

### Intitulé de l'action

Atelier Estime de Soi

### Lieu

- Ville et Département : Mont de Marsan - Landes
- Etablissement : Collège Jean Rostand

### Public concerné

Public : élèves de 6<sup>ème</sup> (sur proposition des équipes pédagogiques)

Dont la part Fille/garçon (si vous disposez de l'information) : parité

### Descriptif

- Thématique : Estime de soi
- Objectifs : Permettre aux jeunes du groupe de construire et/ou de restaurer leur image ; repérer leurs forces, reconnaître leurs émotions pour les réinvestir au bénéfice de leur scolarité et de leurs relations avec leurs pairs. Améliorer les compétences psychosociales.
- Contenu/Programme : 1 petit groupe de 6 à 10 élèves - 1 heure hebdomadaire, sur 6 semaines du 20/02 au 07/04. A chaque séance, l'élève complète et/ou reçoit une fiche séance qui constituera un dossier final (à compter de la 2<sup>ème</sup> séance).  
**Séance 1** : Présentation de l'action et des objectifs - présentation des intervenants - définition des règles de fonctionnement de l'atelier - travail sur une définition collective de l'estime de soi (nuage de mots) - fiche support définitions.  
**Séance 2** : L'estime de soi : à quoi ça sert ? vidéo ACORN analyse collective (fiche) ; réflexion sur l'estime de soi collective (fiche).  
**Séance 3** : Les émotions : les connaître et les identifier - définition illustration (fiche) - mise en pratique : jeu Le mime des émotions.  
**Séance 4** : Identifier mes forces : découverte collective des forces (cartes des forces) - début de construction de l'arbre de la confiance - visionnage vidéo sur les différentes formes d'intelligence.  
**Séance 5** : Regarder les autres et accepter leur regard - jeu TOTEM - poursuite construction arbre de la confiance  
**Séance 6** : Qu'est -ce que je retiens de cet atelier ? fiche bilan individuelle - finalisation de l'arbre de la confiance de l'atelier (un exemplaire pour chacun + affichage dans le collège).
- Supports :  
Estime de soi : <https://www.comitys.com/acorn-un-conte-pour-croire-en-soi/>  
Les émotions : <https://www.lumni.fr/video/qu-est-ce-qu-une-emotion#containerType=program&containerSlug=les-emotions-de-p-tit-cube>  
Les intelligences multiples : <https://youtu.be/DCanko5Xhys>  
Les 24 forces de caractères : Feel Good, outil Crips Île de France /2022  
TOTEM, le jeu qui fait du bien [equipetotem.com](http://equipetotem.com)  
Fiches séquences,



### Résultats observés

- Analyse des premiers effets (attendus et inattendus) :

**Attendus :**

Adhésion des participants

Développement de leurs compétences individuelles et collectives

- Indicateurs de réussite :

Participation en cours et à la vie de l'établissement - amélioration des résultats scolaire - indicateurs Vie Scolaire

**L'atelier sera proposé à un autre groupe d'élèves volontaires après la prochaine période de vacances scolaires. Il sera pérennisé au sein de l'établissement après évaluation.**

### Organisation

- Personnes associées, internes à l'établissement :

CPE, Dominique Desplats

- Personnes/Organismes associés, externes à l'établissement :

Coordinatrice MLDS, Duvignau Sophie