



CPS : Conscience de soi

Thème : Qualités

Type d'activités : Exploration

Activité

La Fleur des qualités

Niveau : 7 - 10 ans

Participants : Indifférent

Durée : 20/30 mn

Objectifs

- Reconnaître et nommer ses qualités
- Apprendre à mieux se connaître et à mieux connaître les autres
- Repérer en quoi nous sommes appréciés par les autres





La fleur des qualités

Expérimentation / Mise en situation

Consigne 1 :

« Nous allons lire ensemble la liste des qualités ci-jointe. »
L'animateur peut expliquer le vocabulaire si besoin, puis distribuer les fleurs.

Consigne 2 :

« Vous allez écrire dans chaque pétale une de vos qualités. Puis vous la découperez et la mettrez ensuite sur un pic à brochette que vous pourrez piquer dans la jardinière ». On peut inviter les participants à décorer leur fleur.

Consigne 3 :

« Nous allons maintenant lire les qualités et essayez de deviner qui elle caractérise dans la classe ». Lecture de chaque fleur et attribution de leurs qualités aux élèves. Les auteurs des fleurs peuvent rajouter des informations et donner leur impression.

Variante

On peut également utiliser ce support pour que les participants puissent se présenter, sur le modèle du portrait chinois (si j'étais un animal...) Possibilité de travailler dans la continuité sur l'identité du groupe, ses besoins et sur la coopération.

Matériel

Des fleurs, des pics à brochettes et une grande jardinière pour toute la classe.

Source

Graine de Médiateur II, Université de la Paix.

Prise de conscience / Analyse

- « Est-ce que vous avez appris des choses sur les autres participants ? »

Pointer les qualités des élèves et leur complémentarité. S'appuyer sur les remarques du groupe pour enrichir la notion de qualités et mieux comprendre le rapport entre l'image de soi et le regard de l'autre.

Quelques points pouvant être repris : le regard de l'autre peut m'aider à reconnaître mes qualités et, en même temps, ce que voit l'autre de moi est limité à ce qu'il connaît de moi dans certains domaines (scolaire, familial, loisir ...)

Élargissement / Synthèse / Généralisation

- « Était-ce agréable, désagréable ? »

Il est difficile parfois de nommer ses qualités, cela peut être gênant, mais c'est important pour avoir conscience de ses capacités. Cela reste un jugement dans lequel je peux me sentir parfois à l'étroit ou bien que je peux trouver juste ou faux. Le regard de l'autre peut être différent de ce que je connais de moi.

- « Est-ce que certaines informations vous ont surpris ? Pourquoi ? »
- « Que peut-on en retenir ? »

Nous avons tous pleins de qualités et en fonction des situations, nous mettons en œuvre des qualités que nous ignorions avoir parfois. Connaître nos qualités permet de se découvrir positivement, apporter de la confiance en soi, aux autres.





Annexes

La Fleur des qualités







Liste des qualités

<p>A</p> <p>Amusant Adroit Affectueux Agréable Appliqué Astucieux Attentif Aidant</p>	<p>B</p> <p>Bon Bienveillant</p>	<p>C</p> <p>Calme Confiant Chanceux Charmeur Courageux Créatif Compréhensif</p>	<p>D</p> <p>Discret Décidé Délicat</p>	<p>E</p> <p>Energique Efficace</p>
<p>F</p> <p>Fort Franc Fidèle</p>	<p>G</p> <p>Gentil Généreux Gai</p>	<p>H</p> <p>Habile Honnête</p>	<p>I</p> <p>Imaginatif</p>	<p>J</p> <p>Joueur Juste</p>
<p>L</p> <p>Loyal Logique</p>	<p>M</p> <p>Modeste Minutieux</p>	<p>N</p> <p>Naturel</p>	<p>O</p> <p>Optimiste Objectif Ordonné Organisé</p>	<p>P</p> <p>Patient Poli Persévérant Pacifique</p>
<p>R</p> <p>Réfléchi Raisonné Rassurant</p>	<p>S</p> <p>Sincère Sensible</p>	<p>T</p> <p>Tolérant</p>	<p>V</p> <p>Vrai</p>	

