

ACCEPTATION DE SOI ET DES CAPACITÉS DE CHACUN ET CHACUNE

PAGE 7

FICHE #4

Comment utiliser la générosité pour améliorer la confiance en soi et les compétences de chaque élève ?

Pour promouvoir l'acceptation de soi et la valorisation des capacités individuelles au sein de la classe, les élèves sont amenés à **reconnaitre que chacun possède des forces spécifiques ainsi que des domaines à améliorer**. Cette prise de conscience est accompagnée d'une **réflexion sur l'importance de l'acceptation de soi**, qui constitue une étape clé pour développer la confiance en ses propres capacités.

L'objectif est **d'encourager une meilleure estime de soi** chez les élèves, en mettant en avant leurs qualités et leurs réussites. La générosité vis-à-vis de soi-même se manifeste par la bienveillance et l'auto-compassion. En partageant cette attitude envers soi avec les autres, on crée une atmosphère de soutien mutuel, où chacun se sent valorisé et respecté dans ses singularités.

Des pratiques collectives peuvent être introduites pour **valoriser les efforts et les réussites de tous**, comme le cercle des compliments ou la chaîne de réussites. Ces activités renforcent la coopération et incitent les élèves à se soutenir mutuellement dans leur apprentissage et leur développement personnel, contribuant ainsi à créer un environnement bienveillant et stimulant.

ACTIVITÉ 1

Cercle des compliments

- Déroulement :** Chaque élève reçoit un compliment de ses camarades, guidé par l'enseignant pour assurer une ambiance bienveillante. Une fois le tour du cercle terminé, demandez à chaque enfant ce qu'il a ressenti à dire ces mots et aussi à les entendre.

ACTIVITÉ 2

La chaîne de réussites

- Déroulement :** Chaque élève écrit une réussite récente sur une bande de papier. Toutes les bandes sont assemblées pour créer une chaîne collective, symbolisant les forces de la classe et montrant que chaque petit succès compte.

