

Outils d'intervention  
Compétences  
psychosociales  
Centre de documentation  
Ireps Haute-Normandie  
Rouen



2016

Ireps Haute-Normandie

115 boulevard de l'Europe

76100 Rouen

02.32.18.07.60

[Doc76@ireps-hn.org](mailto:Doc76@ireps-hn.org)



**Les outils sont tous disponibles en prêt pour une durée de 15 jours (une caution vous sera demandée).**

**Ce catalogue s'enrichit régulièrement, n'hésitez donc pas à nous contacter.**

**Vous pouvez consulter la base des outils à l'adresse suivante :**

**<http://www.bib-bop.org/>**



# Sommaire

CD / DVD	..... p 1
Expositions	..... p 2
Jeux	..... p 3
Mallette pédagogiques	..... p 9
Matériels de démonstration	..... p 20
Ouvrages	..... p 21
Photo-expressions	..... p 33



**Des plumes et des voix... pour réchauffer les maux**

*DEPIERREUX Christel, DUTHOIT Guillaume, La médiathèque, 2009*

1 ouvrage, 244 p. ; CD 1, 18 chansons ; CD 2, 5 contes

L'objectif de cet ouvrage qui comprend deux CD rassemblant 23 projets artistiques (CD 1 : 18 chansons et CD 2 : 5 contes) est d'intégrer la chanson/le conte dans le cadre d'un projet global d'éducation pour la santé. Les thèmes traités sont liés à la santé (l'être humain dans ses différents aspects, qu'ils soient physiques, psychologiques, sociaux ou environnementaux). Une brochure de la Collection Éducation pour la Santé (Service éducatif) est disponible gratuitement dans les médiathèques ou téléchargeable (format PDF - 2018Ko).

[http://www.lamediatheque.be/ext/thematiques/s/pdf/broch\\_des\\_plumes.pdf](http://www.lamediatheque.be/ext/thematiques/s/pdf/broch_des_plumes.pdf)



**Approches liées à l'estime de soi en éducation pour la santé**

*Comité départemental d'éducation pour la santé (CoDES) de la Mayenne, Comité départemental*

*d'éducation pour la santé (CoDES) de la Sarthe, Avfactory, CoDES de la Sarthe, CoDES de la Mayenne, 2009*

Cet outil définit l'estime de soi et présente les démarches et méthodes utilisées en éducation pour la santé liées à cette notion. Il est organisé en plusieurs parties : présentation des comités de la Mayenne et de la Sarthe et de leurs activités, comprendre l'estime de soi, avec un entretien avec Philippe Lecorps, former les professionnels, illustré par un reportage sur des formations réalisées dans les comités, intervenir auprès du public, avec l'exemple de l'atelier "Prendre soin de soi", proposé pour des personnes en situation de précarité et un quizz résumant ce qui attend les participants aux formations proposées.

**En santé à l'école. Agir pour renforcer les compétences personnelles et relationnelles des enfants**

*Comité régional et départemental d'éducation et de promotion de la santé Nantes - Pays de la Loire (CREDEPS), CREDEPS Nantes-Pays de la Loire, 2007*  
DVD 30mn

Ce DVD présente un programme de renforcement des compétences psychosociales mené auprès d'enfants de 7 à 12 ans en milieu scolaire dans les

Pays de la Loire depuis 2001. Il propose un film permettant d'entrer dans les classes, d'écouter les témoignages des professionnels de l'éducation et de découvrir les démarches pédagogiques utilisées, présentées par les professionnels du Comité Régional et Départemental d'Education et de Promotion de la santé Nantes, Pays de la Loire. Il propose aussi des outils pour construire et mettre en place une séance.

**Grandir**

*PERRIAULT Monique, TREILLE Fabienne, Scérén-CNDP, MGEN, 2006*

DVD 3 heures, 1 livret de 13 fiches d'activités  
Ce DVD contient trois heures de programme interactif pour apprendre à l'enfant à trouver sa place au sein de la famille, de l'école et de la société. Il est organisé autour d'albums adaptés à l'écran, de séquences d'information, de témoignages d'adultes et de jeux. Des fiches d'activités en classe, réalisées à partir de certains des albums, viennent le compléter. Elles se présentent comme une aide à l'action d'éducation pour la santé. Ces fiches favorisent la discussion entre les élèves et l'enseignant, en proposant des activités permettant de développer des compétences personnelles et relationnelles, de renforcer l'image de soi, la responsabilité et l'autonomie.

**Joie, peur, tristesse, colère... que d'émotions !**

*COURANT Frédéric, C'est pas sorcier, 2007*  
DVD 26 mn

Ce DVD de la collection "C'est pas sorcier" traite des émotions (joie, tristesse, colère, surprise et dégoût). Comment naissent-elles ? Quel est le rôle du cerveau dans l'apparition et la gestion des émotions ? Quel est le mécanisme lié aux phobies ?

**Sur le chemin de l'école de la non violence**

*GONNET Gabriel, La Cathode, 2013*  
DVD 52 mn

Ce documentaire propose de découvrir la classe de CE1 de Karine Gengembre dans une école du quartier de Ménilmontant à Paris. Cette enseignante a mis en place une pédagogie inspirée de l'approche de la Communication Non Violente, qu'elle appelle aussi «communication bienveillante». Il s'agit d'apprendre à exprimer ses émotions, à clarifier les besoins qui y sont liés, à formuler des demandes et à s'écouter mutuellement. Peu à peu, une relation plus vraie et plus vivante se construit et permet de trouver un bien-être dans le groupe et dans la classe. Le reportage montre un autre fonctionnement de la classe et de l'école avec entre autres : le temps de

parole, le conseil des enfants, la médiation entre élèves.

## Exposition

---

### **Affiche de la non-violence. Un outil psychoéducatif pour valoriser des attitudes pacifiques**

*BERGHELLA Nadia, Midi trente, 2011*

1 affiche 93x30 cm, ill. en coul., cartonnée  
L'objectif de cette affiche psychoéducatrice est de prévenir chez les enfants de 4 à 12 ans la manifestation de comportements violents et surtout de valoriser des attitudes non-violentes. Elle les invite, de façon attrayante et colorée, à reconnaître 8 attitudes à proscrire : briser, voler, intimider, humilier, frapper, abuser, discriminer, crier qui sont chacune liée à un type de violence indiqué (physique, économique, psychologique, verbale, sexuelle). Pour chacune de ces attitudes, des actions positives sont proposées afin de créer des relations plus harmonieuses et constructives.

### **Affiche des bons amis. Être un bon ami... c'est un jeu d'enfant !**

*BERGHELLA Nadia, Midi trente, 2011*

1 affiche de 93x30 cm en couleur et cartonnée  
Cette affiche psychoéducatrice pour les enfants de 4 à 12 ans, présente de façon attrayante et colorée, 24 comportements pour les aider à créer et à maintenir des relations harmonieuses avec les autres.

### **Affiche des émotions. Un outil amusant pour comprendre et mieux vivre ses émotions !**

*BERGHELLA Nadia, Midi trente, 2010*

1 affiche 93x30 cm, couleurs, cartonnée  
L'objectif de cette affiche psychoéducatrice est de permettre aux enfants de 4 à 12 ans de développer une meilleure connaissance des émotions. Elle présente de façon attrayante et colorée 27 émotions que peuvent vivre quotidiennement les enfants, qu'elles soient simples ou complexes, positives ou négatives et propose un vocabulaire précis pour aider les enfants à exprimer ce qu'ils vivent. Cette affiche peut être complétée avec le jeu "Jouons avec les émotions".

### **Affiche des solutions aux conflits. Un outil pour développer des relations harmonieuses**

*LAFOND Méliandre, Midi trente, 2010*

1 affiche 93x30 cm, couleurs, cartonnée  
L'objectif de cette affiche psychoéducatrice est d'encourager les enfants de 4 à 12 ans à trouver des solutions créatives aux conflits qui parsèment

leur quotidien. Elle présente, de façon attrayante et colorée, 21 comportements permettant de résoudre harmonieusement les conflits interpersonnels chez les enfants, de développer des relations plus harmonieuses et de sortir grandis de situations potentiellement conflictuelles.

### **Affiche du respect. Un outil psychoéducatif pour favoriser de bons comportements**

*BERGHELLA Nadia, Midi trente, 2011*

1 affiche 93x30 cm, couleurs, cartonnée  
L'objectif de cette affiche psychoéducatrice est de permettre aux enfants de 4 à 12 ans de découvrir et de développer des comportements empreints de respect, tant envers eux-mêmes qu'envers les autres. Elle met en avant, de façon attrayante et colorée, différentes attitudes respectueuses : la tolérance, la propreté, l'honnêteté, le civisme, la politesse. Pour chacune de ces attitudes, une description et des exemples de situations quotidiennes sont proposés, permettant ainsi à l'enfant de mieux comprendre et de mettre en pratique les gestes respectueux.

### **Affiche du retour au calme**

*FRANFOU, Midi trente, 2011*

Affiche de 93x30 cm en couleur et cartonnée  
L'objectif de cette affiche psychoéducatrice est de prévenir chez les enfants de 4 à 12 ans les moments d'emportement et de perte de son calme. Elle les invite, de façon attrayante et colorée, à découvrir 21 stratégies éprouvées pour s'apaiser et retrouver son calme dans des situations qui génèrent du stress, de l'agitation, de la colère.

### **Affiche Pop ton potentiel. Estime de soi et fierté personnelle**

*PELLETIER Dominique, Midi trente, 2012*

1 affiche cartonnée coul., 12 cm x 36 cm  
Cette affiche s'adresse aux enfants à partir de 8 ans. Elle vise à favoriser l'estime d'eux-mêmes et leur sentiment de fierté personnelle. Elle propose 27 stratégies pour les aider à adopter des comportements valorisants et faciles à mettre en place dans leur vie quotidienne.

### **La non-violence s'affiche : huit affiches pédagogiques pour la classe... et autres lieux**

*SEMELIN Jacques, MULLER Jean-Michel, FILIOZAT Isabelle (et al.), Non-violence actualité, 2003*

8 affiches, 1 guide d'accompagnement  
Cette exposition présente la manière de mettre en pratique, dans la vie quotidienne, des attitudes permettant d'agir ou de réagir face à la violence : refuser d'être victime, oser dire non, susciter le



respect, faire appel à un tiers, devenir médiateur, élaborer des règles en commun, construire un projet. Le guide d'accompagnement rassemble les textes d'accompagnement écrits par les auteurs et reproduit les affiches en noir et blanc afin de pouvoir les photocopier pour des animations de groupe. Cet outil a pour objectif de servir de support d'activités sur la prévention de la violence et l'éducation à la gestion des conflits en maternelle et primaire. Les thèmes abordés : sept attitudes face à la violence ; face à la violence, le respect ; comment te sens-tu ? ; coopérer, ça enrichit la vie ! ; pour apprendre à vivre ensemble ; que faire face au conflit ? ; j'apprends à être médiateur ; c'est pas juste !

## Jeu

---

### @h... Social ! Prévention et usages des réseaux sociaux

*Bureau information jeunesse (BIJ) de l'Orne, Abeilles éditions, 2013*

1 plateau de jeu, 1 dé, 6 pions, 6 cartes "Profil Personnage", 55 cartes "Prudence", 46 cartes "Publication", 29 cartes "Question-réponse", 1 règle du jeu

Ce jeu sensibilise les adolescents mais aussi les parents, à l'utilisation des réseaux sociaux (Facebook, la messagerie instantanée...). Il permet aux joueurs de reproduire les conditions d'un réseau social mais sans écrans interposés. Tout au long du jeu, les thèmes du droit à l'image (intimité...), du rapport à l'autre, des dangers (e-réputation...), des comportements mais également de la dépendance (cyber-dépendance, alcool) sont abordés. De plus, ce jeu intègre des cartes de jeu utilisant la technologie "QR Code", permettant ainsi des mises à jour régulières via une connexion sur le blog du jeu.

### 100 activités apaisantes pour les enfants de 3 à 10 ans

*DIEDERICHS Gilles, Mango, 2013*

100 fiches de 15 x 7 cm reliées par un rivet  
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.

### 7 à toi

*Association nationale de prévention en alcoologie et addictologie (ANPAA) Ille et Villaine, ANPAA du Morbihan, 2005*

1 valisette, 1 guide pédagogique, 10 pions, 4 plateaux, 100 cartes situations, 20 cartes défis, 2 affiches en tissu.

Ce jeu de plateau permet d'engager un projet de prévention des conduites à risque auprès d'enfants de 9 à 11 ans. Il leur propose de prendre conscience de leurs ressources et compétences individuelles afin d'opérer des choix favorables à leur santé présente et future. A partir de différentes cartes qui se trouvent dans la pioche, les enfants s'expriment sur ce qu'ils aiment et pourquoi, sur des situations vécues par des personnages et sur différents moyens de répondre à ces situations. Le jeu permet également différentes animations : expression écrite, bande-dessinée, création de nouvelles cartes de jeu, réalisation d'illustrations ou encore montage d'une pièce de théâtre...

3



### 8ème dimension. 1ère extension

*MARCELLI Daniel, CATHELINE Nicole, DESCLOS Pascal, Valorémis, s.d., 220 cartes*

Cette extension propose 220 nouvelles questions sous forme de cartes qui complètent le jeu 8ème Dimension : outil à l'usage des professionnels (soignants, pédagogues ou animateurs) travaillant auprès de jeunes adolescents, en particulier des collégiens qui présentent des troubles repérés par l'institution scolaire : troubles du comportement, échec scolaire et menace de décrochage, signes de souffrance psychique. Ce jeu cherche à favoriser les représentations des adolescents et à susciter leur réflexion et leur jugement en les situant dans un système d'échanges et de reconnaissance des pensées de chacun.

### 8ème dimension. Y'a du jeu dans les pensées

*MARCELLI Daniel, CATHELINE Nicole, Valorémis, 2006*

Plateau de jeu, 6 quilles joueur, sablier, dé, 149 cartes questions, 16 cartes de vote, 70 jetons, livret formateur-médiateur, règle du jeu  
Ce jeu de table est un outil à l'usage des professionnels de l'adolescence : soignants, pédagogues ou animateurs. Il a été co-conçu par une équipe de soignants travaillant depuis de nombreuses années auprès de jeunes adolescents, en particulier des collégiens qui présentent des troubles repérés par l'institution scolaire : troubles du comportement, échec scolaire et menace de décrochage, signes de souffrance psychique. Ce jeu

cherche à favoriser les représentations des adolescents et à susciter leur réflexion et leur jugement en les situant dans un système d'échanges et de reconnaissance des pensées de chacun. C'est un support ludique de médiation qui permet de faciliter la verbalisation et la communication.

#### **Addi Ado**

*MONNEY Virginie, Académie de Clermont-Ferrand-direction des services départementaux de l'éducation nationale, 2014*

1 carte d'information générale, 69 cartes couleur, 1 guide pratique de 81 p.

Cet outil pédagogique, sous une forme d'un jeu de cartes éducatif, permet, par une entrée positive et sous l'approche des compétences psycho-sociales, d'engager le dialogue autour des questions des pratiques de consommation et de prévention des conduites addictives ; de répondre à des questionnements, et de transmettre des informations diverses sur le sujet. Cet outil est accompagné d'un guide pratique, qui donne des repères sur : les règles d'animation de groupe et d'utilisation du jeu, la question de l'adolescence et des pratiques de consommation, des repères en matière d'addiction et de conduites addictives, des ressources documentaires, bibliographiques et sitographiques, le renvoi à des enquêtes officielles, une fiche relative au recensement des professionnels et des structures d'accompagnement, de prise en charge et de soins, des repères sur la politique de l'Etat en matière de prévention des addictions ; des statistiques, plus spécifiquement pour la région Auvergne. Il synthétise également, par carte, ce qui peut être abordé avec les jeunes au cours de l'animation.

#### **Au secours !! Kit de discussions pour désamorcer toutes ses peurs**

*Minus éditions, s.d.*

2 jeux de 25 cartes

Un jeu de cartes à sortir en famille pour parler de « ce qui fait peur » et se rendre compte qu'on a finalement tous peur de quelque chose.

Indirectement, grâce à certaines questions « ouvertes », il peut aider les parents à aborder de manière ludique avec leur enfant, leurs craintes et les moyens de les affronter.

#### **Battle des émotions**

*CRIPS Ile-de-France, 2012*

6 cartes « émotions primaires », 10 cartes « émotions complémentaires », 1 fiche descriptive

Ce jeu d'expression propose aux participants de mimer des émotions primaires ou secondaires. Son objectif est de mieux identifier et gérer ses propres

émotions et celles des autres. Il permet également de repérer les structures et professionnels relais du bien-être/mal-être.

#### **Belfédar**

*Université de la paix, Fondation Evens, Non-violence actualité, 2011*

Un guide d'animation, une règle de jeux, un plateau de jeu, un minuteur, un dé ; 8 pions en bois, 8 portes en bois, 250 cartes défis, 9 "cartes bouclier" (joker), 49 cartes "fioles" (potion magique ou sortilège)

Belfédar est un jeu de plateau coopératif qui permet de favoriser la communication entre les participants et de développer des habiletés sociales afin de prévenir la violence et de gérer les conflits. A travers 250 défis les participants seront amenés à mieux se connaître et mieux connaître les autres, développer l'estime de soi, favoriser l'expression créative, l'expression et la gestion des émotions, l'écoute, la coopération...

#### **Brin de jasette famille. Le jeu qui fit parler petits et grands**

*Groupe Nestor, 2009*

Guide d'animation, 86 cartes avec 344 questions,



16 cartes Étoile du match, 2 dés

Ce jeu permet de favoriser l'expression des participants. Il est composé de quatre catégories : patatrac, méli-mélo, bric à brac et

dans ma bulle. Ce jeu permet d'offrir un espace d'échanges ludiques de favoriser l'énoncé d'expériences, vécues ou inventées, de favoriser l'expression de rêves, de valoriser les réponses des participants, d'encourager l'écoute des autres participants, de partager des idées, de les confronter, de permettre la créativité en inventant ses propres questions. Ce jeu permet de favoriser l'expression entre les enfants et les adultes.

#### **ConfliXbox. Jeu de cartes pour jeunes**

*BIRBAUM André, BLUMER Florian, GUTMANN Thomas (et al.), Village de la paix, 2007*

56 cartes, 1 règle du jeu

ConfliXbox est un jeu de cartes sur le thème des conflits. Il offre la possibilité d'apprendre à connaître les autres joueurs et de constater qu'il existe plusieurs possibilités d'aborder une situation conflictuelle. Ce jeu, composé de cinquante-six cartes, permet de réfléchir à ses propres réactions, de se projeter dans celles des autres et de trouver des alternatives.

#### **D'après moi**

*ANPAA Centre, 2011*

24 tablettes "d'après toi", 24 feutres effaçables, 4

tablettes "d'après nous", 1 toile, 9 vignettes "situations", 32 vignettes "pistes", 1 guide pédagogique  
 Cet outil de prévention des conduites addictives s'adresse aux enfants de 8 à 12 ans. Il est centré sur le développement des compétences psychosociales (estime de soi, affirmation de soi, esprit critique, relation aux autres) et vise à aider le pré-adolescent à faire des choix et à gérer les sollicitations. Il aide à se positionner en fonction des différents contextes, à réfléchir sur les facteurs d'influence, sur les notions de plaisir et de risque et peser le pour et le contre. L'outil se décompose en 3 ateliers : le 1er traite de la relation aux autres, le 2e aborde l'affirmation de soi et l'esprit critique et le 3e propose différentes mises en situation (prendre le risque de rouler sans casque, faire face à la pression sociale avec la 1re cigarette, prendre des médicaments pour être moins stressé à un examen, boire de l'alcool pour s'amuser dans une fête, préférer jouer aux jeux vidéos plutôt que sortir avec ses amis, etc.). L'outil privilégie une approche participative et ludique. Le guide de l'animateur indique pour chaque atelier le matériel et le temps nécessaires à sa réalisation, ainsi que les objectifs, différentes étapes et pistes de réflexion à aborder.

#### **Dis-nous ! Junior. Un jeu pour développer les compétences langagières et sociales**

*Baert, Pirouette, 2012*, 1 plateau de jeu, 2 cannes à pêche, 40 poissons en bois, 40 cartes de jeu, 1 mode d'emploi

Ce jeu s'adresse aux enfants à partir de 4 ans. Il a pour but de développer et d'exercer de façon concrète et ludique les premières compétences interpersonnelles et sociales dès la maternelle. Il permet de travailler avec des enfants la prise de parole en groupe, l'écoute et l'expression des émotions. Les compétences sont réparties en 4 rubriques : parler de soi, faire comme si (mimer), s'exprimer à partir d'une image, exécuter une consigne verbale.

#### **Dis-nous Major. Exerce tes aptitudes sociales en jouant**



*Pirouette, Baert, 2015*

1 plateau de jeu, 8 pions, 1 dé, 48 anneaux de couleur, 180 cartes de

consignes, 15 cartes du taquin, 1 mode d'emploi  
 Ce jeu s'adresse aux enfants et aux adolescents de 8 à 15 ans. Il invite les joueurs à exercer un certain nombre d'aptitudes sociales de manière ludique sur la base de défis quotidiens. Il a pour objectif de favoriser le développement personnel, la connaissance de soi et de ses émotions, la communication positive, le respect des autres, la

coopération, la citoyenneté, la faculté d'adaptation, etc. Il est basé sur le principe du jeu de l'oie, où chaque joueur ou équipe doit collecter des anneaux de couleur correspondant à six catégories de défis : s'exprimer à partir d'une photo (décrire ce qu'on voit et ressent), parler de soi (apprendre à se connaître mutuellement), exercer la communication non verbale (mimer...), participer à des jeux de rôle (trouver des solutions à une situation), comprendre les aptitudes (élargir ses connaissances générales), donner son opinion (traduire ses pensées et ses sentiments en paroles). Les cartes sont classées selon 3 degrés de difficulté.



#### **Dixiludo. Jeu de conversation**

*DELLESTABLE Marielle, SCHMITT Bruno, SCHMITT Bruno, s.d.*

1 plateau de jeu, 2 dés, 6 pions, 1

sablier, 1 crayon, fiches de score, 1018 cartes-questions, 192 cartes Dixiludo

Cet outil a pour objectifs de favoriser les bases de la conversation : comprendre et poser une question, formuler une réponse sur des sujets publics, exprimer son opinion, parler de soi lors d'échanges verbaux au sein d'un groupe. Les joueurs lancent les dés et avancent leur pion sur le plateau de jeu, les cases de couleur déterminent la carte à piocher. Les interactions s'appuient sur la règle suivante : le joueur lit une carte question à voix haute, y répond (temps de parole limité par un sablier), puis la repose à un autre joueur de son choix. Une fiche des scores comptabilise les points des joueurs qui sont totalement indépendants de la qualité des réponses. La durée de la partie est d'environ 1h30. Cet outil est indiqué, entre autres, dans le cadre de groupe de conversation en service de psychiatrie et en gérontologie.

#### **Feelings**



*BIDAULT Vincent, ROUBIRA Jean-Louis, Feelings, s.d.*

Une règle du jeu, un plateau avec piste de score, 8 marqueurs de

score, 102 cartes "situations", 20 cartes "émotion", 88 cartes "vote", 8 cartes "équipe"

"Feelings" est un jeu de plateau dont l'objectif est d'amener les participants à exprimer et à partager leurs émotions. Il permet de se découvrir, de découvrir l'autre et de mieux se comprendre afin de mieux "vivre ensemble". Il convient à tous les publics : adolescents, adultes et enfants à partir de 8 ans.

#### **Génial !**

*WELLER Bettina, Schubi, 2007*

72 cartes, 1 livret

Cet outil sur le développement des compétences psychosociales propose huit histoires en images montrant avec humour un enfant qui veut faire ses preuves dans un domaine où il n'a pas de dons et qui essuie un échec. Après une profonde déception qui est symbolisée par une carte obscurcie, l'enfant découvre ses propres talents ce qui lui permet de trouver sa place. Les histoires fournissent de nombreux points de départ pour développer les compétences sociales et pour évoquer avec les enfants, certains thèmes comme les talents et les faiblesses, la manière de faire face aux échecs et à la frustration, l'estime de soi, la reconnaissance et la popularité au sein du groupe, la découverte de ses propres forces etc.

#### **J'aide mon enfant à... Avoir confiance en lui**

*Bioviva éditions, 2015*

10 fiches d'activités illustrées, 1 livret, 10 jetons « émotions », 4 crayons de couleur

Ce jeu sur les compétences psychosociales permet d'aider l'enfant à prendre confiance en lui et de travailler sur les sentiments, les émotions et les comportements. Ce jeu propose 10 activités ludiques à faire avec des adultes au travers du mime, du dessin, ou de la cuisine pour accompagner l'enfant dans son épanouissement au quotidien.

#### **Je coopère, je m'amuse. 100 jeux coopératifs à découvrir**

*FORTIN Christine, Chenelière Education, 1999*

115 p. ill.

Ce recueil d'activités ludiques est classé en 5 chapitres : jeux pour faire connaissance, jeux pour entrer en contact, jeux actifs, jeux pour moments plus calmes et jeux de parachute. Chaque fiche de jeu comporte les indications de mise en oeuvre : conditions de lieu, de temps, le nombre de participants, âge, durée, préparation, matériel, objectifs et déroulement. Ce livre enrichit les ressources de l'animateur que ce soit dans le centre de loisirs, la cour de récréation et, pourquoi pas, dans la famille.

#### **Jouons avec les émotions. Cartes psychopédagogiques pour comprendre et mieux vivre les émotions**

*BERGHELLA Nadia, Midi trente, 2010*

27 cartes couleurs 10x10 cm

Cet outil pour les enfants de 4 à 12 ans, propose 27 cartes représentant des émotions que vivent quotidiennement les enfants. Chaque carton présente, au recto, le visage et le nom de l'émotion, au verso, une brève définition de l'émotion, formulée dans les mots des enfants. Chaque carte présente également une suggestion

d'activité ou de jeu permettant aux enfants de mieux comprendre et reconnaître les émotions. Ce jeu peut utilement compléter l'affiche psychopédagogique des émotions.

#### **Jouons ensemble. 40 jeux coopératifs pour les groupes : pour les 6-12 ans... et les autres**

*FISCHER J-C., GUEDEL I., Non-violence actualité, 2001, 40 fiches*

Présentés sous forme de fiches cartonnées, ces jeux sont faciles d'utilisation. Ils sont classés en fonction de notions essentielles pour une résolution non-violente des conflits : respect, confiance en soi, esprit de groupe, créativité. Il s'agit également d'apprendre la coopération plutôt que d'inciter à la compétition ou à la mise en valeur de l'individu au détriment de la vie sociale du groupe.

#### **La société & Moi : questions d'engagement(s) ?**

*Valorémis, s.d., 55 cartes*

Ce jeu de cartes est un outil de médiation, issu de la collection « Questionnons Autrement » aborde les thèmes du don de soi, de l'intérêt pour l'autre, des idéologies ou bien encore, de l'humanisme. Il permet de mettre en place des séances de débats éducatifs avec des adolescents sur des questions abordant l'engagement citoyen.

#### **La vie devant toi : le jeu pour faire grandir l'estime de soi**

*MINIDRE Karine, Le JOK'coeur, 2012*

1 plateau de jeu, 1 dé, 2 pions, 2 cartes d'identité, 4 livrets sentiments/besoins, 2 pots de Patarev, 2 feutres effaçables, 12 cartes "Aspiration", 36 cartes "Action", 36 cartes "Tuile", 27 cartes "Cadeau", 54 cartes "Evènement", 44 cartes "Aide", 1 livre de ressources

Ce jeu de prévention des conduites à risques s'adresse aux jeunes à partir de 12 ans. Basé sur un principe de communication non-violente, ce jeu emmène les joueurs au coeur de leurs émotions et de leurs besoins avec en perspective, leurs aspirations, leurs envies. Il a pour objectifs de libérer la parole, d'aider à formuler ses aspirations, ses désirs, de s'entraîner à reconnaître et à nommer ses sentiments, ses besoins, de découvrir toutes les aides possibles, de développer l'estime de soi. Le but du jeu est de faire grandir son personnage en estime de soi, tout au long de sa vie. Répartis en deux équipes, les joueurs sont invités à créer deux personnages. Après avoir complété leur "carte d'identité", ils leur donnent au minimum trois aspirations, trois rêves. A tour de rôle, les joueurs font alors avancer leur personnage sur son chemin de vie ponctué de cases "Evènement" ou "Choix de vie"... Chaque équipe

doit alors se concerter pour définir les croyances, les sentiments, les besoins humains de son personnage, les aides qu'il sollicite ou pas, et ensuite retransmettre son analyse à l'équipe adverse pour lancer la réflexion, les échanges, le débat.

### **Le langage des émotions**

*Fédération des centres pluralistes de planning familial (FCPPF), COTTEREAU Charlotte, Fédération des centres pluralistes de planning familial, 2012*  
60 cartes images, mode d'emploi 13 p.

Ce jeu est constitué de 60 cartes qui représentent 60 émotions. Il permet de mettre en scène ou bien simplement de mettre des mots sur les émotions. Il peut servir de support pour un atelier sur la gestion des émotions mais aussi comme outil pour identifier nos différentes émotions, et les mettre en image.

### **Le perlipapotte**

*EPELLELY Frédérique, Le souffle d'or, s.d.*

36 cartes, 1 règle du jeu

Ce jeu de cartes a pour objectif d'ouvrir le dialogue, de développer la parole et l'écoute, et d'intensifier les liens entre joueurs, à propos des petites choses de la vie (joies, peurs, plaisirs, doutes, ou rêves...). Le premier joueur tire une carte, lit la question à haute voix et répond. Les autres joueurs répondent ensuite chacun à leur tour à cette question. Après ce tour de parole, la carte est retirée du jeu. Puis un autre joueur tire une nouvelle carte, répond... et les autres s'expriment à leur tour.

### **Le tadikwa. Osez-vous en parler?**

*Communauté d'agglomération du Choletais, Collège Clémenceau, Foyer des jeunes travailleurs les Pâquerettes (et al.), Paris Valoremis, 2006*

1 plateau (9 pièces puzzle), 1 dé, 16 jetons blancs, 16 jetons noirs, 50 cartes, 50 cartes questions, 4 cartes de vote, 2 fiches

Ce jeu de plateau pour deux à quatre joueurs a pour objectif de favoriser les relations jeunes-adultes et de mettre ceux-ci en situation afin de les amener à réfléchir sur leurs propres comportements et à échanger en famille autour des conduites à risque. Les thèmes abordés sont multiples : alcool, tabac et cannabis, médicaments, relation amoureuse et sexualité, relations familiales, conduite de deux roues, loisirs...

### **L'école & Moi. Questions d'envie(s) ?**

*DESCLOS Pascal, Valorémis, s.d.*

45 cartes questions, 8 cartes vote, 1 règle du jeu  
Conçu comme un outil de médiation éducatif, ce jeu est destiné à questionner les jeunes à partir de

9/10 ans sur leur relation à l'école et à l'apprentissage, plus particulièrement sur la relation entretenue avec le plaisir d'apprendre. Pour les professionnels en situation éducative en milieu scolaire ou périscolaire, cet outil de médiation permet d'aborder de manière vivante et ludique les expériences et attentes pour mieux apprendre pour soi et auprès des autres. Il est construit autour de 45 cartes (90 questions) qui visent à favoriser l'émergence des représentations portant sur le plaisir d'apprendre, les conditions idéales pour étudier, prendre soin de ses savoirs...

### **Les émotions, comment ça marche ? 42 cartes pour décoder son humeur du moment et apprendre à gérer ses émotions**

*HARRN Andréa, Le Courrier du Livre, 2016*

42 cartes, 1 livret

Conçue par une thérapeute spécialisée, ces cartes permettent d'identifier et d'explorer les émotions et les humeurs. Chaque carte présente des questions pour guider l'introspection et une affirmation exprimant une pensée positive. Que ce soit pour gérer les humeurs, les relations personnelles, être plus sensible aux besoins des proches, ou simplement pour écouter et communiquer plus efficacement, ces cartes aideront à avoir davantage confiance en soi, à développer l'intelligence émotionnelle et à avancer de façon positive dans la vie. Ces cartes peuvent être utilisés par les parents, thérapeutes, conseillers, coaches de vie, travailleurs sociaux et professionnels de la santé mentale, en travail individuel ou collectif auprès de tout public à partir de 8 ans.

### **Les expressions faciales et les sentiments**

*TIELEMANS Erwin, Conplustact, s.d.*

50 cartes

Ce jeu est composé de cartes représentant divers visages exprimant des sentiments différents (peur, joie, colère...). Il permet prendre conscience des émotions pour pouvoir en parler.



### **L'expression des besoins**

*FCPPF, s.d.*

70 cartes "besoins", 23 cartes "repères théoriques et de propositions d'utilisation"

Ce jeu de cartes a été conçu comme support pour

l'identification, l'expression et la réflexion sur la thématique des besoins. Les besoins sélectionnés y sont présentés au travers d'un personnage récurrent et asexué afin de respecter l'égalité de genre dans le nécessaire assouvissement des besoins. 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 le besoin dont il est question.

**MicMac : enterre la hache de guerre avec ta tribu**  
*HUART Caroline, VELGHE Estelle, BEUKENS Valérie, Latitude junior, 2008-03*

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 ; 1 sablier ; 1 règles du jeu ; 1 guide pédagogique  
Ce jeu de société coopératif et de stratégie a pour objectif de prévenir la violence chez les enfants de 8 à 12 ans en mettant plus précisément l'accent sur le développement des relations égalitaires entre les garçons et les filles. Il est conçu pour être joué en famille mais peut également être joué en groupe avec un animateur.

**Non-violence à la carte ! 14 cartes pédagogiques "Pour apprendre à vivre ensemble"**

*Non-violence actualité, Non-violence actualité, 2004, 14 cartes format A4*

Cet outil a été réalisé sur la prévention des violences et l'éducation à la gestion des conflits pour mener des activités avec des enfants de maternelle et de primaire. Chaque carte, illustrée, porte sur un thème différent : maîtriser ses sentiments, exprimer des émotions, respecter les autres, perdre et gagner en jouant, coopérer, communiquer, donner son avis, respecter des droits, écouter, dire non, vivre en groupe, régler ses conflits sans violence et être médiateur.

**Orion**

*MOUTERDE Chloé, Ortho édition, 2010*

1 plateau de jeu, 4 pions, 1 dé, 1 sachet d'étoiles, 280 cartes "questions", 20 cartes rondes spéciales, 1 règle de jeu, 1 livret de grilles de correction

Ce matériel permet de développer les compétences communicationnelles et sociales de l'enfant et de l'adolescent, dans le cas de handicap ou non : langage, communication non-verbale, compréhension des émotions, gestion de l'implicite, prise en compte du contexte, notion de socialisation et imagination. En se déplaçant sur un plateau de jeu, l'enfant est amené à répondre à diverses questions (280 cartes-questions) : « autour des mots » (trouver la signification d'expressions imagées ou de métaphores, jouer sur la polysémie des mots), « du rire aux larmes »

(trouver l'émotion ressentie par une personne photographiée, mimer une émotion), « ensemble » (reconnaître la signification de gestes sur une photo, s'interroger sur le sens logique ou absurde des phrases), « imagine » (mimer une action, un sport, un métier). Deux niveaux de difficulté sont proposés : « primaire » et « collègue ». Ce jeu peut être utilisé dans le cadre de rééducations individuelles ou en atelier de groupe (de 2 à 16 joueurs), il est également possible de jouer sans utiliser le plateau, en fixant alors librement la durée de jeu. Ce jeu s'adresse aux enfants et adolescents de 7 à 15 ans.

**Papillagou et les enfants de Croque-Lune**

*BRETON M., CATTO S., MORDOJ S. (et al.), CDDP de Côte-d'Or, 1998*

livre de conte, livret pédagogique destiné à l'animateur, livret de documents à photocopier, 5 puzzles

Ce jeu de piste, pour 6 à 30 participants, permet à des enfants de 9 à 13 ans de mettre en oeuvre leur compétence psychosociale en exerçant leur sens critique.

**Parties de vie**

*Centre social La Moisson, 2014*

300 cartes-dilemmes, 72 cartes-réponses, 12 cartes vierges, 1 livret de présentation 31 p., 1 livret de règle du jeu 11 p.

Cet outil, conçu sous forme de jeu de plateau par des jeunes de Florange (Lorraine), propose 300 dilemmes (des petites histoires de la vie courante) qui amènent les participants à réfléchir à des alternatives et à choisir des solutions. Il s'inspire de situations vécues. Il est un support pédagogique et ludique pour aborder des thèmes de société : école, famille, amitié, santé, sexualité, dépendances, responsabilités,... Il est basé sur l'échange, le débat. Il permet de se mettre à la place de l'autre, de reformuler, se situer et décider de la meilleure des issues.

**Perds p@s le net**

*Ville de Tarare, ADES du Rhône, 2014*

1 plateau, 6 pions, 1 dé, 60 cartes "Connaissances", 70 cartes "Situations et débats", 1 guide de l'animateur

Ce jeu se compose de 60 cartes « Connaissances » et de 70 cartes « Situations et débats » permettant aux jeunes de prendre conscience des conséquences sociales, économiques, environnementales et juridiques des usages numériques.

**Pouce Pousse**

*GATELY Siobhan, Prévention, promotion de la santé*

psychique, s.d.

42 cartes de jeu et 4 cartes de présentation  
Ce jeu propose au travers de situations familiales présentées avec humour, des façons d'aborder les thèmes de la communication, des relations parents-enfants, de l'image de soi et du respect des autres, et facilite l'acquisition et le développement des compétences psychosociales. Une des quatre cartes de présentation propose une liste de numéros utiles.

### Psycho défis adultes

BEAULIEU Danie, Académie impact, s.d.

52 cartes, 1 carte « règle du jeu »  
Ce jeu de cartes comporte 52 défis qui aident à consolider sa faculté d'interagir, sa capacité à rebondir et à développer ses compétences psychosociales.

### Psycho défis junior

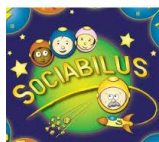
BEAULIEU Danie, Académie impact, s.d.

52 cartes, 1 carte « règle du jeu »  
Ce jeu de cartes comporte 52 défis de mise en forme psychologique pour aider les adolescents à développer et à consolider leur faculté d'interagir, leur capacité d'adaptation et leur réflexe d'auto-motivation.

### Se connaître

GERRICKENS Peter, VERSTEGE Marijke, CREARE Depuydt & partners, 2011

56 cartes, 1 règle du jeu  
Ce jeu permet aux participants de mieux se connaître, mieux connaître les autres et de savoir comment les autres vous perçoivent. Les questions sont divisées en six groupes : jeunesse et acquis ; souhaits et avenir ; personnalité et centres d'intérêt ; comportement et vie quotidienne ; motivation et inspiration ; travail et carrière.



### Sociabilus. Un jeu sur les habiletés sociales

PARADIS Carole, LACASSE Francine, BASTIEN Nathalie (et al.), CECOM Montréal, 2007

1 plateau de jeu, 8 pions, 1 dé, 330 cartes "questions", 3 cartes "médaille", 1 aide-mémoire des règlements, 1 guide d'animation  
Sociabilus est un programme d'entraînement aux habiletés sociales présenté sous forme de jeu de société qui s'adresse à tous les jeunes âgés de huit ans et plus. Il est également adapté aux jeunes ayant une déficience intellectuelle ou un trouble envahissant du développement. Il comprend 330 questions qui abordent plusieurs thèmes: la gestion des émotions, la vie affective et relationnelle, les règles sociales et le civisme,

l'autonomie et la détermination, l'hygiène et la sécurité.

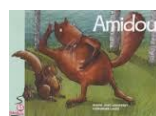


### Sociab'quizz. Les habiletés sociales en questions

AUBERT Eric, POURRE Frédérique, Valorémis, s.d.

1 plateau de jeu, 7 quilles de couleur, 1 dé, 80 jetons (20 par couleur), 1 livret, 60 cartes : Action (bleues) et 10 cartes vierges, 60 cartes Interview (oranges) et 10 cartes vierges, 60 cartes Mystère (violette) et 10 cartes vierges, 60 cartes Remue-méninges (vertes) et 10 cartes vierges, 6 cartes Joker + 2 de recharge  
Ce jeu permet l'acquisition et l'amélioration des compétences sociales des enfants et adolescents. Conçu pour être une médiation attractive. Il propose d'actualiser des stratégies thérapeutiques spécifiques (expression et gestion des émotions, jeux de rôle, techniques cognitives, résolution de problèmes...) pour une meilleure adaptation socio-émotionnelle. Cet outil est à destination des professionnels intervenant auprès d'une population infanto-juvénile : médecin, psychiatre, psychologue, orthophoniste, psychomotricien, éducateur spécialisé, infirmier. Il propose une animation de groupes thérapeutiques auprès d'enfants et d'adolescents présentant un diagnostic de trouble du spectre autistique, trouble envahissant du développement, anxiété ou phobie sociale.

## Mallette pédagogique



### Amidou et l'estime de soi

AUDERSET Marie-José, LOUIS Catherine, SFA-ISPA, 2002

16 planches illustrées en couleur format A3, castelet en bois format A3, 25 cahiers pour les élèves, cahier pédagogique pour l'enseignant  
Cette mallette pédagogique aborde la thématique de l'estime de soi avec des enfants. Les objectifs de l'outil sont de renforcer les sentiments nécessaires au développement de l'estime de soi (sécurité, identité, appartenance, compétences scolaires et sociales), d'établir des règles justes et comprises pour que l'enfant puisse situer clairement les limites et comprendre que tout comportement a des conséquences, de reconnaître les situations de réussites et d'échecs et dans ce cas chercher avec lui les compétences qu'il peut mettre en oeuvre pour dépasser la situation, de relativiser les problèmes, d'aider l'enfant à avancer par petits

objectifs réalisables, de créer un environnement qui favorise l'écoute, l'acceptation des différences, l'intégration des nouveaux, le partage des connaissances et de montrer à l'enfant qu'il a le droit de penser autrement, d'être en désaccord et de faire des choix par lui-même.

#### **Apprendre à gérer les relations et les conflits**

*ROUSSEL Vincent, Non-violence actualité, 2010*

1 guide pédagogique 56 p. et 8 affiches couleurs 40x60 cm

Cette mallette pédagogique comprend un livret "Apprendre à gérer les relations et les conflits. Livret pédagogique pour le collègue" qui propose des activités en relation avec les affiches de la série n° 2 "ça s'apprend tôt" de Non-Violence Actualité. L'ensemble permet d'aborder 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 et la gestion non-violente des conflits. Pour chaque compétence, 1 affiche et 2 séances d'animation sont proposées. L'ensemble peut être également utilisé en cycle 3 des écoles primaires.

#### **Apprendre à vivre ensemble**

*Laisse ton empreinte, 2009*

Manuel 92 p., ill., livret d'histoires et de chansons 28 p., CD audio

Cet outil est à destination des professionnels de l'éducation et de l'insertion qui travaillent avec un public d'enfants de 8 ans et plus et de jeunes adultes. Il se compose d'un manuel pédagogique, d'un livret d'histoires et de chansons originales, et d'un CD audio. Il a pour objectifs d'amener le public à analyser les étapes d'un conflit, de l'ouvrir à la connaissance de soi en mettant des mots sur ses ressentis, en instaurant des seuils de vigilances pour se mettre à distance du conflit..., en questionnant les valeurs en rigueur dans son environnement et le rôle des adultes.

#### **Apprenons à vivre ensemble. Maternelle**

*RICHAUD Jocelyne, ROUHIER Catherine, La Cigale, s.d.*

Ce programme concerne chaque section de maternelle, il s'étale sur une année à raison d'une heure par semaine. Chaque séquence est construite à partir d'une situation et d'activités ludiques : expérimentation, compréhension et débat, intériorisation. Les différentes étapes intègrent des activités prévues dans tous les autres domaines du programme : le langage au coeur des apprentissages, agir et s'exprimer avec son corps, découvrir le monde, la sensibilité, l'imagination, la création. Il se présente sous forme de fiches

réunies dans un classeur. Les activités sont réparties en cinq séries : se connaître, connaître l'autre ; l'interdit de toute puissance ; les règles ; les différences ; le respect.

#### **Attitudes positives : Tolérance et coopération**

*Akros educativo, Interdidak, s.d.*

12 cartes, 12 croix, 1 guide pédagogique

Ce jeu d'observation permet de travailler sur les valeurs de la tolérance et la coopération. En observant les 4 images de chaque carton de jeu, l'enfant signale avec la croix l'attitude inappropriée.

#### **Au-delà des apparences. Les clés de l'estime de soi**

*Eating disorders association, PRECOM, 2008*

30 livrets jeunes A5, 14 p., fotogr., DVD, 12 fiches pédagogiques

Cet outil pédagogique a pour objectif de développer une meilleure estime de soi, d'apprendre à gérer son apparence physique, d'informer et de prévenir les troubles du comportement alimentaire. Il est destiné à un public adolescent et se compose de fiches pédagogiques proposant des activités autour des pratiques marketing des professionnels de la mode et de la beauté qui forment des idéaux de beauté inaccessibles sauf à mettre en danger sa santé physique et mentale.

#### **Autour du sexisme ordinaire des jeunes**

*Plate-forme des AMO de Bruxelles, 2008*

1 DVD "La femme est un homme comme les autres" 15 mn, 1 DVD "Qui passe l'aspirateur" 48 mn, 1 cd audio, 3 jeux, fiches pédagogiques, brochure "Garçons et filles : réflexions en tous genres", livre "Pour se donner un genre", de Véronique Georis, 2009, 90 p., livret "Des outils, des références", 16 p.

Cette mallette pédagogique rassemble plusieurs outils créés par les services d'Aide en milieu ouvert (AMO) de Bruxelles. Elle permet de faire naître un dialogue autour du rapport entre garçons et filles. Elle a pour objectif de sensibiliser et d'échanger autour de l'identité des filles et des garçons et de leurs relations mutuelles, dans une perspective d'égalité et de respect et d'impulser une réflexion sur la différence filles-garçons dans le but de relever les représentations et de les interroger.

#### **Cartons des zémotifs**

*LEBLANC Sébastien, Midi trente, s.d.*

27 cartons, 1 affiche, 1 règle du jeu

Cet outil a été conçu pour encourager les jeunes à reconnaître leurs émotions et à enrichir leur



vocabulaire pour les exprimer de manière plus juste. Cet outil est accompagné d'une affiche humoristique qui permet d'ouvrir le dialogue et la réflexion sur les émotions, et de soutenir le développement de l'intelligence émotionnelle.

**Clever club. Outil de promotion de la santé pour les enfants en âge scolaire du degré primaire**  
*SFA-ISPA, 2005*

Mode d'emploi, 23 fiches d'activités, CD audio  
Cet outil pédagogique et préventif permet aux enfants de passer un moment agréable tout en s'amuser et en apprenant, au travers d'histoires et de jeux, à développer des habiletés relationnelles et affectives. Il propose 8 histoires enregistrées ainsi que des suggestions d'animation qui permettent aux professionnels de les développer et de discuter avec les enfants des thèmes traités. Il contribue 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. Les histoires enregistrées permettent d'aborder avec les enfants des situations fictives en leur offrant la possibilité d'apprendre à mieux se connaître, à gérer des conflits, à rechercher des solutions acceptables pour les uns et les autres et, notamment, à favoriser l'estime de soi.

**Code de route junior**

*BEAULIEU Danie, Académie impact, s.d.*

1 chevalet

Cet outil propose plusieurs émoticônes qui permettent aux jeunes d'identifier leurs états d'être, de réfléchir aux stratégies pour y faire face et apprendre à mieux gérer le stress, et plus généralement, leurs émotions.

**Code de route personnel**

*BEAULIEU Danie, Académie impact, s.d.*

1 chevalet

Cet outil permet d'indiquer sa disponibilité d'esprit. Il est conçu autour d'illustrations de panneaux routiers et de symboles météo qui permettent d'indiquer son humeur du jour. Il est particulièrement adapté pour les adultes, notamment dans le cadre du contexte professionnel.



**COMETE. Compétences psychosociales en éducation du patient**

*SAUGERON Benoît, SONNIER Pierre, MARCHAIS Stéphanie (et al.), CRES Provence-Alpes-Côte d'Azur, ARS Provence-Alpes-Côte d'Azur, 2015-09*  
1 livret de l'utilisateur ; 47 fiches pédagogiques ; 6

jeux de cartes

Cet outil 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, que ce soit pendant le bilan éducatif partagé, les séances éducatives ou l'évaluation. La valise est composée d'activités diverses dont des jeux pour aider les personnes atteintes (ou non) de maladie chronique à mieux vivre avec. Les émotions sont particulièrement abordées.

**Comment être pubmalin**

*Union des annonceurs (UDA), Junium, 2013*

Guide enseignant, 13 p., 5 fiches études de cas, 3 fiches méthodologiques, 3 jeux de fiches enseignant, 1 cahier élève à réaliser à partir du site [www.pubmalin.fr](http://www.pubmalin.fr), 1 jeu de 30 carnets de bord à télécharger sur le site.

Ce kit pédagogique propose aux enfants âgés de 8 à 12 ans des clés pour les aider à mieux comprendre le mécanisme de la publicité et leur permettre de développer leur libre-arbitre par rapport aux sollicitations qui les entourent afin qu'ils deviennent des citoyens avertis.

**Contes sur moi. Programme de promotion des compétences sociales**

*LAPOINTE Yvette, BOWEN François, LAURENDEAU Marie-Claire (et al.), Direction de santé publique de Montréal, 2003*

117 p., 4 guides d'intervention, répertoire, DVD 26 mn

Contes sur moi est un programme canadien de promotion des compétences sociales pour les enfants de la maternelle à la 3<sup>ème</sup> année du primaire. Il est présenté sous forme de trousse. Il a pour objectif de faciliter l'intégration harmonieuse de l'enfant à la vie en société en développant ses habiletés sociales et ses capacités à résoudre pacifiquement les problèmes. Ce document sert tout autant d'outil de sensibilisation que d'information et de promotion.

**Cultures du corps. Modes, normes et stéréotypes corporels en question. Carnet pédagogique**

*BOSUMA Aline, BOUCKSOM Audrey, VAN LANDEWYCK Gaëtan, Belgik Mojaik, 2015*

1 carnet de présentation, 3 cahiers pédagogiques, 15 cartes pour le jeu "les origines", 5 fiches pour le jeu "les sphères de diffusion des normes", 24 cartes pour le jeu "devine quoi !", 1 panoptique général, 1 fiche préambule

Cet outil invite à mettre en lumière le caractère construit, évolutif et relatif de la beauté, des normes et des modes corporelles. Il aborde la

question des stéréotypes en lien avec le corps et comment ils fonctionnent. Au travers de jeux, de saynètes, de textes divers et d'extraits audiovisuels, les jeunes sont amenés à créer un espace de réflexion et de partage au sein duquel ils chemineront ensemble autour de questions relatives au corps.

#### **Décortiquons-nous ! Modes corporelles d'ici et d'ailleurs**

*Belgik Mojaik, BOSUMA Aline, BOUCKSOM Audrey, Cultures et santé, 2014*

1 manuel d'animation, 1 jeu "les origines" (15 cartes) 1 jeu "les sphères de diffusion" (5 cartes), 1 jeu "Devine quoi..." (15 cartes), 1 une fiche "Panoptique"

Cet outil a pour objectif de travailler sur l'image du corps. Son but est de permettre de prendre conscience que les critères de la beauté sont évolutifs, relatifs et dépendant des normes et stéréotypes véhiculés par les différentes cultures à des époques données. Il propose trois modules : canons de beauté, le sens de la beauté, les corps stéréotypés. Il est constitué de supports interactifs favorisant la réflexion, l'échange et la co-construction de savoirs.

#### **Développer ses compétences sociales. Fiches illustrées prêtes à l'emploi. Quatrième partie : situations sociales et sentiments**

*Upbility, 2016*

Livret, 60 cartes situations à imprimer  
Cette série de fiches illustrées sur les compétences psychosociales et les sentiments permet de travailler avec les enfants afin qu'ils expriment leurs sentiments sur leurs réactions par rapport à différentes situations qui peuvent leur causer des difficultés. Cet outil propose trois séries de situations : 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.

#### **Différents mais pas indifférents. Boîte à outils. Outil de prévention de la violence et de promotion des conduites pacifiques. Secondaire (1er et 2e cycle)**

*AUDET Janick, THIFFAULT Nancy, DUCAS Valérie, Institut Pacifique, 2008*

Classeur

Cette boîte à outil du programme "Différents mais pas indifférents" propose des contenus théoriques sur dix thèmes en lien avec la résolution de conflits ainsi que des ressources à consulter, tant pour les adultes que pour les élèves de la 5ème à la 4ème. Ces ressources sont variées (lectures, sites internet, films, ressources audiovisuelles, autres

programmes d'activités, etc.). les thématiques de ce classeur sont : l'intimidation et violence, la perception et la gestion des émotions, la communication, l'écoute, l'empathie, l'estime de soi, le respect des différences, la recherche de solutions, la résolution des conflits.

#### **Différents mais pas indifférents. Guide d'animation / 1er cycle du secondaire (1 ère et 2e secondaire). Outil de prévention de la violence et de promotion des conduites pacifiques**

*AUDET Janick, THIFFAULT Nancy, DUCAS Valérie (et al.), Institut Pacifique, 2008*

83 p., cd-rom

Ce guide d'animation du programme "Différents, mais pas indifférents" s'adresse à tous les adultes (enseignants et intervenants) qui désirent soutenir les élèves de la 5ème à la 4ème dans le développement d'habiletés relationnelles. Le guide d'animation contient des consignes d'animation qui sont entrecoupées de contenu relatif au thème abordé. Ces thèmes sont : le conflit, la violence, la résolution des conflits, la gestion de la colère, la réaction aux conflits, l'intimidation, les perceptions des différences, l'empathie, le respect et la tolérance, l'estime de soi, l'affirmation de soi...

#### **Différents mais pas indifférents. Guide d'animation / 2e cycle du secondaire (3e, 4e et 5e secondaire). Outil de prévention de la violence et de promotion des conduites pacifiques**

*AUDET Janick, THIFFAULT Nancy, DUCAS Valérie (et al.), Institut Pacifique, 2008*

91 p., cd-rom

Ce guide d'animation du programme "Différents, mais pas indifférents" s'adresse à tous les adultes (enseignants et intervenants) qui désirent soutenir les élèves de la 3ème à la première dans le développement d'habiletés relationnelles. Le guide d'animation contient des consignes d'animation qui sont entrecoupées de contenu relatif au thème abordé. Ces thèmes sont : Mieux comprendre le conflit, mieux comprendre les conflits entre pairs, mieux comprendre les conflits amoureux, mieux comprendre les conflits avec les personnes en position d'autorité.

#### **Ecrans@plat**

*Réseau d'échanges en matière d'assuétudes (RéZéa), WILLEMS Eric, GHERROUCHA Jérôme (et al.), FARES, 2014*

1 double-DVD, 1 guide d'utilisation du DVD, 1 ouvrage "L'invasion des nouvelles technologies : pour mieux la comprendre et l'animer" contenant des références théoriques et 8 animations (papier - crayon - jeu), 16 cartes, 1 plateau de jeu, 20 séries de petites cartes

Ce kit comprend deux outils qui traitent des relations entre les adolescents et les écrans. Un DVD propose des interviews d'intervenants spécialisés, des saynètes illustrant des propos de jeunes, des avis recueillis auprès d'adultes. Un ouvrage intitulé « L'invasion des nouvelles technologies : pour mieux la comprendre et l'animer », permet d'aborder avec les jeunes l'éducation aux cyberconsommations et propose des pistes d'animation.

### **Eduquer au vivre ensemble. Animer un atelier citoyeneté**

*DE MEY-GUILLARD Chantal, Chronique sociale, 2006*

15 dessins pédagogiques sur transparents, 2 fiches pratiques d'animation d'atelier, 1 guide "Eduquer au vivre ensemble"

Cet outil s'inscrit dans une démarche de pédagogie active. Il donne des éléments à partir de situations de la vie quotidienne, pour animer un atelier autour de la citoyenneté. Basé essentiellement sur des dessins ou histoires dessinées, l'atelier a pour but de participer à la formation de citoyens "éclairés", tant sur leurs droits que leurs devoirs. Les animations permettent une information autour des règles de vie en société. Ces animations sont un support de paroles, d'expression, de discussion et de confrontation pour le groupe de jeunes (9-13 ans) encadré par l'enseignant ou l'éducateur. L'atelier peut se dérouler dans un cadre scolaire ou extra scolaire (point accueil famille, jeunesse et sport, associations...). Des objectifs complémentaires sont proposés : donner à l'enfant la possibilité de se retrouver acteur et responsable ; expliquer les rôles respectifs des acteurs de la justice... Le guide consacre une première partie au rapport à la loi, pour expliciter ensuite les modalités de réalisation d'un atelier citoyeneté et en détailler les techniques d'animations.

### **Emotions**

*HARRISON Vanessa, Speechmark publishing, 1990*  
48 photographies

Ce coffret de photographies de la collection "Colorcards" est un outil pour aider à l'expression de sentiments. Les cartes sont organisées en 3 grands thèmes : les individus, les situations difficiles et les situations agréables.

### **Emotions blob cards**

*WILSON Pip, LONG Ian, Speechmark publishing, 2008*

48 cartes

Ces cartes représentent des expressions faciales simplifiées et un langage corporel codifié

permettant des interprétations de scènes. Elles peuvent servir de base à des discussions sur les habiletés sociales et à des constructions de scénarios pour la gestion des relations avec autrui. Cet outil propose une manière de discuter des sentiments aussi bien pour des enfants que pour des adultes.

### **Estime de soi, regard des autres**

*Conseil départemental des jeunes de Vendée, Conseil départemental de Vendée, 2016*

Fiches-outils, vidéos

Cet outil interactif sur l'estime de soi a été créé par des jeunes pour leurs pairs. Les outils constitutifs de cette mallette virtuelle à destination des équipes éducatives ont pour objectif de permettre la prise de conscience et l'échange du groupe en présence d'un adulte. Il convient à chaque équipe encadrante d'utiliser un ou plusieurs outils de manière combinée, selon des modalités et des objectifs à définir au sein de l'établissement.

### **Et si on parlait d'autre chose**

*LE HELIAS Laurence, IREPS Pays-de-la-Loire-pôle Loire-Atlantique, 2011*

1 dé, 1 sablier, 1 plateau de jeu en 2 parties, 1 plateau "schéma du stress", 10 chevalets "histoire des personnages", 200 cartes de situations/événements, 20 cartes "débat", 20 cartes "petit bonheur" et 1 livret d'accompagnement

Cet outil pédagogique permet aux participants d'échanger sur le stress : les événements de vie stressants (santé, financier, social, familial, professionnel...), le processus du stress et les stratégies possibles pour faire face. Le jeu se déroule autour d'un personnage choisi par l'animateur à travers les dix existants. A cela s'ajoute des débats plus larges et des idées de petits bonheurs.

### **Grandes images. Les émotions**

*PERRET Mireille, GRANIER Michèle, Nathan, 2010*  
12 posters, 1 guide sur CD-rom, 1 CD audio

Cet outil permet à l'enfant de développer sa sensibilité à travers des activités d'observation, d'écoute et d'expression. La dimension esthétique des photos en noir et blanc encourage les enfants à exprimer leurs propres émotions et être à l'écoute de l'autre : l'illustration sonore des sentiments (joie, tristesse, sagesse, colère, courage, peur, générosité, égoïsme, fierté, honte, hardiesse, timidité) vient enrichir le registre des sensations et de leurs représentations.

### **Grandes images. Vivre ensemble**

*PERRET Mireille, GRANIER Michèle, Nathan, 2010*

13 posters, 1 guide sur CD-rom  
Cet outil permet d'apprendre aux enfants à s'exprimer et à communiquer autour de situations liées à la vie de la classe et à l'environnement. Chaque illustration, propose une situation dans laquelle plus de 20 actions et comportements différents sont représentés. L'observation des personnages et de leurs actions amène progressivement l'élève à développer son esprit critique et à réfléchir sur "comment vivre ensemble" à l'école, en famille et en société.



#### **Hopla bien dans ta peau...**

*CEGO Publishers, 2008*

1 manuel pédagogique, 4 planches représentant un personnage (3 planches de 19 x 30 cm et 1 planche de 19 x 39 cm), 1 girouette (20 x 20 cm), 4 masques

(17,5 x 15 cm), 1 valisette contenant 16 planches de situation (15 x 15 cm) et 4 sachets contenant chacun 12 pièces de puzzle de couleurs différentes (jaune, violet, vert, orange), 1 valisette contenant 12 planches à raconter (15 x 15 cm), 1 valisette contenant 8 planches de bingo (15 x 15 cm), 32 jetons bingo et 1 jeu de 40 dominos, 1 valisette contenant 16 petites figurines (4 x 10 cm) et 16 pieds en plastique

Cet outil permet de travailler sur le thème des émotions avec les enfants. Le but est d'apprendre aux enfants à identifier les différentes émotions que l'on est amené à ressentir et d'être en position d'y faire face. Gérer leurs émotions pour anticiper leurs réactions, décoder les émotions d'autrui pour apprendre à vivre ensemble.

#### **Idéomodule "Je suis calme"**

*Idéo, s.d.*

70 pictogrammes magnétiques, 1 accroche-porte magnétique vertical recto-verso composé de 10 cases

Cet outil sur la gestion des émotions est composé de 70 pictogrammes magnétiques. Il donne à l'enfant des outils pour identifier son émotion et ainsi trouver la meilleure solution pour la gérer selon le contexte.

#### **Image des corps. Corps en mouvement, corps en parole, corps en création**

*BROZZETTI Anne, OLIVO Catherine, IREPS*

*Languedoc-Roussillon, 2013*

Guide de l'animateur, 107 p.

Cet outil s'adresse aux professionnels travaillant avec des groupes de jeunes de 12 à 25 ans. Il permet de développer la capacité des jeunes à analyser la pression sociale à laquelle ils sont soumis concernant leur image corporelle. L'outil

poursuit notamment les objectifs suivants : mieux analyser la question des limites dans la société ; mieux comprendre l'influence des normes ; prendre conscience de la pression sociale et de la façon dont elle est vécue ; aller à la découverte de ses sensations et de ses émotions ; expérimenter sa capacité à tenir compte des autres ; ou renforcer la confiance en soi. L'outil comprend un guide pour l'animateur avec 30 activités et des fiches thématiques.

#### **iRespect. Ressource pédagogique pour les jeunes concernant la vie privée en ligne**

*Child Focus, 2014-11*

1 guide pédagogique téléchargeable 36 p., photogr., 10 liens vers les vidéos accessibles sur YouTube

Ce kit pédagogique s'adresse aux élèves de 10 à 14 ans. Il peut également être utilisé dans l'enseignement spécialisé. Il a pour objectif de sensibiliser les jeunes à l'usage sûr, responsable et constructif des réseaux sociaux. Il se compose de dix fiches pédagogiques proposant des situations concrètes de la vie quotidienne des jeunes : secret et intimité, protéger son compte, alerte sur le net, internet et respect, internet et créativité, internet et les défis, E-réputation, information personnelle, cyber-harcèlement, information en ligne. Les vidéos associées, accessibles sur YouTube, sont interactives et proposent trois déroulements possibles.



#### **La résolution de conflits au primaire. 1er cycle, 5e-6e année**

*Institut Pacifique, 2002*

Guide d'animation 298 p., 17 dessins., 9 affiches

Cet outil s'adresse à tous les adultes qui désirent animer un programme de résolution des conflits auprès des élèves du 1er cycle du primaire. Il est composé d'un guide d'animation comprenant neuf ateliers de base et trois ateliers de révision. Cet outil comprend également une série de dessins nécessaires à l'animation des ateliers ainsi qu'un lot d'affiches reprenant les thèmes du programme.

#### **La résolution de conflits au primaire. 2e cycle, 3e-4e année**

*Institut Pacifique, 2002*

Guide d'animation 310 p., 23 dessins., 8 affiches

Cet outil s'adresse à tous les adultes qui désirent animer un programme de résolution des conflits auprès des élèves du 2ème cycle du primaire. Il est composé d'un guide d'animation comprenant neuf ateliers de base et trois ateliers de révision. Cet outil comprend également une série de dessins

nécessaire à l'animation des ateliers ainsi qu'un lot d'affiches reprenant les thèmes du programme.

### **La résolution de conflits au primaire. 3e cycle, 5e-6e année**

*Institut Pacifique, 2002*

Guide d'animation 304 p., 23 dessins., 8 affiches  
Cet outil s'adresse à tous les adultes qui désirent animer un programme de résolution des conflits auprès des élèves du 3e cycle du primaire. Il est composé d'un guide d'animation comprenant neuf ateliers de base et trois ateliers de révision. Cet outil comprend également une série de dessins nécessaires à l'animation des ateliers ainsi qu'un lot d'affiches reprenant les thèmes du programme.

### **La résolution des conflits au préscolaire**

*Institut Pacifique, 2001*

Guide d'animation 354 p., 22 images cartonnées, deux livres d'histoire, cd-audio  
Cet outil s'adresse à tous les adultes qui désirent animer un programme de résolution des conflits auprès des enfants de 5 ans en maternelle.

### **La résolution des conflits au préscolaire 4 ans**

*Institut Pacifique, 2007*

Guide d'animation 216 p., feuilles photocopiables., 9 affiches., 9 livres d'histoire., cd-audio  
Cet outil s'adresse à tous les adultes qui désirent animer un programme de résolution des conflits auprès des enfants de 4 ans en maternelle.

### **La résolution des conflits en primaire. 1er cycle. 1ère-2ème année**

*Institut Pacifique, 2002*

1 guide d'animation de 256 p., 8 cartes couleurs, 9 cartes en noir et blanc, 9 affiches  
Cet outil guide s'adresse à tous les adultes (enseignants et intervenants) qui désirent animer le programme "Vers le pacifique" auprès des élèves de CE1 et CE2. Neuf ateliers de base sont proposés à l'intérieur du guide ainsi qu'une série de trois ateliers de révision pour les années subséquentes. Grâce à des exposés théoriques, des exercices pratiques, des jeux de rôles et des mises en situation, ces ateliers développent chez les enfants des habiletés sociales leur permettant d'établir des relations plus harmonieuses avec leurs pairs et une meilleure gestion de leurs conflits.

### **Le cartables des compétences psychosociales**

*Instance régionale d'éducation et de la promotion pour la santé (IREPS) Pays-de-la-Loire, IREPS Pays-de-la-Loire, s.d.*

fiches activités et fiches parcours  
Le site "Le cartables des compétences

psychosociales" est un site de ressources informatives et pédagogiques évolutif. Il s'adresse à celle et ceux qui souhaitent renforcer les compétences psychosociales (CPS) des enfants et adolescents. Le site propose trois niveaux de ressources pour les professionnels. 1 Le CPS en théorie. 2 De la théorie en pratique. 3 Les CPS en pratique. Dans le partie 3 sont présentes au choix des fiches d'activités liées aux 10 compétences psychosociales: Savoir résoudre les problèmes, Savoir prendre les décisions, Avoir une pensée créative, Avoir une pensée critique, Savoir communiquer efficacement, Etre habillé dans les relations interpersonnelles, Avoir conscience de soi, Avoir de l'empathie pour les autres, Savoir gérer son stress, Savoir gérer ses émotions. Ces fiches présentent le déroulement des activités avec les différentes étapes pédagogiques.

### **Le cirque farfelu**

*MARTIN Richard, TREMBLAY Pierre Henri, LEVESQUE Yvette (et al.), CECOM Montréal, 2008*  
8 livres d'histoires, 1 guide pédagogique, 1 DVD 26 mn, 1 CD Audio, 14 affichettes plastifiées, 1 CD-Rom

« Le Cirque farfelu » est un programme de développement de l'estime de soi et des habiletés sociales pour enfants d'âge préscolaire (3 à 5 ans). Il vise la prévention des difficultés relationnelles et de la violence en permettant aux enfants d'apprendre à vivre harmonieusement en groupe et à résoudre de façon positive les problèmes de vie en société, dès leur jeune âge. Il est destiné aux éducatrices et éducateurs de centres de la petite enfance, de garderies et de classes de pré-maternelle. Par le biais d'histoires mettant en scène des personnages et des animaux de cirque, le programme du Cirque farfelu aborde des thèmes tels la connaissance de soi, le respect des différences individuelles, l'expression de la joie, de la tristesse et de la colère, le partage, l'entraide, la persévérance et l'effort.

### **Le corps c'est aussi...**

*Cultures et santé, s.d.*

1 affiche, recueil de paroles (32 p.), fiches informatives (9 p.), fiches d'animation (16 p.), 50 cartes illustrées  
Réalisé dans le cadre d'accueil de primo-arrivants, notamment de mineurs étrangers non-accompagnés (MENA), cet outil d'animation permet d'aborder avec eux et avec les jeunes en général, des sujets liés à la thématique du corps. Il peut également permettre de traiter des thématiques telles que l'activité physique, l'alimentation, les relations interpersonnelles, la sexualité, le bien-être, les compétences



psychosociales, l'hygiène corporelle ou encore la maternité et la vieillesse. Composé de plusieurs éléments, il propose une affiche dans laquelle de nombreuses images évoquent les représentations du corps, des cartes illustrées qui reprennent chaque illustrations visibles sur l'affiche, un recueil de parole sur les représentations du corps et un guide d'accompagnement composé de fiches informatives et de fiches d'animation.

#### **Les amis de mon jardin**

*POHIER Michelle, BEAUREPAIRE Marc, CLOART Loïc, CRES Nord-Pas de Calais, 2011*

1 livre conte (83 p.), 1 CD Rom du conte (13 histoires), 1 guide pédagogique et méthodologique (53 p.), 1 CD Rom Guide d'utilisation, 1 Puzzle (12 pièces dim. 1m\*0.7), 20 marionnettes au doigts et socles plastiques pour les placer sur le puzzle, 10 fiches outils

Ce programme éducatif est basé sur une adaptation du conte canadien "The Hole in the Fence". Il a pour objectif de susciter l'acquisition précoce de la confiance en soi et des aptitudes pour les relations interpersonnelles et de préparer l'enfant, dès l'âge de 5 ans, à faire face aux sollicitations et pressions extérieures pouvant conduire à la consommation de toutes forme de drogues. Version 2011.

#### **Les expressions**

*Akros educativo, Interdidak, s.d.*

50 cartes, 1 fiche d'utilisation

Ce jeu s'adresse à des enfants à partir de trois ans afin de mieux connaître les expressions du visage et favoriser la reconnaissance des émotions. Le jeu est composé de 10 cartes illustrant une expression (joie, tristesse, surprise...) dessinée au crayon noir et de 40 cartes montrant ces mêmes expressions au moyen de photographies de personnes de différents âges et sexes. Les participants doivent assembler 4 photographies à chaque dessin et ainsi apprendre à mieux identifier les expressions du visage illustrant des émotions.

#### **Marionnettes des émotions à 2 visages**

*Akros educativo, 2011*

Mallette de transport contenant : 1 kit de 6 marionnettes + 1 CD Audio MP3 +

1 livret contenant le texte des contes + 1 guide pédagogique + planches à colorier.

Cette mallette pédagogique est conçue pour permettre à l'enseignant de travailler en classe sur la reconnaissance des émotions. Les enfants vont ainsi mettre en scène des émotions grâce aux 6 marionnettes (dont 4 réversibles avec deux visages différents) fournies dans la mallette. Chaque émotion est représentée par l'expression faciale de

la marionnette mais aussi par un symbole: le soleil pour la joie, la foudre pour la colère, le fantôme pour la peur, etc. Ces marionnettes sont accompagnées d'un CD Audio MP3 (disponible en plusieurs langues) contenant 2 histoires d'environ 10 mn chacune et permettant de représenter les histoires sans avoir à les narrer.

#### **Media smart plus. La démarche d'éducation aux médias et à la publicité destinée aux collégiens**

*Union des annonceurs (UDA), Junium, 2013*

Livret enseignant 13 p., 14 fiches élèves, 3 fiches enseignants, 1 mémo élève. Ce kit est disponible en version papier ou en téléchargement. Ce kit s'adresse aux collégiens et à leurs enseignants. Il propose des axes de recherche et de réflexion, des sujets de discussion, des ateliers de mise en pratique autour des médias et de la publicité. Il a pour objectifs de développer l'esprit critique des adolescents et de les aider à adopter une consommation plus réfléchie.

#### **MIAM Marketing Industrie Alimentation Médias**

*DURAND Céline, GOUDIN Sébastien, LENZI Mylène (et al.), ADES du Rhône, 2011*

Fiches d'animation, fiches d'information et fiches méthodologiques, ill. en coul.

Cet outil en ligne propose de favoriser la remise en question des comportements alimentaires par la dénonciation des pratiques de l'industrie agro-alimentaire et d'engager une réflexion sur l'image du corps véhiculée par les médias. Il est composé de trois parties principales : des fiches méthodologiques, des fiches d'animation et des fiches d'informations. Les fiches d'animation, très structurées, sont au cœur de l'outil et renvoient à la fois aux fiches méthodologiques, et aux fiches d'information mais également à des supports d'animation (vidéos en ligne, mallettes pré-existantes, ...). Cet outil est particulièrement bien pensé pour les jeunes : les illustrations sont très colorées et attrayantes, son articulation est dynamique. A noter : à la date de juillet 2012, les fiches d'animation "Images du corps et des médias" sont en cours de construction ainsi que la partie "Ressources".

#### **Millemots. Vivre ensemble**

*TESSIER Michèle, POULET Thierry, BOUVIER Céline (et al.), Sed, 2015*

1 fichier ressources, 6 grands posters recto verso (12 thèmes), 5 petits posters, 4 boîtes incivilité, 1 étui transparent de rangement pour les images séquentielles, 1 pochette de rangement des posters, 2 livrets en plastique transparent pour classer les cartes citoyenneté, 50 images séquentielles, 40 grandes cartes citoyenneté, 4 lots

de 36 cartes citoyenneté, 16 plateaux de loto, 10 disques repositionnables, 30 smileys négatifs, 32 pictogrammes "attention danger". Les outils contenus dans cette mallette permettent d'aborder toutes les composantes de la citoyenneté à la maternelle (la sécurité, le respect de soi et d'autrui ; la vie sociale et la politesse ; le respect des biens et de l'environnement). Ils facilitent le dialogue et les échanges, suscitent la prise de parole en groupe et favorisent la construction des savoirs grâce à une approche transversale du vivre ensemble. Les thèmes abordés sont "Chez moi" : l'appartement, le quartier, avec mes frères et sœurs ; "À l'école" : la cantine, la classe, la récréation, la sortie en car ; "En sortie" : la piscine, la promenade en vélo, la promenade en forêt.

#### Parcours D-Stress

*BONTEMPS R., DE REYS Y., SPIECE C., Union nationale des mutualités socialistes-service promotion de la santé, Question santé, 2002*

1 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 "énergies", des cartes info, détente et situation. 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 et 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.

#### Pictogrammes des sentiments

*KÖHLER Jaqueline Charlotte, Schubi, 2007*

77 cartes en noir et blanc et un mode d'emploi. Le but de ces pictogrammes est de prendre conscience de ses sentiments, les différencier et les exprimer. Les manifestations de sentiments représentées sur les cartes ont été réduites à leurs éléments essentiels de manière à être aisément reconnaissables. Les pictogrammes sont là pour éveiller l'attention des enfants, leur offrir une possibilité d'identification et stimuler leur imagination.

#### Pistes de vie, pour encourager l'estime de soi et le respect de l'autre : collège/lycée

*Fédération nationale couples et familles, Fédération nationale couples et familles, 2005*  
1 livret de l'intervenant, 20 cartes des émotions, 45 cartes de couleurs, 1 cassette audio et 1 CD audio, 1 cassette vidéo et 1 DVD, 1 photolangage de 54

photos, 5 documents format A4 plastifiés (1 questionnaire d'identification "qui suis-je", "suis d'accord/pas d'accord" : 6ème-5ème et 4ème-3ème, mes compétences, fleur de vie), 1 exemplaire de la revue trimestrielle Couples et familles

Cette mallette élaborée à l'attention des personnels éducatifs, travailleurs sociaux et animateurs, contient un ensemble de moyens pédagogiques pour apprendre à : se connaître soi-même et s'apprécier, identifier et gérer ses propres émotions, écouter l'autre, le connaître, accepter les différences, découvrir les émotions et les sentiments de l'autre, le respecter, expérimenter différentes possibilités de résolution de conflits, prévenir les violences. Les jeunes découvrent ces apprentissages par des méthodes ludiques et interactives, qui favorisent l'expression et l'écoute.

#### Pistes de vie, pour encourager l'estime de soi et le respect de l'autre : maternelle / primaire

*Fédération nationale couples et familles, Fédération nationale couples et familles, 2005*

La mallette pédagogique comprend : 1 livret de l'intervenant, 3 marionnettes, 2 exemplaires du jeu de la vie avec dés et pions de couleur, 20 cartes des émotions, 1 photolangage de 27 photos, 4 documents format A4 plastifiés (1 questionnaire d'identification "qui suis-je ?", "l'autocuseur", 1 "je suis d'accord/pas d'accord" CM2, Je m'intéresse à), 1 exemplaire de la revue trimestrielle Couples et familles

Cette mallette élaborée à l'attention des personnels éducatifs, travailleurs sociaux et animateurs, contient un ensemble de moyens pédagogiques pour apprendre à : se connaître soi-même et s'apprécier, identifier et gérer ses propres émotions, écouter l'autre, le connaître, accepter les différences, découvrir les émotions et les sentiments de l'autre, le respecter, expérimenter différentes possibilités de résolution de conflits, prévenir les violences.



#### Potes et despotes

*Association départementale d'information jeunesse (ADIJ) des Côtes-d'Armor, Compagnie les comédiens associés, Collège Ernest Renan (et al.), ADIJ des Côtes-d'Armor, 2009*

Un classeur qui comprend : un livret d'accompagnement de deux pages, 15 fiches pour les animateurs, 15 saynètes en 2 ou 3 exemplaires, un questionnaire d'évaluation photocopiable. Cet outil permet d'aborder à travers des saynètes interactives et réalistes les thèmes du respect, des violences et des différences chez les adolescents.

### **Prêt pour la vie**

*TIELEMANS Erwin, SCHNEIDER Kai, BLEYS Lucas (et al.), ACNV-BF, Conplustact, 2013*

1 carnet de l'élève, 1 guide pédagogique, 1 jeu de cartes "La Communication Bienveillante, cartes de sentiments et de besoins"

Cet outil a été créé afin d'aider des élèves de 11 à 14 ans à mieux se connaître et mieux comprendre les autres, via l'apprentissage de la communication non violente. Il propose 16 thèmes à vivre en groupe, en classe. La démarche proposée permet aux élèves de vivre des expériences pour prendre recul, pour ouvrir à des prises de conscience sur la manière de communiquer, d'être en relation. De leçon en leçon, les élèves apprennent à communiquer de manière respectueuse d'eux-mêmes et des autres dans la conscience des sentiments et besoins.

### **Profédus. Un outil au service de la formation de tous les enseignants**

*INPES, 2010*

Un classeur comprenant : le mode d'emploi de l'outil, un livre "Education à la santé. Quelle formation pour les enseignants ?", un DVD, un photoforum et son guide d'utilisation, des fiches d'activités.

Conçu à partir de l'expérience de nombreux formateurs d'enseignants et de l'apport d'experts en éducation à la santé, l'outil Profédus permet de mettre en place des formations en éducation à la santé à destination des étudiants en formation initiale comme des enseignants en activité. Il est le fruit d'une collaboration du Réseau des IUFM pour la formation en éducation à la santé et prévention des conduites addictives (ES/PKA) et de l'Inpes. Cette co-réalisation a mobilisé 190 contributeurs pendant cinq ans. L'outil rassemble des éléments qui vont aider le formateur à préparer sa formation, et d'autres qui vont lui permettre d'illustrer la démarche pédagogique en éducation à la santé lors du temps de formation.

### **Restons cool ! Outil pédagogique pour enfants de 6 à 15 ans**

*TAREK Aïcha, LEROY Anne-France, Les jeux de la marmotte, 2015*

1 livret de formation, 12 cartons de participation, 1 planche A4 à photocopier. Pour les 6/8 ans : 1 fiche techniques A5, 12 cartes "comportement girafe", 4 cartes "comportements chacal", 2 cartes "Smiles", 11 cartes "Bon-point" + 1 planche A4, 12 médailles + 1 planche A4. Pour les 9/15 ans : 1 fiche techniques A5, 12 cartes "clefs de comportement", 11 étoiles + 1 planche A4, 12 diplômes + 1 planche A4, 2 cartes Smiles  
Ce kit d'animation en communication bienveillante

est un outil d'autogestion qui permet aux enfants de se responsabiliser, d'apprendre les règles du vivre ensemble en étant ou en devenant des petits médiateurs actifs. Cet outil s'adresse également à tous les professionnels liés à l'enfance mais également aux familles.

### **SacADOS**

*Fédération nationale couples et familles, 2015*

4 livrets : Estime de soi et respect de l'autre ; Contes et scénarios ; Aimer sans risque ; Petit précis de droit pour les animateurs, 4 feuilles A4 plastifiées à photocopier, jeux, cartes, photos : 65 photos ; 30 cartes smileys ; 30 bûchettes ; 16 cartes "brin de causette", 20 cartes "moi et les autres", 66 cartes "ça me fait quoi", 18 cartes "situations amicales", jetons, dé, points de vie

Ce kit pour les professionnels intervenant auprès d'enfants ou d'adolescents (du CM2 au lycée), vise à prévenir les violences : violence verbale, verbale ou sexuelle. Il propose des activités pour libérer la parole, mieux se connaître, développer les compétences psychosociales et la communication non-violente, comprendre l'importance de l'estime de soi, reconnaître l'emprise et apprendre à se positionner dans les relations aux autres... L'objectif est d'inviter les jeunes à réfléchir de façon ludique et collective aux contextes dans lesquels ils vivent afin qu'ils puissent mettre en place par eux-mêmes des relations saines et équilibrées : réfléchir sur leur comportement, leurs habitudes, leurs émotions et leur positionnement face à certaines questions d'ordre affectif et sexuel ; débattre entre eux pour trouver une issue à certaines situations, conflictuelles ou non ; se positionner face à des situations de violence, d'emprise ou de conduites à risques, dont ils peuvent être victimes, auteurs ou témoins. L'outil offre un ensemble diversifié de supports pédagogiques que l'intervenant sélectionnera selon son groupe, son choix d'exercice et ses objectifs : thèmes de discussion, cartes situation, cartes sentiments et émotions, smileys, scénarios, contes, livrets... L'animateur dispose par ailleurs d'un guide pédagogique pour l'aider et l'accompagner dans la mise en oeuvre et la conduite des exercices et outils. Cet outil fait suite et remplace les mallettes "Pistes de vie : pour encourager l'estime de soi et le respect de l'autre"

### **Sandwich garni**

*Clefs pour la jeunesse asbl, 2008*

57 cartes-activités, 1 livret d'infos, des autocollants, une carte-épargne à photocopier en plusieurs exemplaires, un diplôme  
Ce jeu permet de travailler avec une classe ou un groupe de jeunes le thème des préjugés et des



différences (qu'elles soient physiques, culturelles, mentales...), d'apprendre à mieux vivre ensemble et à considérer chacun avec respect et tolérance grâce à une série d'activités de coopération et de simulations ludiques. Les objectifs sont d'aborder le thème de la diversité et du harcèlement avec les jeunes et d'apprendre aux jeunes à formuler leurs opinions et à s'écouter mutuellement.

### **Synopsis. Valorisation du bien-être et estime de soi**

*ROHRIG Corinne, BOESCH Diane, BULARD Marie, CRES de Haute-Normandie, 2002*

Guide d'animation 45 p., CD-Rom Mac/PC, 20 photos coul.

Synopsis est un outil pédagogique conçu et réalisé par le CRES Haute-Normandie, à partir de travaux de référence sur l'estime de soi, la résilience, le développement des compétences psychosociales et la promotion de la santé. Ses différentes séquences ont été testées et validées lors de travaux (recherche action, programme annuel) menés par le CRES dans le cadre du programme régional de santé "prévenir le suicide chez les jeunes".

### **Tentations en rayons**

*Cultures et santé, 2012*

1 manuel, 1 carte "introduction", 10 cartes "accroche", 10 cartes "réflexion", 5 cartes "sens", 1 carte "conclusion", 1 plan de supermarché, 13 blocs représentant les différents rayons pour reconstituer "son" supermarché et l'analyser. Cet outil d'animation et de réflexion permet aux participants de comprendre et de déjouer les tactiques mises en place par les supermarchés afin de séduire ses clients et qu'ils soient tentés d'ajouter dans leur panier des produits qu'ils n'avaient au départ pas particulièrement l'intention d'acheter. L'outil est destiné aux professionnels des champs de la culture, du social, de l'insertion socio-professionnelle souhaitant développer des démarches d'éducation permanente avec leur public autour des supermarchés, des différentes stratégies destinées à les tenter et du budget.

### **Tina et Toni. Un programme de prévention globale pour les enfants de 4 à 6 ans**

*RINALDI Pascal, PECORARO Gaëlle, LOU Sissy (et al.), Addiction Info Suisse, 2011*

Fichier audio 37 mn, fichier PDF pour les activités 6 p.

"Tina et Toni" s'adresse aux adultes s'occupant d'enfants de 4 à 6 ans qui souhaitent développer un programme de prévention globale. Il offre un éventail d'activités ludiques dont l'objectif est de

permettre aux enfants de développer la confiance et l'estime d'eux-même pour favoriser, en grandissant, leur capacité à refuser la consommation de produits psychoactifs. Il se compose de huit séances audio mettant en scène deux kangouroux dans des épisodes de la vie quotidienne. Ces histoires permettent aux enfants de prendre du recul et d'exprimer leurs sentiments face à ces scènes qui font écho à leur vécu. Elles sont complétées par des activités à mener en groupe et des coloriages.



### **Toi moi nous !**

*Les petits citoyens, Valorémis, 2013*  
2 affiches pour comprendre les violences et matérialiser les engagements, 1 DVD de 10 vidéos,

32 cartes questions, livrets questionnaires pour débattre tous ensemble, 1 CD-Rom de documents méthodologiques, 1 livret pédagogique. 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.

### **Un zeste d'estime**

*Action chrétienne rurale des femmes (ACRF), ACRF, 2005*

7 fiches pédagogiques couleurs

Cinq fiches pédagogiques sont proposées au téléchargement, pour développer l'estime de soi. Deux fiches abordent le rapport à soi et à son corps, 1 fiche le rapport aux autres et notamment apprendre à dire oui et non, et deux fiches traitent enfin du rapport à l'action avec l'acceptation de l'échec et une méthodologie des objectifs personnels.

### **Une valise pleine d'émotions**



*KOG Marina, MOONS Julia, DEPONDT Luk, Averbode, 2008*

1 manuel pédagogique, 4 grandes images (40x30)

"personnages" incarnant les émotions (tristesse, joie, colère, peur), 16 cartes (11x11) "émotions", 48 images (11x11) "situation", 4 maisons des émotions, 17 marionnettes à doigt - 4 masques - une roue (20x20) - un CD rom. Cet outil a pour objectif de familiariser les enfants avec ce qu'ils éprouvent afin de travailler les émotions tout en jouant. Il permet également aux enfants d'apprendre à connaître et à exprimer les 4 sentiments de bases : tristesse, joie, colère, peur,

et de les reconnaître chez les autres. Les suggestions pédagogiques offrent aux enseignants et professionnels de santé, la possibilité d'aborder les émotions de différentes manières : par la parole, la lecture, le jeu, à l'aide de masques, de marionnettes, de la musique... Cet outil peut être utilisé durant toute l'année dans les classes de maternelles, mais aussi en 1e et 2e primaires, dans les crèches et dans l'enseignement spécialisé.

#### **Vivre ensemble. A la rencontre de la différence**

*DEFEYT Gaëlle, BAZIER Geneviève, MERCIER Michel, Presses universitaires de Namur, 2010*  
DVD 37 mn, 1 livret d'accompagnement, 10 fiches pédagogiques

Cet outil d'animation aborde le thème de la différence, par l'intermédiaire de six courts-métrages et dix fiches d'animation. Les courts-métrages portent sur les sujets suivants : la différence fille/garçon, l'homosexualité, la différence culturelle, le handicap physique, la surdité, l'analphabétisme. Les témoignages de personnes concernées par les thèmes abordés sont axés sur la relation à la différence et sur l'aspect positif de la rencontre à l'autre. Elles lancent un appel à la tolérance et amènent des pistes de réflexion pour mieux communiquer, mieux comprendre et ne plus avoir peur.

#### **Voir grand pour sa vie !**

*BOILY Diane, Septembre, s.d.*

1 classeur (guide d'animation), 1 conte "Le vieil arbre et l'oiseau", 1 DVD 26 mn  
"Voir grand pour sa vie" est un projet permettant aux élèves de cultiver leur estime de soi. Les auteurs ont voulu favoriser et développer les sentiments de sécurité, d'identité, d'appartenance et de compétence chez les enfants. Ce document vise à outiller les jeunes face à l'intimidation et différentes formes de violence avec lequel ils doivent composer. Le conte "Le vieil arbre et l'oiseau" constitue le point d'ancrage de l'animation. Il propose de faire vivre aux élèves le même cheminement que celui de l'Oiseau moqueur. Les jeunes sont guidés vers le même changement d'attitude qui a permis à l'Oiseau moqueur (la petite voix intérieure qui l'habite) de croire en sa valeur personnelle et de voir grand pour sa vie.

## Matériel de démonstration

#### **Les  mo'tactiles**

*Wesco, s.d.*

20 carrés tissu jaune, 1 sac

Cet outil traite des diverses expressions du visage. Il permet de jouer au Memory ou au bingo ou pour s'amuser des expressions faciales.

Matériel de démonstration

#### **Mini calmom tre**

*LAFLEUR René, Académie impact, s.d.*

1 demi disque cartonné

Cet outil permet de prendre conscience, par un repère visuel, de son degré d'agitation ou de son humeur. L'enfant ou l'adulte place la flèche dans la zone verte (souhaitable), jaune (modérée) ou rouge ( viter), puis ils discutent de la nécessité de maintenir une atmosphère agréable et des moyens pour y arriver. [Résumé de l' diteur].

#### **Roue de la colère**

*BEAULIEU Danie, Académie impact, s.d.*

1 roue pivotante

Cet outil de la collection "Roue d'impact" sur le thème de la colère permet d'aider l'enfant de 6 à 12 ans à comprendre ce qu'il vit et à viser un meilleur comportement. Cette roue invite l'enfant à reconnaître les différentes options possibles lorsqu'il fait face à une émotion. Elle permet également de prendre conscience des conséquences de ces émotions.

#### **Roue de la honte**

*BEAULIEU Danie, Académie impact, s.d.*

1 roue pivotante

Cet outil de la collection "Roue d'impact" sur le thème de la honte permet d'aider l'enfant de 6 à 12 ans à comprendre ce qu'il vit et à viser un meilleur comportement. Cette roue invite l'enfant à reconnaître les différentes options possibles lorsqu'il fait face à une émotion. Elle permet également de prendre conscience des conséquences de ces émotions.

#### **Roue de la timidité**

*BEAULIEU Danie, Académie impact, s.d.*

1 roue pivotante

Cet outil de la collection "Roue d'impact" sur le thème de la timidité permet d'aider l'enfant de 6 à 12 ans à comprendre ce qu'il vit et à viser un meilleur comportement. Cette roue invite l'enfant à reconnaître les différentes options possibles lorsqu'il fait face à une émotion. Elle permet également de prendre conscience des conséquences de ces émotions et, surtout, de viser de meilleures stratégies pour y faire face.

#### **Roue de la tristesse**

*BEAULIEU Danie, Académie impact, s.d.*

1 roue pivotante

Cet outil de la collection "Roue d'impact" sur le

thème de la tristesse permet d'aider l'enfant de 6 à 12 ans à comprendre ce qu'il vit et à viser un meilleur comportement. Cette roue invite l'enfant à reconnaître les différentes options possibles lorsqu'il fait face à une émotion. Elle permet également de prendre conscience des conséquences de ces émotions.

#### **Roue des peurs et des inquiétudes**

*BEAULIEU Danie, Académie impact, s.d.*

1 roue pivotante

Cet outil de la collection "Roue d'impact" sur le thème des peurs et des inquiétudes permet d'aider l'enfant de 6 à 12 ans à comprendre ce qu'il vit et à viser un meilleur comportement. Cette roue invite l'enfant à reconnaître les différentes options possibles lorsqu'il fait face à une émotion. Elle permet également de prendre conscience des conséquences de ces émotions.

#### **Selecteur d'attitude**

*BEAULIEU Danie, Académie impact, s.d.*

1 roue pivotante

Cet outil de la collection "Roue d'impact" sur les attitudes permet à l'enfant de découvrir les modes de réactions illustrés sur la roue puis lui permet de nommer des situations où lui, ou des personnes de son entourage, ont effectivement utilisé ces stratégies.

## Ouvrage

---

#### **Petit cahier d'exercices d'acceptation de son corps**

*MARREZ Anne, ODA Maggie, Jouvence, 2014*

62 p., ill. en coul.

Ce cahier invite à la mise en pratique, de façon ludique et interactive des exercices sur l'image du corps afin de comprendre et améliorer l'insatisfaction corporelle.

#### **50 activités pour agir et s'exprimer avec son corps à l'école maternelle**

*AZEMAR Claude, LAMOUREUX Patrick, BOYALS-JOSEPH Nadine (et al.), CRDP Midi-Pyrénées, CNDP, 2006*

158 p., ill.

Cet ouvrage présente, dans le cadre des nouveaux programmes, un ensemble de ressources et d'activités pédagogiques mobilisables dans une situation d'éducation physique. La démarche et les situations exposées favorisent la mise en place de liens avec les autres domaines de l'école maternelle. Cet outil propose des fiches-ressources dans lesquelles on trouvera des

informations ou des analyses sur l'éducation physique à l'école maternelle et des fiches pédagogiques présentant des situations concrètes de mise en œuvre.

#### **50 activités pour promouvoir la résilience chez les jeunes**

*BRUCE Nefertiti, CAIRONE Karen B., BELAIR Francine, Chenelière Education, 2014*

144 p.

Cet ouvrage apporte des outils pour aider les enfants de 3 à 8 ans à développer leur confiance en eux-mêmes, à comprendre leurs émotions, à interagir avec les autres et à contrôler leur comportement. En renforçant ainsi leur capacité de résilience, les jeunes seront en mesure de faire face aux situations plus ou moins heureuses auxquelles ils sont confrontés quotidiennement. Divisé en cinq chapitres, l'ouvrage propose 50 activités ludiques qui visent à promouvoir la résilience, que ce soit : en favorisant les relations positives entre les jeunes et leur entourage ; en faisant appel, quand c'est possible, à la collaboration entre la maison et le milieu d'apprentissage ; en suggérant des activités et des expériences intéressantes à vivre ; en ayant une activité de routine quotidienne bien établie et des transitions fluides ; en aménageant des espaces de jeu et d'apprentissage dynamiques. [Résumé IREPS Pays-de-la-Loire].

#### **50 exercices d'estime de soi**

*HAWKES Laurie, Eyrolles, 2009*

Bib., 126 p.

Ce petit livre aide à faire le point sur son estime de soi à travers 50 tests, quizz, exercices de dessin et questionnaires introspectifs.

#### **Allez, zou !**

*SANANIKONE Edward, PETIT Aurore, Sarbacane, 2014*

Illustré, np.

Cet album grand format pour petits aborde les notions d'autonomie et de confiance en soi. Dans ce livre, un oisillon quitte son nid pour la première fois, sous les yeux attendris de ses parents. Différentes rencontres (chauve-souris, zèbre, singe) vont l'aider à grandir.

#### **Attention : estime de soi en construction**

*DESLAURIERS Stéphanie, Midi trenté, 2013*

Illustré, 131 p.

Cet ouvrage s'adresse aux pré-adolescents qui se posent des questions sur l'estime de soi (douter de ses capacités, se comparer aux autres, etc.). L'auteur, aborde ce thème à travers l'histoire de quatre personnages très différents les uns des

autres, mais qui ont une chose en commun : ils doivent tous, chacun à leur façon, faire face à certains défis liés à l'estime de soi. Au fil du livre, le lecteur est amené à répondre à des questionnaires, remplir des grilles d'observation et même établir des contrats, dans le but de se sentir bien dans sa peau, développer une meilleure estime de lui-même et ainsi être mieux outillé pour faire face aux défis de la vie. [Résumé IREPS Pays-de-la-Loire].

#### **Aventure dans mon univers. Estime et affirmation de soi chez les 9 à 12 ans**

GAUDREAU Orietta, CLOUTIER Chantale, *Maison de quartier de Fabreville (Québec), Editions de l'hôpital Sainte Justine, 2005, 160 p., ill.*

Le programme contient 12 ateliers thématiques au cours desquels l'intervenant anime des activités liées à l'estime et à l'affirmation de soi. L'approche est basée sur le développement général de l'enfant abordé dans toutes les dimensions de son être : physique, affective, intellectuelle, sociale et morale.

#### **Banjo doit choisir ses amis**

CHARRIER Caroline, COTE Marie-Claude, GEOFFROY Danielle (et al.), *Septembre, 2011, Illustré 16 p.*

Cet album de la collection "Au pays de Magiri" permet de développer les compétences psychosociales des enfants de 2 à 5 ans, d'encourager l'expression des émotions et de favoriser une bonne estime d'eux-mêmes. "Banjo doit choisir ses amis" s'adresse plus spécialement aux enfants de 4 et 5 ans et permet de découvrir des moyens pour reconnaître les véritables comportements amicaux : sourire, parler et toucher doucement, partager, s'entraider. Ce livre est interactif, l'enfant a deux options pour choisir la fin de son histoire : soit suivre les bonnes idées de ouistiti, soit écouter les mauvaises idées de tempête. En fin d'ouvrage, l'adulte qui accompagne l'enfant dans la lecture de l'histoire, trouvera deux pages qui lui sont dédiées pour l'aider à mieux comprendre l'enfant et soutenir son développement. [Résumé IREPS Pays-de-la-Loire].

#### **Banjo et Tambourine ont peur**

CHARRIER Caroline, COTE Marie-Claude, GEOFFROY Danielle (et al.), *Septembre, 2011, Illustré, 16 p.*

Cet album de la collection "Au pays de Magiri" permet de développer les compétences psychosociales des enfants de 2 à 5 ans, d'encourager l'expression des émotions et de favoriser une bonne estime d'eux-mêmes. "Banjo et Tambourine ont peur" s'adresse plus spécialement aux enfants de 3 et 4 ans et permet de faire découvrir à l'enfant des moyens pour

apprivoiser ses peurs : le dire, demander de l'aide, établir un contact verbal ou visuel avec quelqu'un. Ce livre est interactif, l'enfant a deux options pour choisir la fin de son histoire : soit suivre les bonnes idées de ouistiti, soit écouter les mauvaises idées de tempête. En fin d'ouvrage, l'adulte qui accompagne l'enfant dans la lecture de l'histoire, trouvera deux pages qui lui sont dédiées pour l'aider à mieux comprendre l'enfant et soutenir son développement. [Résumé IREPS Pays-de-la-Loire].

#### **Bien s'entendre pour apprendre. Réduire les conflits et accroître la coopération, du préscolaire au 3ème cycle**

CANTER Lee, PETERSEN Katia, *Chenelière Education, 2003, 181 p.*

Présenté sous la forme d'un ouvrage, ce programme propose une vingtaine de situations d'apprentissage et des solutions pratiques pour réduire les conflits et favoriser la coopération dans les groupes d'enfants de 4 à 12 ans. Les thématiques abordées sont variées : faire de la classe une communauté d'entraide, établir des attentes face à un comportement approprié, enseigner et renforcer des habiletés sociales, vivre des conseils de classe, utiliser des équipes de coopération, enseigner des habiletés pour réagir aux conflits, résister à l'intimidation. Chacune des situations d'apprentissage comprend : des apports théoriques, la description et le déroulement de l'activité, une ou plusieurs pistes de réinvestissement, des activités à faire à la maison, des feuilles reproductibles pour l'enseignant et l'élève.

#### **Cahier de découverte de soi**

ROUX-FOUILLET Laurence, *Presses de la Renaissance, 2009, 63 p.*

L'auteure propose dans son cahier de découverte de soi, un parcours d'auto-analyse à travers des exercices de développement personnel. Ce cahier se divise en quatre parties : la première pour découvrir nos points forts et nos contradictions afin de comprendre la manière dont nous fonctionnons, la seconde qui s'intéresse à notre entourage et à son influence sur nous, la troisième à notre vécu, nos expériences, nos pensées et nos souvenirs et l'impact qu'ils ont sur la façon dont nous nous percevons et la dernière nous aide à mettre en pratique tout ce que nous venons d'apprendre sur nous.

#### **Cahier de travaux pratiques pour apprendre à gérer ses émotions**

FILLIOZAT Isabelle, *Marabout, 2011, 63 p.*

Ce cahier propose plus de quarante exercices ludiques et pédagogiques : quiz, tests, mots

cachés, travaux pratiques... Le but de ces exercices est d'apprendre à gérer ses émotions et à acquérir plus de confiance en soi pour ainsi faciliter les rapports avec autrui : sociabilité, gestion des conflits...

### **Calme-toi, Banjo !**

*CHARRIER Caroline, COTE Marie-Claude, GEOFFROY Danielle (et al.), Septembre, 2011, Illustré, 16 p.*  
Cet album de la collection "Au pays de Magiri" permet de développer les compétences psychosociales des enfants de 2 à 5 ans, d'encourager l'expression des émotions et de favoriser une bonne estime d'eux-mêmes. "Calme-toi, Banjo !" s'adresse plus spécialement aux enfants de 3 et 4 ans et permet de découvrir des moyens pour se calmer : parler moins fort, respirer, arrêter de bouger. Ce livre est interactif, l'enfant a deux options pour choisir la fin de son histoire : soit suivre les bonnes idées de ouistiti, soit écouter les mauvaises idées de tempête. En fin d'ouvrage, l'adulte qui accompagne l'enfant dans la lecture de l'histoire, trouvera deux pages qui lui sont dédiées pour l'aider à mieux comprendre l'enfant et soutenir son développement. [Résumé IREPS Pays-de-la-Loire].

### **Célestin, le ramasseur du petit matin**

*POILLEVE Sylvie, GOUST Mayalen, Père Castor Flammarion, 2007, Illustré, np.*  
Cet album aborde le chagrin et les sentiments et met en scène un personnage généreux qui débarrasse le monde de ses petits malheurs. Célestin est un grand bonhomme qui ramasse chaque jours tous les mouchoirs usagés que les gens ont rempli de chagrin. Il les stocke chez lui, mais bientôt, il s'aperçoit qu'il devient de plus en plus triste.

### **Comment développer l'estime de soi de nos enfants : guide pratique à l'intention des parents d'enfants de 6 à 12 ans**

*LAPORTE Danielle, SEVIGNY Lise, Editions de l'hôpital Sainte Justine, 1998, 119 p.*  
Ce guide s'adresse aux parents pour leur proposer une démarche simple et concrète pour aider au développement de l'estime de soi de leur enfants. Il contient des informations, des réflexions, des suggestions d'attitudes et de comportements ainsi que de nombreux exercices et questionnaires d'évaluation.

### **Construire des habiletés de communication : 200 activités pour des enfants en âge préscolaire**

*DELAMAIN Catherine, SPRING Jill, Chenelière Education, 2010, 291 p.*  
Cet ouvrage pratique propose une multitude de

jeux et d'activités graduées par niveau de difficulté, pour favoriser le développement personnel et social de l'enfant niveau maternelle et encourager le langage. Cet ouvrage s'adresse aux enseignants en classe normale ou spécialisée mais aussi aux orthophonistes, dans le cadre d'une rééducation efficace du langage. Il comprend trois parties : activités de langage liés au développement personnel et social : langage corporel, conscience des autres dans le groupe, confiance et autonomie, sentiments et émotions ; activités de langage et de communication : compréhension, écoute et attention, expression orale, mémoire auditive ; ressources pour l'enseignant : tableau de correspondance, feuilles de suivi des élèves.

### **Contes de résilience**

*Lajoie Gérald, CECOM Montréal, Centre jeunesse de Montréal, 2011, 1 boîtier de 16 ouvrages*  
« Contes de résilience » est une collection de 16 contes qui abordent une ou plusieurs situations douloureuses vécues par des enfants en grande difficulté : rejet, angoisse, anxiété de séparation, négligence, maltraitance, placement, déracinement, abandon, identité négative, mauvaise estime de soi, danger de recrutement, toxicomanie parentale et autres. Ces contes sont accompagnés d'un guide pour l'utilisateur. Cet outil vise à dénouer une impasse dans la communication d'un enfant avec son psychologue, travailleur social, psycho-éducateur, enseignant, parent ou tuteur, pour favoriser l'accès à son monde intérieur et pour l'amener à s'exprimer sur la ou les situations qui le bouleversent. Les contes de résilience ont été conçus pour être lus par ou avec l'aide d'une personne significative pour l'enfant, en situation d'intervention individuelle. Ils peuvent également servir à des fins de formation d'intervenants ou de soutien aux parents.

### **Contes et couleurs de puissants outils de communication. 20 contes pour exprimer et comprendre les émotions**

*COMPTE Marie-Alice, Erasme, 2013, Ill. en coul., 160 p.*  
Cet ouvrage s'adresse aux enseignants, parents ou toute personne ayant à s'occuper d'enfants. Il est une aide pour appréhender l'univers des émotions. L'autonomie, la confiance en soi, la peur sont quelques uns des thèmes qui sont exploités dans l'ouvrage. Les contes illustrés permettent à l'enfant de faire de lien avec sa propre vie. Des activités sont proposées pour aller plus loin dans la réflexion, qu'elle soit philosophique, émotionnelle ou culturelle. Des activités comme le bricolage, les jeux, les questions permettent d'explorer les



conditions pour favoriser une meilleure communication.

**Dégourdie et compagne. Vivre un sentiment de compétence scolaire. Deuxième cycle. Volume 2**  
*LUNEAU Solange, Editions de l'hôpital Sainte Justine, 2003, 127 p., ill.*

Ce document a pour objectif de faire prendre conscience à l'enfant de l'importance de reconnaître ses intérêts, ses forces et ses limites comme apprenant. Il découvre que la réussite suppose l'utilisation de stratégies efficaces. Il comprend que la détermination est essentielle à la poursuite et à l'atteinte de ses buts.

**Des jeux pour détendre et relaxer les enfants**  
*CHAUVEL Denise, NORET Christiane, RETZ, 2003 125 p., ill.*

Cet ouvrage propose une centaine de jeux qui prennent en compte les perceptions sensorielles visuelles, tactiles, auditives, olfactives et gustatives des enfants. Certains d'entre eux sont agrémentés d'un support musical ou complétés par des histoires, poésies et comptines dont la structure répétitive incite à la détente et à la relaxation.



**Dynamix, jeux interactifs destinés aux enfants de 3 à 12 ans. Volume 1 : Le groupe s'accueille**

*Clefs pour la jeunesse asbl, 2008, 48 p., ill.*

Cet ouvrage offre un large éventail d'activités ludiques qui permettent de développer les compétences sociales des enfants, de manière interactive, tout en se basant sur leur vécu. Ce volume rassemble une série d'activités ludiques qui permettent d'apprendre à se connaître. La première partie du manuel contient des jeux qui ont pour but d'apprendre les prénoms respectifs des personnes à l'intérieur d'un groupe ; la seconde partie permet aux enfants d'apprendre à se découvrir autrement.

**Dynamix, jeux interactifs destinés aux enfants de 3 à 12 ans. Volume 2 : former des groupes de travail**

*Clefs pour la jeunesse asbl, 2008, 48 p., ill.*

Cet ouvrage offre un large éventail d'activités ludiques qui permettent de développer les compétences sociales des enfants, de manière interactive, tout en se basant sur leur vécu. Le volume n° 2 présente des exercices permettant de former des groupes de deux et des groupes de trois et plus.

**Dynamix, jeux interactifs destinés aux enfants de 3 à 12 ans. Volume 3 : se sentir bien dans le**

## groupe

*Clefs pour la jeunesse asbl, 2008, 48 p., ill.*

Cet ouvrage offre un large éventail d'activités ludiques qui permettent de développer les compétences sociales des enfants, de manière interactive, tout en se basant sur leur vécu. Ce 3ème volume contient une série d'activités dans lesquelles priment confiance et collaboration. Les enfants expérimentent, au travers de jeux interactifs, pourquoi il est facile ou difficile de faire confiance aux autres et tout ce qui peut renforcer ou freiner la collaboration.

**Dynamix, jeux interactifs destinés aux enfants de 3 à 12 ans. Volume 4 : le groupe s'amuse**  
*Clefs pour la jeunesse asbl, 2008, 48 p., ill.*

Cet ouvrage offre un large éventail d'activités ludiques qui permettent de développer les compétences sociales des enfants, de manière interactive, tout en se basant sur leur vécu. Ce volume 4 rassemble une large gamme de jeux connus et moins connus pour les enfants de 3 à 12 ans. Certains jeux sont accompagnés de questions de réflexion.

**Dynamix, jeux interactifs destinés aux enfants de 3 à 12 ans. Volume 5 : le groupe se sépare**

*Clefs pour la jeunesse asbl, 2008, 48 p., ill.*

Cet ouvrage offre un large éventail d'activités ludiques qui permettent de développer les compétences sociales des enfants, de manière interactive, tout en se basant sur leur vécu. Ce 5ème volume propose des activités dont le but est de motiver les enfants à rechercher des éléments positifs, des qualités chez les autres et à les mettre particulièrement en valeur à la fin, lorsque le groupe se sépare.

## Estime de soi et santé

*HAYOZ ETTER Claire, BUTAZZONI Jislen, Promotion de la santé et prévention, 2009-08, 56 p.*

Ce dossier pédagogique a pour objectif de renforcer l'estime de soi de chaque élève afin d'augmenter les facteurs de protection face aux divers problèmes de la vie. La première partie du document présente le but global, les objectifs à travailler et rappelle quelques repères théoriques. La deuxième partie propose une vingtaine d'activités prêtes à l'emploi pour les classes, divisées en 3 chapitres: la santé, l'estime de soi et l'affirmation de soi. En fin de document se trouvent une bibliographie et quelques adresses utiles.

**Fiches Vitalité. Activités dynamisantes pour les adultes, pour les jeunes, pour tout le monde**

*TIELEMANS Erwin, PAQUET Philip, ACONV-BF, Conplustact, 2013, 86 p.*

Les "fiches Vitalité" sont un recueil d'activités interactives de coopération qui donnent de l'énergie à un groupe et qui mettent les gens en contact les uns avec les autres. Ce document propose des méthodes pour stimuler l'apprentissage autour des thèmes suivants : la création d'un climat de groupe positif, la communication, le travail d'équipe, la résolution de problèmes et des conflits, l'évaluation dans des groupes d'apprentissage. Les activités proposent des conseils et des instructions pour les débutants et les formateurs professionnels.

### **Grandir ensemble. Activités pour enseigner des habiletés de résolution de conflits**

*DREW Naomi, BELAIR Francine, Chenelière Education, 2011, 165 p.*

Cet ouvrage propose aux enseignants et professionnels de l'éducation des activités autour de la résolution des conflits. 25 activités sont proposées pour : favoriser le respect et la communication positive ; réduire les conflits et la violence ; enseigner les compétences de gestion de la colère ; développer de la compassion envers les autres ; enrayer l'intimidation, augmenter sa confiance personnelle ; faire de l'école (ou autre lieu) un endroit plus pacifique.

### **Grandir ensemble. Parents et tout-petits**

*DELIGNE Isabelle, FONTENIAUD Didier, Le Club des bébés, Quart monde, 1995, 191 p., ill. en coul., photogr., bib*

Cet ouvrage traite de l'éducation des tout-petits. Il relate la rencontre de familles en difficulté, de la région de Reims avec une éducatrice membre du Mouvement ATD Quart Monde, pour aider les parents à apprendre à élever leurs enfants sur un plan psychologique et pratique, en dépit des contraintes et des conditions de vie difficiles. C'est aussi un outil de médiation pour tous les professionnels de la petite enfance.

### **Grrrr !!! Comment surmonter ta colère. Guide pratique pour enfants colériques**

*VERDICK Elizabeth, LISOVSKIS Marjorie, Midi trente, 2011, illustré 117 p.*

Ce petit guide pratique propose aux enfants de 7 à 11 ans, des moyens pour parvenir à maîtriser ses colères. Il propose cinq étapes pour modérer sa mauvaise humeur ; six étapes pour résoudre les problèmes de colère ; des indices pour connaître ses « boutons de colère » et les « signes d'avertissement » physiques de sa colère ; des façons de décompresser et de se calmer ; le mode d'emploi de son « radar de la colère » ; ce que l'on peut faire quand des adultes se mettent en colère.

### **Guide d'animation des ateliers "Estime de soi"**

*TOURETTE-TURGIS Catherine, REBILLON Maryline, PEREIRA-PAULO Lennize, Comment dire, 2007, 64 p.*

Ce guide a été réalisé dans le cadre d'un projet pilote sur l'amélioration de la qualité affective et sexuelle et la prévention en direction des personnes séropositives dans deux services de soin parisiens. Ce manuel a les objectifs suivants : sensibiliser les animateurs de groupes de personnes séropositives à l'importance de la restauration ou du maintien de l'estime de soi dans les aspects psychosociaux du suivi de soin VIH et de la prévention ; définir le contexte et le courant dans lesquels peut s'inscrire une approche de la prévention par la qualité de vie affective et sexuelle ; identifier et expliciter les objectifs et le fonctionnement d'un atelier sur l'estime de soi ; rappeler les bases de l'animation d'un groupe portant sur l'estime de soi, la séropositivité au VIH, la qualité de vie affective et sexuelle et la prévention ; présenter en détail des séquences d'activités à animer sur cinq séances.

### **Guide éducatif sur la réparation et l'estime de soi. Faire une erreur ne signifie pas que tu es une erreur !**

*CARTIER Louis, METIVIER Chantale, Atelier bleu M'ajjiiik, 2008, 71 p., n & b, affiche*

Ce guide est conçu pour outiller tout intervenant qui désire traiter une difficulté particulière avec un élève en situation d'échec ponctuel ou persistant ainsi que pour sensibiliser un groupe d'élèves à cet aspect important de l'estime de soi et des relations inter-personnelles. Il contient une méthode en cinq étapes de l'utilisation de l'affiche "Faire une erreur, ne signifie pas que tu es une erreur !" ainsi que 21 activités pédagogiques reproductibles qui traitent de la réparation et de l'estime de soi. Les activités sont appuyées par des pistes d'animation qui permettent d'atteindre l'objectif visé par chacune d'entre elles.



### **J'ai des soucis dans la tête...**

*GALLAND Françoise, HERRENSCHMIDT Sandrine, Association Sparadrap, 2007*  
Bande-dessinée 19 p.

Cette bande-dessinée aborde le sujet de la dépression de l'enfant, du mal-être, de la mésestime de soi. Elle permet de faire prendre conscience à l'enfant qu'il est peut-être en souffrance, que les signaux d'alerte sont parfaitement identifiables, qu'il peut en parler à son entourage et se faire aider par des médecins.

### **J'me sens bizarre !**

*Sylvette, Lilyginn, Actes sud junior, 2011*

59 p., ill. en coul

Ce cahier d'activités traite du thème des émotions et propose des activités pour les gérer. Il propose par exemple de créer un monstre à colère pour évacuer sa propre colère, enfermer son mécontentement dans un sac à boudage, ou bien encore fabriquer son parfum du bonheur pour partager sa joie...

### **Jojo l'ourson. Une journée pleine d'émotions**

*LACHANCE Sylvie, Midi trente, 2010, 126 p., ill*

A destination des enfants, cet outil s'articule autour de neuf émotions : la bonne humeur, la tristesse, la peur, la surprise, la colère, la déception, la gêne, la culpabilité et l'inquiétude. Cet ouvrage permet aux enfants de reconnaître leurs émotions pour pouvoir ainsi les gérer au mieux.

### **La confiance en soi ça se cultive**

*AUDERSET Marie-José, TESSON Luc, De La Martinière Jeunesse, 2007, 112 p., ill.*

Cet ouvrage s'adresse aux adolescents qui ont des difficultés à prendre la parole en public. Il donne des conseils afin de répondre aux nombreuses questions qu'ils se posent : impression de nullité, sentiment de ne pas être à la hauteur, manque de confiance en soi en les accompagnant dans leur construction.

### **La coopération : un jeu d'enfant. De l'apprentissage à l'évaluation 4 à 7 ans**

*HOWDEN Jim, LAURENDEAU France, Chenelière Education, 2005, 139 p.*

Destiné aux enseignants d'école primaire, ce programme pédagogique leur propose de mettre en place une pédagogie coopérative auprès de leurs élèves (4-7 ans), l'objectif étant la familiarisation à certaines valeurs telles que la confiance, l'entraide, la prise de risques, l'engagement, l'ouverture aux autres ou au plaisir. Construit autour de cinq chapitres, l'enseignant y puisera tout d'abord un éclairage théorique et pratique sur les modalités et les objectifs de cette stratégie d'enseignement. 12 activités à réaliser en petits groupes sont ensuite proposées afin de promouvoir et d'expliciter les valeurs coopératives. Pour chacune d'elles, les auteurs précisent la valeur ciblée, la durée approximative, le matériel par équipe, le déroulement et une possible variante. Après ces exercices de sensibilisation, l'enseignant peut engager un travail plus approfondi en s'appuyant sur le second volet de 16 activités qui ont pour but de stimuler l'interaction sociale entre les élèves, en encourageant le travail

en coopération. Enfin, les deux derniers chapitres visent à aider l'enseignant dans la mise en place et l'organisation concrète de cette pédagogie participative en lui offrant des conseils d'évaluation, de planification, des supports ludiques à distribuer aux élèves. Guidé et accompagné dans sa réflexion et sa pratique, l'enseignant trouvera ici de nombreuses pistes pour développer cette stratégie d'enseignement centrée sur l'enfant et son comportement.

### **La coopération au fil des jours. Des outils pour apprendre à coopérer**

*HOWDEN Jim, MARTIN Huguette, ARCAND Diane (et al.), Chenelière Education, 1997, 265 p.*

Ce guide pratique contient une centaine de structures, de stratégies et d'activités pour aider les enseignants à créer dans leurs classes, un milieu de vie et de travail coopératif. Il s'adresse aux enseignants qui ont décidé d'intégrer les principes de l'apprentissage coopératif à leur pratique éducative et qui veulent en promouvoir les valeurs. Cet ouvrage propose de multiples ressources en vue d'aider les élèves à développer leurs capacités de travailler ensemble à la résolution de problèmes, à mettre leurs forces à contribution pour accomplir une tâche, à s'ouvrir à la différence et à prendre leurs responsabilités en tant qu'apprenants, mais aussi en tant que membres d'un groupe.

### **L'apprentissage de l'estime de soi. Treize fiches pédagogiques pour l'éducation à la non-violence et à la paix**

*ROUSSEL Vincent, VINCENT Monique, Coordination française pour la Décennie, Réseau école et non-violence, 2009-04, 47 p., annexes*

Ce programme développé par la Coordination française pour la décennie et le Réseau école et non-violence propose aux élèves de l'école primaire et du collège une formation pour développer des habilités psychosociales leur permettant de contribuer à l'amélioration du bien vivre ensemble. Son objectif est "l'acquisition par les élèves d'un savoir, d'un savoir-faire, d'un savoir-être leur permettant de cultiver des relations pacifiées, coopératives, solidaires et fraternelles avec les autres enfants et avec les adultes et de développer des aptitudes citoyennes les rendant acteurs de la vie démocratique de la société". Treize fiches pédagogiques composent le document, assorties de propositions d'activités.

### **L'apprentissage du genre. Dix-sept fiches pédagogiques pour l'éducation à la non-violence et à la paix**

*ROUSSEL Vincent, Coordination française pour la*



*Décennie, 2009-05, 115 p., 17 fiches d'activités en fonction du public ciblé, 1 modèle de fiche d'expérience*

Ce programme propose aux élèves de la maternelle jusqu'en classe 3ème une formation qui développe chez eux des habiletés psychosociales leur permettant de contribuer à l'amélioration du "bien vivre ensemble". L'objectif spécifique est d'apprendre la mixité, le respect de l'égalité des sexes dans le cadre d'une culture de la non-violence et de la paix.

#### **L'arc-en-ciel des besoins : livre-jeu**

*COSTETTI Vilma, Esserci, 2007, 63 p.*

Dans le cadre de projets en Communication non-violente, des enseignants et des enfants ont mené, ensemble, un travail de réflexion autour de la notion de « besoins ». Les jeux et les fiches proposés dans ce livre en sont issus. Il s'agit d'apprendre à reconnaître ses besoins, à l'école, en famille, auprès d'amis, au cours des loisirs...

#### **L'arc-en-ciel des sentiments : livre-jeu**

*COSTETTI Vilma, Esserci, 2006, 50 p., 1 DVD*

Cet album est composé de jeux, d'activités et d'histoires et d'un DVD pour comprendre la communication non-violente et apprendre à exprimer ses sentiments et ses besoins.

#### **Le conte chaud et doux des chaudoudoux**

*STEINER Claude, Interéditions, 2004*

Cet ouvrage est un conte illustré pour les enfants. Les enseignants et les professionnels de la formation peuvent l'utiliser afin de former un groupe dans lequel les idées de compétition sont remplacées par le partage. Il permet d'améliorer les relations humaines au sein de la famille, de son cercle d'amis ou du milieu professionnel.

#### **Le corps et ses représentations**

*GUIRAO-JULLIEN Magdalena, RETZ, 2005-11*

60 p., ill.

Cet ouvrage propose 54 planches photocopiables d'activités pour susciter l'observation et la réflexion autour du thème du corps. Elles abordent le schéma corporel, le corps en activité, les organes vitaux, le squelette et la dentition, l'hygiène et la santé, et les cinq sens.

#### **Le temps des émotions**

*BELAVAL Julie, MANEA Carla, 2013, Illustré np.*

Dans cet ouvrage, l'enfant découvre les émotions en association avec le temps qu'il fait. Il peut ainsi mieux comprendre ce qu'il ressent et l'exprimer. A partir de 4 ans.

**L'éducation émotionnelle de la maternelle au**

#### **lycée. 200 activités pédagogiques et ludiques**

*CLAEYS BOUUAERT Michel, MERTEN Sita, Association pour l'éducation émotionnelle, 2013 205 p.*

Ce guide propose des stratégies, jeux et outils pédagogiques visant à développer les compétences liées à l'intelligence émotionnelle. 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. Ce document présente aux enseignants et aux parents des solutions pour favoriser la réussite et l'épanouissement des enfants.

#### **Léon et ses amis. Le programme pour développer les habiletés sociales**

*DUBE Maude, Educatout, 2010, 176 p., ill.*

Ce document présente un programme et des activités qui favorisent l'apprentissage des habiletés sociales chez l'enfant. Il propose de travailler sur une meilleure estime de soi, une meilleure interaction avec les autres, une diminution des comportements agressifs et une meilleure intégration sociale.

#### **Les chagrins**

*DOLTO Catherine, FAURE-POIREE Colline, MANSOT Frédéric, Gallimard jeunesse, 2006*

Illustré np

Cet ouvrage permet d'expliquer le chagrin : comment vivre petits et grands chagrins, qu'on soit enfant ou parent, et comment réagir en cas de chagrin d'un proche.

#### **Les cinq malfoutus**

*ALEMAGNA Béatrice, Hélicium, 2014*

Illustré, np

Cet ouvrage pour enfants aborde le handicap, la différence et l'estime de soi. A travers l'histoire de cinq êtres étranges qui se sentent inutiles dans la vie, car ils ne sont pas faits comme tout le monde, l'auteure fait réfléchir sur soi-même, sur les autres et sur l'acceptation de soi tel que l'on est, avec le bon et le moins bon.

#### **Les colères**

*DOLTO Catherine, FAURE-POIREE Colline, MANSOT Frédéric, Gallimard jeunesse, 2006*

illustré, np

Cet ouvrage aborde le thème des colères. Il permet à l'enfant d'identifier cette émotion (grosse ou petite colère, caprice selon les parents...) dans le but d'apprendre à les gérer.

**Les petits plongeurs. Education aux valeurs par le théâtre. L'estime de soi 6 à 9 ans**

*Atelier bleu M'ajjiik, METIVIER Chantale, CARTIER Louis, La Chenelière, 1998, 72 p., ill.*

Cet ouvrage pour travailler l'estime de soi des 6-9 ans se divise en deux parties. La première comprend une pièce de théâtre reproductible ainsi que des activités qui amènent les enfants à comprendre le sujet et les personnages en approfondissant le sens des mots, des actes et des réactions chez soi et chez les autres. La seconde partie est constituée du guide d'exploitation pédagogique qui présente les objectifs à atteindre, le corrigé des activités, une méthode pour monter la pièce et des activités d'intégration du français, des mathématiques, du développement personnel et social, des arts, de la santé et de l'éducation aux valeurs.

### **Les sentiments**

*GEIS Patricia, FLOCH Sergio, Deux coqs d'or, Hachette, 2009, np., ill. en coul., feutre*

Ce livre apprend aux enfants à reconnaître et à mettre des mots sur leurs émotions. Grâce à la roue des sentiments et au feutre effaçable, ils peuvent décrire ce qu'ils ressentent à tout moment et le dessiner.

### **Les sentiments en jeu. Des activités pour comprendre, gérer et canaliser les émotions**

*BRAULT SIMARD Lucie, Les productions dans la vraie vie, 2007, 55 p., ill. en coul., bib.*

Ce document propose 21 animations pour permettre à l'enfant de comprendre, d'imiter et d'expliquer ses sentiments. Les activités proposées permettent d'évacuer la colère ou un trop plein d'énergie, d'agressivité ou de stress.

### **L'estime de soi de nos adolescents. Guide pratique à l'intention des parents**

*DUCLOS Germain, LAPORTE Danielle, ROSS Jacques, Editions de l'hôpital Sainte Justine, 2016 ; 175 p.*

Cet ouvrage présente les principales notions théoriques concernant l'estime de soi des jeunes (12 à 18 ans). Il rappelle que la confiance en soi et en ceux qu'on aime est à la base de l'estime de soi et au cœur de toute la stratégie qui vise à prévenir la violence et la dépression. Ce guide propose des questionnaires et exercices qui aident les adolescents et leurs parents à pouvoir aspirer à une bonne connaissance de soi et une meilleure communication.

### **L'estime de soi. Comment le dire ?**

*MAHE Céline, COURANT Loïc, Globules, 2011, 39 p.*

Cet ouvrage issu d'un groupe de travail du Réseau Prévention Santé d'Yvetot traite de l'estime de soi. Il se présente sous la forme d'une collecte de témoignages de personnes en difficulté regroupée

en quatre chapitres : s'accepter, les autres, oser et les p'tits plaisirs. On peut s'en inspirer pour mettre en place un projet d'écriture.

### **Lico. Vivre un sentiment d'appartenance**

*LUNEAU Solange, Editions de l'hôpital Sainte Justine, 2003, 119 p., ill*

Ce guide, correspondant au deuxième cycle du primaire, s'attache à proposer des activités qui favorisent le développement d'un sentiment d'appartenance. A partir du récit de Lico, l'enfant découvre les conditions qui améliorent son intégration dans un groupe. Des annexes offrent du matériel (reproductible) nécessaire à l'application de la démarche. Un dossier destiné aux parents est également disponible. Il a pour objectif de favoriser le transfert des apprentissages dans la vie de tous les jours.

### **L'imagier des sentiments de Felix**

*LEVY Didier, TURRIER Fabrice, Nathan, 2004, 45 p., ill. en coul., 1 doudou*

Ce petit livre doit aider les parents à guider leurs enfants dans la connaissance de leurs émotions, et les aider à mettre en mots leurs sentiments.

### **Malin comme un singe. Comprendre, prévenir et désamorcer les crises. Guide d'intervention**

*DUFOUR Geneviève, MORIN Sandra, PELLETIER Dominique, Midi trente, 2013*

1 livret de 24 p, 1 affiche, 3 fiches personnelles reproductibles

Cet outil d'intervention pour les 7-14 ans, les parents et les intervenants vise à permettre de mieux comprendre le sens des crises afin de les prévenir ou au moins de les désamorcer, et ce dans différents milieux : à la maison, à l'école. L'objectif est d'aider les enfants à comprendre qu'ils peuvent avoir du contrôle sur leurs choix de comportements, de soutenir leur processus d'identification des situations à risque, de les aider à mieux repérer les signes précurseurs de la crise, de les aider à identifier les personnes qui peuvent leur venir en aide, de leur offrir la possibilité de s'habituer à demander de l'aide lorsqu'ils vivent des difficultés. [Résumé IREPS Pays-de-la-Loire].

### **Manuel de développement de l'estime de soi**

*TURCOTTE Geneviève, TURCOTTE Geneviève, 2013, 112 p.*

Ce document propose aux parents, éducateurs ou enseignants d'aider les enfants à développer leur estime de soi et pour apprendre à mieux les connaître. Il contient des métaphores, des tests, des histoires inspirantes, des exercices pour aider parents et enfants à mieux communiquer.

**Moi moi moi... et les autres. Le guide pratique pour être bien dans sa peau**

*SPILSBURY Louise, GORDON Mike, Milan, 2012, 64 p.*

Ce guide aborde les sentiments que l'on ressent et les étapes que l'on traverse pendant l'adolescence. Différentes problématiques sont abordées : l'estime de soi, l'apparence, les rapports avec les autres dont les relations amoureuses... en apportant toujours une solution au lecteur afin qu'il puisse gérer au mieux ses émotions et donc ses relations avec les autres.

**Mon cahier de bien-être**

*DOLTO Catherine, Aki, Gallimard Jeunesse Giboulées, 2011, Illustré 68 p., 107 autocollants*  
Cet ouvrage pour les 7-12 ans permet de réfléchir sur soi et sur son rapport aux autres. Il propose d'aborder la vie dans ses aspects les plus quotidiens et appréhender la vie de manière la plus sereine. En fin de volume, sont proposés des vignettes autocollantes à placer au bon endroit du texte, des quizz, des messages à rédiger et des tests.

**OpérAction. Mieux te connaître pour mieux agir. Trousse de connaissance de soi et d'analyse des comportements [8-14 ans]**

*DUFOUR Geneviève, PELLETIER Dominique, Midi trente, 2012*  
1 affiche 15x21cm, 1 guide d'accompagnement, 3 fiches reproductibles

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, 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 ou encore 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 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 [Résumé Ireps Pays-de-la-Loire].

**Parfois je me sens...**

*BROWNE Anthony, Kaléidoscope, 2012*  
Cet ouvrage permet d'aider l'enfant à apprivoiser

ses émotions, ses sentiments, ses sensations. Sur chaque page de cet album, un jeune singe rend compte d'une émotion qu'il ressent parfois. L'ennui, la solitude, le bonheur, la tristesse, la colère et la culpabilité comptent parmi les sentiments qui sont présentés au « je » par le jeune primate. Une illustration accompagne la formulation répétitive de chacun de ces états d'âme, exprimé en quelques mots simples. On y voit le singe dans des situations évocatrices de la vie quotidienne des enfants. Ces images mettent en scène le personnage à la physionomie expressive, avec très peu d'éléments de décor. La dernière double page de l'album rassemble toutes les illustrations de l'album sous la forme de miniatures et invite le jeune lecteur à faire ressortir à son tour la façon dont il se sent.

**Paroles sur les prénoms**

*NOGUERO Daniel, MANNAERTS Denis, Cultures et santé, 2012, 29 p.*

Dans ce document, divers groupes d'adultes ont été invités chacun à se présenter à travers son prénom et à se raconter par celui-ci et par ceux donnés aux enfants. Chaque participant a ainsi livré un témoignage singulier sur ce que les prénoms signifient et représentent à ses yeux. Au travers des citations proposées dans ce carnet, chacun est invité à entrevoir le prénom comme une clé pour parler de soi, de son histoire, de ses origines, de sa culture... [Résumé de l'éditeur].

**Petit cahier d'exercices d'émerveillement**

*POLETTI Rosette, DOBBS Barbara, AUGAGNEUR Jean, Jouvence, 2011, 64 p., ill. en coul.*

Cet ouvrage de la collection « Petit cahier » propose des exercices, des coloriages, des notes et des pensées positives pour apprendre à développer ses capacités d'émerveillement afin de lutter contre la morosité et la fatalité.

**Petit cahier d'exercices d'intelligence émotionnelle**

*KOTSOU Ilios, Jouvence, 2015, 63 p., ill. en coul.*

Cet ouvrage de la collection « Petit cahier » propose des exercices, questionnaires, tests, quiz..., qui invitent à s'interroger sur la façon d'accueillir et de gérer les émotions. Ils apprennent à pratiquer l'intelligence émotionnelle pour aider à mieux vivre avec ses émotions et avec celles des autres.

**Petit cahier d'exercices de pleine conscience**

*KOTSOU Ilios, AUGAGNEUR Jean, Jouvence, 2012, 63 p., ill. en coul.*

Cet ouvrage de la collection « Petit cahier » sur l'estime de soi propose des exercices, des

coloriages, des notes et de pensées positives pour aider à découvrir son potentiel et une juste estime de soi.

**Petit cahier d'exercices pour découvrir ses talents cachés**

*CORNETTE DE SAINT CYR Xavier, Jouvence, 2015, 62 p., ill. en coul.*

Ce cahier invite à la mise en pratique, de façon ludique et interactive des exercices afin de découvrir et développer les talents cachés. Ce cahier invite à une auto-réflexion sur ses ressources afin de les mettre en application dans la vie quotidienne.

**Petit cahier d'exercices pour vivre sa colère au positif**

*THALMANN Yves-Alexandre, AUGAGNEUR Jean, Jouvence, 2014, 63 p., ill. en coul.*

Cet ouvrage de la collection « Petit cahier » propose jeux, tests, exercices et auto-évaluations afin de se réconcilier avec la colère en vue de vivre en bonne intelligence avec elle, apprendre à se servir de son énergie sans succomber à la violence.

**Petit cahier d'exercices de bienveillance envers soi-même**

*VAN STAPPEN Anne, Jouvence, 2009 64 p*

Un petit cahier d'exercices qui permettra d'apporter des réponses à des questions importantes sur la bienveillance pour un bon développement de soi-même. Ludique, pratique et amusant, ce petit cahier emmène sur le chemin d'une juste bienveillance pour un plus grand bien-être.

**Petit cahier d'exercices de Communication Non Violente**

*VAN STAPPEN Anne, AUGAGNEUR Jean, Jouvence, 2010, 64 p.*

Ce cahier sur la communication non violente est composé d'exercices, de tests, de mots et de pensées pour accompagner chacun à prendre soin de ses besoins et de ses valeurs. Il aborde également l'expression des sentiments de façon positive.

**Petit cahier d'exercices de gestion des conflits**

*RAS Patrice, AUGAGNEUR Jean, Jouvence, 2014, 63 p., ill. en coul.*

Cet ouvrage de la collection « Petit cahier » permet, à travers ses tests, questionnaires, réflexions ou citations de résoudre les conflits. Il propose de décrypter les causes du conflit (l'ego, l'envie d'avoir raison...), à détecter ses signes annonciateurs, à utiliser certaines méthodes permettant d'intervenir au plus tôt pour

désamorcer son processus.

**Petit cahier d'exercices d'estime de soi**

*POLETTI Rosette, DOBBS Barbara, AUGAGNEUR Jean, Jouvence, 2008, 64 p*

Ce cahier est le tout premier cahier sur l'estime de soi. Il est composé d'exercices, de tests, de coloriages, de notes et de pensées positives, pour découvrir son potentiel et apprendre l'estime de soi.

**Petit cahier d'exercices du lâcher-prise**

*POLETTI Rosette, DOBBS Barbara, AUGAGNEUR Jean, Jouvence, 2013, 63 p., ill. en coul.*

Cet ouvrage de la collection « Petit cahier » propose Des exercices pratiques et ludiques, coloriages, tests et dessins pour nous ramener à l'essentiel ! Oser être soi, évincer ses culpabilités, mettre de côté ses blessures, limiter ses désirs de contrôle pour retrouver une vie harmonieuse. [D'après résumé éditeur]

**Petit cahier d'exercices pour mieux s'organiser et vivre sans stress**

*PETITCOLLIN Christel, JOMARD nathalie, Jouvence, 2014, 61 p., ill. en coul.*

Cet ouvrage de la collection « Petit cahier » permet, à travers ses tests, questionnaires, réflexions ou citations, d'apprendre à gérer le stress et à mettre en place une organisation personnelle pour assurer les tâches quotidiennes sans se laisser déborder.

**Petit cahier d'exercices pour rester zen dans un monde agité**

*PIGANI Erik, AUGAGNEUR Jean, Jouvence, 2015, 63 p., ill. en coul.*

Cet ouvrage de la collection « Petit cahier » propose une méthode qui a pour but d'apprendre de manière ludique à rester calme. Il propose des exercices de développement personnel, des tests, des mises en situation, des informations scientifiques en psychologie et en neurophysiologie, des thèmes de méditation et des conseils.

**Petit cahier d'exercices pour s'affirmer et oser dire non**

*VAN STAPPEN Anne, AUGAGNEUR Jean, Jouvence, 2013-06, 63 p. ill. en couleur*

Cet ouvrage de la collection « Petit cahier » permet, à travers ses tests, questionnaires, réflexions ou citations d'apprendre à s'affirmer, oser dire non, dans le respect de chacun.

**Pratiquer le théâtre avec des personnes en difficulté. Repères, exercices. Pierrot la vie, pièce**

### à jouer

*REYNAUD Michel, Chronique sociale, 2014, 192 p.*  
Cet ouvrage donne des bases de travail aux personnes qui veulent pratiquer le théâtre avec des personnes en difficulté. Il présente une méthode qui doit permettre d'animer un atelier théâtre afin de favoriser l'émergence de spectacles de qualité dans les institutions. À partir de ces repères et des 185 exercices proposés, chaque "animateur d'atelier théâtre" pourra développer sa propre technique et sa manière personnelle de travailler. L'auteur met son expérience au service des personnels travaillant auprès d'enfants, d'adolescents et d'adultes en difficulté. Cet ouvrage propose un certain nombre de pistes pour le travail artistique avec des publics non initiés. Une pièce, Pierrot la vie, pièce à jouer, ainsi que des extraits d'autres productions sont intégrés à l'ouvrage.

### Prénom'anim. Une animation sur les prénoms

*NOGUERO Daniel, MANNAERTS Denis, Cultures et santé, 2012, 22 p.*  
Ce guide d'animation est spécialement conçu pour des professionnels travaillant dans les champs de la culture, de l'insertion socio-professionnelle et du social, avec un public d'adultes. Il permet d'envisager le prénom comme une clé pour parler d'identité. À travers son prénom, chacun peut parler de soi, se présenter d'une manière ludique et peu commune. Au fil de l'animation proposée, les participants livreront ce qu'ils souhaitent de leur identité, de leur histoire, de leur filiation... Cette animation permet également de porter une réflexion sur l'identité et la diversité en échangeant autour de représentations et de certains stéréotypes liés aux prénoms. L'exploitation de ce guide d'animation Prénom'Anim peut être associée à celle du carnet "Paroles sur les prénoms". [Résumé de l'éditeur].

### Pristi. De la connaissance de soi à l'identité

*LUNEAU Solange, Editions de l'hôpital Sainte Justine, 2003, 107 p., ill*  
Correspondant au premier cycle du primaire, ce guide s'attache à proposer des activités qui favorisent la connaissance de soi. A partir du récit de Pristi, l'enfant découvre l'importance de se connaître avec ses forces et ses limites. Chaque récit décrit de façon objective une situation problématique. Des stratégies sont proposées : prise de conscience, exploration de différentes solutions, prise de décision et action. Des annexes offrent du matériel (reproductible) nécessaire à l'application de la démarche. Un dossier destiné aux parents est également disponible. Il a pour objectif de favoriser le transfert des apprentissages

dans la vie de tous les jours.

### Programme de développement affectif et social. Guide de l'animateur, prévention et résolution des conflits

*PALOMARES Uvaldo, LALANNE Jacques, LOGAN Ben, Actualisation, 1987, 295 p.*  
Ce livre présente la théorie des conflits mais aussi une méthodologie et des techniques pour les résoudre au mieux. La dernière partie est réservée aux activités (75 ateliers sont proposés) à mettre en place dans la classe, pour les 5-8 ans et pour les 9-12 ans.

### Quand les peurs deviennent phobies

*SARGUEIL Sylvie, BAESTLEIN Cornélia, De La Martinière, 2004, 109 p., ill., adresses utiles, index, coll. Hydrogène*  
Comme les autres volumes de la collection, ce livre traite des problèmes spécifiques aux adolescents. Pour que l'anxiété ne devienne pas un véritable handicap dans la vie quotidienne, l'auteur explique les différentes approches thérapeutiques, notamment la thérapie comportementale et donne de nombreux conseils pour comprendre, apprivoiser ses peurs et s'en sortir.

### Quelle émotions ? Comment dire tout ce que j'ai dans le cœur...

*GABRIEL Cécile, Mila éditions, 2007, Photographies, np*  
Mi-album, mi-documentaire sur les émotions avec des photographies de personnages. Sur la page de droite, une photo dont on ne voit qu'une partie dans une découpe carrée. Sur la page opposée, un indice aide à découvrir l'émotion représentée. Sur la double page suivante, on découvre la photographie entière et l'émotion est nommée. Ce livre peut être un support d'atelier sur ce thème.

### Réfléchis avant de publier !

*BROOThAERTS Nel, Child Focus, 2010, 47 p., ill., fotogr., graph.*  
Ce dossier pédagogique propose à travers une série de 10 activités d'aider les enseignants à aborder avec les adolescents les problèmes liés à la divulgation de données personnelles sur internet et aux risques encourus : perte de la maîtrise de son image, cyberharcèlement, usurpation d'identité.  
[http://www.childfocus.be/sites/default/files/reflechis\\_avant\\_de\\_publier\\_fr.pdf](http://www.childfocus.be/sites/default/files/reflechis_avant_de_publier_fr.pdf)

### Riposte ! Comment répondre à la bêtise ordinaire

*MAGANA Jessie, PILON Alain, Actes sud junior, 2014, 44 p., ill. en coul.*  
Ce livre fournit des arguments dans toutes les situations qui nécessitent de combattre les



préjugés : en famille ou dans la cour de récré. Chaque double page est consacrée à une idée toute faite. En quelques paragraphes, celle-ci est déconstruite, avec des arguments que le lecteur pourra réutiliser. Des chiffres, des citations ou des repères historiques permettent de prendre de la distance avec des idées préconçues.

### Rouge

*DE KINDER Jan, Didier jeunesse, 2015*

Cet album destiné aux enfants et aux adultes, parents et instituteurs, permet d'aborder le harcèlement à l'école. Porteur d'un message optimiste, l'auteur utilise un graphisme contrasté et des mots d'enfants pour dénoncer le harcèlement et la moquerie.



### Rouge comme une tomate et autres émotions naturelles

*FREYMANN Saxton, ELFFERS Joost, Mila éditions, 1999, Photographies, np*

Ce livre présente de manière amusante et originale les différentes expressions naturelles sous la forme de fruits et légumes légèrement entaillés au couteau auxquels des petits éléments ont été rajoutés pour donner l'effet désiré. Le lecteur retrouvera facilement chacune des expressions. Quelques phrases simples et courtes permettent de mettre des mots sur les images et d'élargir ainsi son vocabulaire.

### S'exprimer, écouter et apprendre. Des activités interactives en communication orale pour les élèves de 8 à 14 ans

*ABBOTT Colleen, GODINHO Sally, Chenelière Education, 2011, illustré 86 p., bib.*

Cet ouvrage traite de tous les aspects de l'expression orale à travers une approche qui s'appuie sur le principe de la réflexion collective. Les activités qu'on y propose encouragent les élèves à « réfléchir à voix haute » alors qu'ils travaillent à former leurs idées en collaboration avec leurs pairs. Grâce aux stratégies éducatives présentées, les enseignants vont y trouver des façons concrètes d'aider les élèves à comprendre les aspects que sont la justification, les sens implicites, les opinions, la persuasion et l'argumentation. Les activités comportent un objectif, des conseils utiles pour sa réalisation, des idées d'activités supplémentaires et des conseils pour guider l'enseignant et l'élève dans une réflexion sur le processus d'apprentissage en cours. Chaque activité permet aux élèves de développer des habiletés en expression orale et des connaissances. Toutes sont accompagnées de

méthodes d'évaluation et de ressources pédagogiques. Documents reproductibles inclus.

### Signes d'émotions

*GOURDON Bénédicte, RODRIGUEZ Roger, LEJONC Régis, Thierry Magnier, 2001, np., ill. en coul*

Ce document est un imagier bilingue (Français / Langue des signes) sur les émotions qui fonctionne par doubles pages. Sur la page de gauche, le mot écrit en capitales précède les signes en langage des mal-entendants. Sur la page de droite, sans texte, les dessins présentent une mosaïque de situations pour illustrer une émotion dont l'interprétation est renforcée par le choix des couleurs.

### Strong. Soutenir les compétences psychosociales des adolescents pour favoriser les apprentissages au collège. Cahier technique. Fiches explicatives & propositions d'activités

*LECAPLAIN Patrick, MOREAU Christophe, Jeudevi, 2012, 43 p., graph., ill. en coul.*

Ce cahier technique a été conçu et réalisé dans le cadre de la recherche européenne STRONG : Supportive Tools for Resilient, Open-minded and Non-violent Grass root work in schools (Outils de support pour un travail sur la résilience, l'ouverture d'esprit et la non-violence dans les collèges). Il propose des repères pour l'action pour les collèges qui ont pour objectifs : de contribuer à une atmosphère scolaire qui promeut le bien-être et la non violence, de promouvoir le développement des compétences psychosociales des collégiens, d'accompagner la construction identitaire des adolescents et l'expression de leurs émotions, de soutenir l'estime de soi des adolescents et d'améliorer leurs chances de développer des compétences de résilience. Le cahier offre tout d'abord des fiches explicatives sur les principaux concepts du processus « de construction de soi à l'adolescence », puis des fiches d'activités pédagogiques détaillées qui permettent la mise en place d'un programme complet et organisé de séances autour de la promotion des compétences psychosociales des collégiens.

### Tambourine se fait dire non

*CHARRIER Caroline, COTE Marie-Claude, GEOFFROY Danielle (et al.), Septembre, 2011*

Illustré, 16 p.

Cet album de la collection "Au pays de Magiri" permet de développer les compétences psychosociales des enfants de 2 à 5 ans, d'encourager l'expression des émotions et de favoriser une bonne estime d'eux-mêmes.

"Tambourine se fait dire non" s'adresse plus spécialement aux enfants de 4 et 5 ans et permet de découvrir avec eux des moyens pour tolérer une

frustration : parler, respirer, passer à une autre activité. Ce livre est interactif, l'enfant a deux options pour choisir la fin de son histoire : soit suivre les bonnes idées de ouistiti, soit écouter les mauvaises idées de tempête. En fin d'ouvrage, l'adulte qui accompagne l'enfant dans la lecture de l'histoire, trouvera deux pages qui lui sont dédiées pour l'aider à mieux comprendre l'enfant et soutenir son développement. [Résumé IREPS Pays-de-la-Loire].

### **Tibili, le petit garçon qui ne voulait pas aller à l'école**

LEONARD Marie, PRIGENT Andrée, Magnard, 2001  
Illustré, np.

Ce livre pour enfants raconte l'histoire de Tibili, un petit garçon africain de six ans qui ne veut pas aller à l'école. Cherchant alors un moyen d'y échapper, il se rend compte qu'il est en difficulté car il ne sait pas lire. Au travers de cette histoire, ce support permet de travailler sur les émotions, en particulier la peur et prendre conscience de l'intérêt de les affronter. Il permet également de discuter avec l'enfant de l'utilité d'apprendre à lire tout en donnant une image plus sécurisante de l'école.

### **Trop stressé ?**

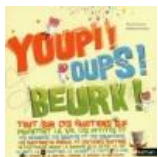
ARNAUD Margot, Caro, De La Martinière, 2006  
107 p., ill., index, coll. Hydrogène

Cet ouvrage comporte des explications sur le stress (pression scolaire, pression parentale, pression de la norme...), des tests pour se cerner et des conseils pour arriver à se libérer.

### **Une histoire comme plein d'autres (sauf que c'est la mienne)**

FONCK Jean-Luc, JANNIN Frédéric, Yapaka.be, 2006, Illustré, 63 p.

Ce livre relate la vie quotidienne d'Hubert, un adolescent. Sa prof de math le poursuit, ses parents ne le comprennent absolument pas, il n'ose pas avouer à sa voisine de table à la cantine qu'il est amoureux d'elle... Toute une série de défis racontée par Hubert, mais aussi par les différents protagonistes de sa vie.



### **Youpi ! Oups ! Beurk !**

ZÜRCHER Muriel, NICOLET Stéphane, Nathan, 2012-05, 63 p.,  
ill. en coul, index

Cet ouvrage traite les émotions selon les points de vue les plus variés pour permettre d'aider l'enfant et le jeune à appréhender ses émotions. Composé de multiples entrées, il fonctionne sous forme de questions qui sont autant de mini-chapitres : « Emotion, sentiment, humeur... où est la différence ? », «

Exprimer une émotion, ça vaut la peine ? », « Peut-on utiliser les émotions pour nous manipuler ? »... Les émotions sont également abordées plus profondément une par une, de la surprise à la colère, en passant par l'amour, la peur, etc. Ce livre constitue une introduction permettant de découvrir et comprendre ces phénomènes. La séance pourra être accompagnée d'un échange avec un adulte en individuel ou en collectif.

### **Youri. De la sécurité à la confiance**

LUNEAU Solange, Editions de l'hôpital Sainte Justine, 2003, 119 p., ill.

Correspondant au premier cycle du primaire, ce guide s'attache à proposer des activités qui favorisent le sentiment de confiance en soi. Il a pour objectif de favoriser le transfert des apprentissages dans la vie de tous les jours. Avec Youpi, l'enfant entre dans un processus qui l'amène progressivement à se sentir confiant et à prendre peu à peu ses distances des personnes qui ont de l'importance pour lui. Il apprend que cette distanciation lui permet de prendre "le risque" de vivre des nouvelles expériences. Chaque récit décrit une situation problématique. Des stratégies sont proposées : prise de conscience, exploration de différentes solutions, prise de décision et action. Des annexes offrent du matériel (reproductible) nécessaire à l'application de la démarche. Un dossier destiné aux parents est également disponible.

## **Photoexpression**

### **Art-langage : bien-être, mal-être**

OLIVO Catherine, CRES Languedoc-Roussillon, 2008, 41 photos, livret pédagogique, questionnaire d'évaluation

Ce photoexpression propose aux participants d'exprimer leurs émotions face à des œuvres d'art. L'œuvre constitue alors le support d'expression de leurs émotions, qu'il s'agisse de bien-être ou de mal-être.

### **Corps, communication et violence à l'adolescence. Construire des repères en groupe**

BELISLE Claire, Chronique sociale, 2008, 79 p., Série thématique de 48 photographies couleur 16 x 24 cm.

Ce Photolangage est un outil pour l'éducation des adolescents et jeunes adultes à la sexualité, et plus particulièrement pour travailler avec eux les difficiles questions de la transformation corporelle, encore trop souvent liée à l'ignorance et à

l'indicible, ou à l'interdit et à la violence. Chaque adolescent est appelé à comprendre ce qui lui arrive, à maîtriser les mots pour le dire, mais surtout à se construire personnellement comme homme ou comme femme. Cet outil, qui résulte du travail d'un groupe de professionnels de l'éducation à la santé, fait partie d'un projet collectif de prévention initié par le Point accueil écoute jeunes Le passage de Carpentras, en partenariat et avec l'appui du Comité départemental d'éducation pour la santé de Vaucluse.



### **Feelings**

*Speechmark publishing, 2012*

48 cartes, 1 livret d'instructions

Cet ensemble de cartes

photographiques de la collection "Colorcards" illustre une vaste gamme de sentiments enfantins comme adultes, du bonheur à la tristesse, de la colère à la crainte et bien d'autres. Certaines cartes représentent une seule personne, tandis que d'autres en montrent deux ou plus et comment elles interagissent. Sur certaines cartes, les émotions sont positives, sur d'autres négatives ou illustrant les deux types d'émotions.

### **Parfois, j'ai l'impression...**

*JONES Pia, Speechmark publishing, 2011*

48 cartes, 1 livret pédagogique

Cet outil permet d'aider les enfants à mieux comprendre leurs sentiments et à développer l'expression de leurs émotions. Les cartes présentent deux personnages centraux : une petite fille et un petit garçon. Ces deux personnages partagent et expriment toute une série de sentiments intenses, positifs ou négatifs.

### **Photo langage des ressources**

*DEVILLIERS Evelyne, DEVILLIERS Didier, Evelyne Devilliers, s.d.*

60 cartes, 1 guide

Cet outil permet de découvrir et d'installer "ce dont la personne a besoin pour se sentir mieux". Il fait parti d'un ensemble de 3 photo-langages (situations problèmes, ressources, chemin de vie) et permet de mieux connaître les personnes dans un groupe, de faire exprimer une situation difficile, ce que l'on ressent, un besoin, une émotion..., de définir un objectif, de faire s'approprier des ressources, de travailler sur les scénarios et événements de vie, la façon d'y faire face... Conçus dans une approche thérapeutique (entretiens individuels, groupes de parole...), ces supports pourront aussi être utilisés pour un usage non thérapeutique auprès d'un large public. Les séries peuvent s'utiliser de manière indépendante mais

elles constituent aussi un ensemble complémentaire. Deux utilisations sont proposées : soit un choix conscient des photos (la personne regarde toutes les photos et en choisit une en fonction de la consigne donnée), soit un choix inconscient (les cartes sont retournées et la personne tire une carte "au hasard"). L'animateur pourra les utiliser dans différents domaines : en éducation thérapeutique du patient ainsi qu'en usage non thérapeutique en choisissant alors des consignes adaptées à ses besoins.

### **Photo langage des situations problèmes**

*DEVILLIERS Evelyne, DEVILLIERS Didier, Evelyne Devilliers, s.d.*

60 cartes, 1 guide

Cet outil aide à l'expression d'un vécu difficile, d'une problématique ou d'une émotion. En choisissant une des carte de l'outil et en la déposant devant elle, la personne en souffrance commence un processus de distanciation qui permet de prendre un peu de recul et de pouvoir trouver les ressources dont elle aurait besoin pour dépasser ce problème. Cet outil fait parti d'un ensemble de 3 photo-langages (situations problèmes, ressources, chemin de vie). Il permet de mieux connaître les personnes dans un groupe, de faire exprimer une situation difficile, ce que l'on ressent, un besoin, une émotion..., de définir un objectif, de faire s'approprier des ressources, de travailler sur les scénarios et événements de vie, la façon d'y faire face... Conçus dans une approche thérapeutique (entretiens individuels, groupes de parole...), ces supports pourront aussi être utilisés pour un usage non thérapeutique auprès d'un large public. Les séries peuvent s'utiliser de manière indépendante mais elles constituent aussi un ensemble complémentaire. Deux utilisations sont proposées : soit un choix conscient des photos (la personne regarde toutes les photos et en choisit une en fonction de la consigne donnée), soit un choix inconscient (les cartes sont retournées et la personne tire une carte "au hasard"). L'animateur pourra les utiliser dans différents domaines : en éducation thérapeutique du patient ainsi qu'en usage non thérapeutique en choisissant alors des consignes adaptées à ses besoins.

### **Photo tchatche. Un outil d'animation pour tchatcher avec des jeunes**

*ROMMENS Jacqueline, Association régionale des missions locales du Nord-Pas de Calais, 2013*

54 photographies, 1 livret

Cet outil permet de travailler et d'échanger, avec un groupe de jeunes, sur leurs représentations de la santé, des addictions, de la relation à l'autre, de l'estime de soi. Il permet à chacun de s'exprimer,



de découvrir les représentations des autres et de prendre conscience de son point de vue personnel. Cet outil peut également être utilisé comme un outil d'évaluation avant et après une action sur la thématique. Il se veut un soutien à des actions de prévention sur les consommations de produits licites et illicites, les addictions, la santé en générale, l'insertion sociale ou professionnelle...

#### **Photolangage : les besoins psychosociaux de l'enfant entre 3 et 6 ans**

*Centre de recherche et d'innovation en sociopédagogie familiale et scolaire (CERIS), Fédération Wallonie-Bruxelles, CERIS, 2008*

Un guide pédagogique 9p., un photoexpression 18p.

Ce photoexpression permet de favoriser la prise de parole des parents mais aussi des enfants lors, par exemple, d'un entretien avec un professionnel de l'action socio-éducative. Les images mettent en scène un lapin appelé Polo et illustrent plusieurs besoins psychosociaux comme l'attachement, la considération et l'investissement. Un guide présente ce photoexpression ainsi que ces douze besoins tandis que le référentiel d'éducation familiale se concentre davantage sur la méthodologie de projet.

#### **Photomots : un outil pour le dire**

*MATTE DELCOURT Fanny, MATTE DELCOURT Fanny, 2002*

66 photographies en noir et blanc

Cet outil composé de photographies a pour objectif de permettre aux différents acteurs de la formation intervenant auprès de jeunes et d'adultes de faciliter la communication, la prise de parole, l'imagination, l'écoute, l'expression personnelle de chaque apprenant.

#### **Prises de décision**

*Speechmark publishing, 2009*

30 photos A4, 1 CD-Rom, 1 livret pédagogique  
Cette série de 30 photos en couleurs et au format A4 de la collection "Colorcards" présente des scènes de la vie quotidienne demandant une prise de décision. Les situations sont regroupées sous 4 catégories : la prévention des accidents de la vie courante, se lancer un défi, faire face à un dilemme moral, résister à la tentation. Différentes exploitations de ces photographies sont proposées en fonction des objectifs et du public. On peut, par exemple, discuter de chaque situation et établir une liste d'actions potentielles, puis choisir la plus appropriée. Ce type d'outil a pour but de développer une réflexion individuelle, apprendre à faire des choix responsables, savoir reconnaître un danger et être mieux préparé à y faire face, savoir

demander de l'aide, etc. Il favorise également le développement du langage et de l'expression. Selon les situations, les cartes photos peuvent être adaptées à tout type de public. Un cédérom permet d'imprimer les photos afin de travailler à l'écrit ou d'adapter les images à diverses activités.

#### **Que pensent-ils ?**

*Speechmark publishing, 2009*

30 photos A4, 1 CD-Rom, 1 livret pédagogique  
Cette série de 30 photos en couleurs et au format A4 de la collection "Colorcards" permet de comprendre les sentiments et reconnaître les expressions faciales. Ces photos peuvent servir de base à de nombreuses discussions. Les enfants et adultes doivent imaginer ce que pensent et ressentent les personnages pour ensuite verbaliser des pensées. Ce travail peut se faire d'ailleurs aussi bien à l'écrit qu'à l'oral. Cet outil permet aussi d'explorer les liens entre pensées et sentiments, pensées et dialogues (dit-on toujours ce que l'on pense ?) et l'influence de facteurs extérieurs/intérieurs (stress, éléments de surprise, colère...) sur nos réactions.

#### **Relations personnelles**

*HARRISON Vanessa, Speechmark publishing, 2010*

48 cartes, un livret

Ce jeu de cartes illustrées propose un ensemble de situations de relations personnelles telles que les relations familiales et parentales, les relations professionnelles, l'amitié ou encore les relations hétérosexuelles et homosexuelles.

#### **Webber photo cards. Emotions**

*Super duper publications, 2005*

264 cartes, 4 miroirs, livret pédagogique

Cet outil permet d'aider les enfants comme les adultes ayant des difficultés à comprendre leurs propres émotions (et celles des autres) à décrire leurs sentiments et mieux contrôler leurs interactions avec les autres. Les 204 cartes de photo couleurs et les 60 cartes d'illustration en noir et blanc sont toutes organisées en paires. Les photos couleurs représentent des personnes de tout âge et ethnies sur fond bleu uni, ce qui permet de se focaliser exclusivement sur les expressions du visage. Elles sont le point de départ pour explorer les émotions. Les illustrations en noir et blanc sont plus abstraites et permettent de généraliser les concepts spécifiques vus avec les photos.

#### **Photo langage. Chemin de vie**

*DEVILLIERS Evelyne, DEVILLIERS Didier, Evelyne Devilliers, s.d.*

40 cartes, 1 guide

Cet outil permet de faire un point à propos de son histoire de vie et la représentation que l'on s'en fait. Il propose la base d'une réflexion à propos du choix de la photo et de tous les éléments qui la composent. Il accompagnera également, dans un choix conscient ou inconscient de la carte, un travail sur les scénarios de vie. Il fait parti d'un ensemble de 3 photo-langages (situations problèmes, ressources, chemin de vie). Il permet de mieux connaître les personnes dans un groupe, de faire exprimer une situation difficile, ce que l'on ressent, un besoin, une émotion..., de définir un objectif, de faire s'approprier des ressources, de travailler sur les scénarios et évènements de vie, la façon d'y faire face... Conçus dans une approche

thérapeutique (entretiens individuels, groupes de parole...), ces supports pourront aussi être utilisés pour un usage non thérapeutique auprès d'un large public. Les séries peuvent s'utiliser de manière indépendante mais elles constituent aussi un ensemble complémentaire. Deux utilisations sont proposées : soit un choix conscient des photos (la personne regarde toutes les photos et en choisit une en fonction de la consigne donnée), soit un choix inconscient (les cartes sont retournées et la personne tire une carte "au hasard"). L'animateur pourra les utiliser dans différents domaines : en éducation thérapeutique du patient ainsi qu'en usage non thérapeutique en choisissant alors des consignes adaptées à ses besoins.