>L'enseignant</b> 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 ? 2. Commence à repérer déjà les besoins qui seront évoqués.
<b>ASH</b> 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. 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.	

## 3. Phase individuelle (15 min)

<b>Consigne</b> <i>« 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. »</i>	
<b>Les élèves</b> 1. Cherchent à exprimer leurs différents besoins sur l'une des deux "fiche1", avec des mots des phrases des dessins. 2. Se procurent la fiche images si nécessaire (manque d'idées, difficultés à passer à l'écrit).	<b>L'enseignant</b> 1. Circule dans les rangs, échange avec ceux qui ont des difficultés à démarrer. 2. Donne une fiche annexe – images ou images et texte – à ceux qui ne démarrent pas. [Il peut avoir décidé de la donner directement.]

## 4. Phase collective (20 min)

<b>Consigne</b> <i>« Pour conclure cette séance nous allons 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. »</i>	
<b>Les élèves</b> 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.	<b>L'enseignant</b> 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).

	<p>3. Repère les élèves qui pourront travailler ensemble dans la séance suivante.</p> <p>4. Propose d'apposer un dessin si un élève veut en donner un.</p>
--	--

### 5. Phase d'écriture (10 min)

<b>Consignes</b>	
« Vous pouvez compléter cette liste de besoins avec des illustrations. Nous allons publier notre travail. »	
<b>Les élèves</b>	<b>L'enseignant</b>
Ajoutent un ou des dessins illustrant la liste.	Prend une photo pour la publier sur Twitter ou EduTwit si tous les élèves sont d'accord.
<b>Informations pratiques</b>	
<p>- Faire publier dans le groupe « Super bienveillant » sur EduTwit.</p> <p>- Penser à faire apparaître sur chaque tweet la balise : <a href="#">#SuperBienveillant</a>.</p> <p>- La mention @EMCpartageons n'est pas obligatoire en cas de manque de place, mais il est possible de répondre avec la fonction réponse à <a href="#">@EMCpartageons</a> (ce qui permet de gagner quelques caractères).</p>	
<a href="#">@EMCpartageons</a> Réponse de l'élève. Prénom de l'élève <a href="#">#SuperBienveillant</a>	

### 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...