

UNITE DIDACTIQUE 1.

LA CONSTRUCTION DU MOI, « L'AUTOCONCEPT » (L'ESTIME DE SOI). LA CONSCIENCE DE SOI

Présentation

Nous partons de la définition de « l'autoconcept » comme étant la construction sociale de l'individu dans laquelle celui-ci est le protagoniste actif et passif. Notre entourage, l'environnement social, familial, les médias..., contribuent à la formation et au développement de « l'autoconcept », c'est pour cette raison que nous le travaillerons en cours, dans les centres éducatifs et dans les familles.

Une bonne estime de soi amène la personne à avoir confiance en elle-même et envers les autres, à se sentir sûre. Et une personne sûre d'elle-même est une personne ouverte au changement, capable de prendre des décisions et des risques, sans craindre la critique des autres.

Objectifs

- Connaître le sens du terme « autoconcept » et sa relation avec l'estime de soi.
- Être capable de valoriser les différences individuelles.
- S'accepter et se respecter à travers la connaissance et la réflexion pour acquérir la capacité d'analyse de ses propres sentiments dans les interactions sociales.

Outils

- Document A: Questionnaire « est-ce que je sais qui je suis? »
- Autant d'hexagones en carton de couleur découpés en triangles égaux qu'il y a d'élèves dans la salle.
- Document B: Carton "Comment suis-je?"

Sources

- Elaboration personnelle.
- L'activité "C'est ainsi que nous nous voyons, c'est ainsi qu'on nous perçoit" est adaptée de *Guías Praxis para el profesorado de la ESO. "ÉTICA Y EDUCACIÓN EN VALORES"* (2000), AA.VV. Praxis Educación. Barcelona.

Durée

En fonction du profil et de la motivation du groupe classe, le professeur déterminera le temps nécessaire à chacune des phases de développement envisagées. Toutefois nous pensons que la moyenne serait de trois séances et évaluations.

Activités

1. Phase individuelle

1. Est-ce que je sais qui je suis?

L'objectif de cette activité est que l'élève se connaisse mieux et s'accepte, c'est pour cette raison que nous croyons que la réflexion sur soi-même est indispensable et le meilleur point de départ. L'activité a pour but la connaissance de soi et de travailler sur certaines valeurs comme le sens critique et le respect de soi afin de prendre conscience de ses propres opinions et sensations.

L'élève doit répondre aux questions de l'entretien individuellement et personnellement; à aucun moment il sera obligé de lire ses réponses. Par contre il devra les mettre par écrit afin de pouvoir les utiliser ultérieurement pour s'en nourrir rétroactivement.

Pour réaliser cette activité il est indispensable qu'il règne une atmosphère de confiance mutuelle et de détente en privilégiant le caractère privé de l'entretien pour que les réponses puissent être prises au sérieux.

Matériel: Document A

2. Ma description

Dans cette activité chaque participant de la classe devra tenter de faire une description, la plus libre possible, de manière à ce qu'il laisse transparaître qui il est mais surtout ce qui le distingue des autres. Pour réaliser cette activité il serait intéressant qu'il n'y ait pas d'échanges verbaux entre eux pour éviter l'échange d'information et que de la sorte, l'élève puisse apporter ses propres opinions et différences de la façon la plus créative possible ; le facteur surprise peut être important. L'exposé oral devra toujours se faire sur la base du volontariat.

Le coordinateur pourra proposer des idées en fonction de la créativité du groupe. En guise d'exemple nous vous proposons :

- La création d'un site internet.
- Une description littéraire.
- Une description plastique ou picturale.
- Un collage.....

2. phase collective

3. Hexagones

Il s'agit d'un jeu dont l'objectif est de renforcer la connaissance positive de soi et des autres. Pour le bon développement de l'activité il faudra créer un climat de confiance qui sera d'ailleurs renforcé par l'activité en elle même. Elle peut se réaliser au cours d'une séance:

- On divise la classe en groupes de six participants. On distribue à chaque groupe six cartons en forme d'hexagone portant sur l'envers un numéro de un à six. Chaque membre du groupe écrira sur l'un des côtés de l'hexagone un même numéro.

- A continuation chaque participant se place au milieu du groupe pendant que les autres écrivent à un endroit seulement les choses positives et réelles qu'ils voient chez leur camarade. Avant d'écrire il faudra prendre le temps de la réflexion.
- Ils passent tous au milieu et ainsi de suite.
- Lorsque tout le groupe est passé au centre, chaque participant lit les qualités écrites et donne le morceau au camarade correspondant. Il est possible de répéter les qualités des autres puisque cela renforce l'image personnelle.
- Pour finir on entamera un dialogue sur l'exercice, avec des questions formulées par l'enseignant telles que: as-tu découvert de nouvelles qualités chez tes camarades? Et chez toi? As-tu éprouvé des difficultés à les trouver? Pouvais-tu imaginer le résultat?

Il est important que chaque élève remplisse un carton avec la légende suivante: LE GROUPE DIT QUE JE SUIS...

Il est préférable de réaliser cet exercice lorsque les élèves se connaissent depuis quelques années ou au moins quelques mois.

3. Phase de grand groupe

4 « C'est ainsi que nous nous voyons, c'est ainsi qu'on nous perçoit ».
DOCUMENT B

L'objectif de cette activité est non seulement que les élèves expriment comment ils se sentent après le procédé « d'autoconnaissance" (connaissance de soi) que nous avons mis en place au long de l'unité mais aussi, que cette expérience puisse être partagée par le reste du groupe.

Il est intéressant d'observer que, si certains changements se sont produits par rapport aux premières réflexions de certains élèves, ceux-ci puissent avoir la possibilité de les exprimer s'ils le souhaitent bien évidemment.

Les élèves doivent remplir la fiche du document B avec des réponses concises sur leur façon de penser, d'agir et de ressentir.

On réunira toutes les fiches (sauf celles des élèves qui n'ont pas souhaité participer) et ensuite le professeur en choisira une au hasard qu'il lira à haute voix et le groupe devra deviner de qui il s'agit.

Evaluation

Etant donné les caractéristiques si personnelles du bloc de contenu nous considérons que la meilleure façon d'évaluer serait 'l'autoévaluation". Pour cela l'élève doit avoir un journal de bord dans lequel il puisse annoter ses réussites, recherches et réflexions personnelles. Le professeur peut évaluer ces succès grâce à l'observation et les entretiens personnels et individuels tout en respectant à chaque instant l'anonymat des données.

Cependant il est possible de prendre en compte des critères plus objectifs pour permettre une appréciation autant de l'élève, de manière individuelle et collective, que du développement de l'activité. Ces critères pourraient être:

- la participation au sein des activités en groupe,
- le degré de coopération,
- la capacité à dialoguer, le niveau d'engagement,
- le sérieux dans l'exécution des thèmes,

- l'empathie,
- le sens critique,
- la tolérance...

Nous devons toujours tenir compte que ces valeurs ne sont pas quantitatives mais qualitatives, c'est pour cela que l'évaluation doit plutôt se présenter comme un compte rendu qu'une note chiffrée.

DOCUMENT A

“Est-ce que je sais qui je suis?”

Pour s'accepter soi-même et accepter les autres, pour se sociabiliser, pour se dépasser, nous avons besoin de nous connaître nous même, c'est pour cette raison que nous te proposons cette activité.

Réfléchis et réponds aux questions suivantes, mais sois sincère au moment d'y répondre, l'anonymat dépend de toi, personne ne te demandera de montrer tes résultats si tu ne le souhaites pas, ces réponses seront importantes pour toi et pour personne d'autre. Il est important que tu les gardes et les revois tout au long des activités de ces premières unités car elles feront partie de ton autoévaluation et elles t'aideront à t'en nourrir rétroactivement.

- Quelles sont les choses qui te rendent heureux?
- Quelles sont les choses qui te préoccupent?
- Que crois-tu savoir bien faire?
- Quelles sont les choses qui ne se réalisent jamais comme tu le voudrais?
- Penses-tu avoir beaucoup d'amis?
- Qu'est-ce c'est pour toi l'amitié?
- Qu'aimerais-tu changer chez toi?

- Que tu préfères chez toi?

- Et physiquement?

- Qu'est-ce que tu aimes le moins chez toi?

- Qu'est-ce qui te gêne le plus chez toi?

- Quelles sont tes passions?

- Pratiques-tu un sport quelconque?

- Qu'est-ce que tu désires le plus en ce moment?

- Te considères-tu comme quelqu'un de réfléchi?

- Donne trois mots qui te décrivent de façon positive.

- Accordes-tu de l'importance à ce que les autres pensent de toi?

- A ton avis, que pensent les autres de toi ?

- Montres-tu tes émotions?

DOCUMENT B

C'est ainsi que nous nous voyons, c'est ainsi qu'on nous perçoit

Ecris 10 réponses à la question Comment suis-je?
1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.

