

Corps , émotions et apprentissage : mise en place de l'outil PRODAS

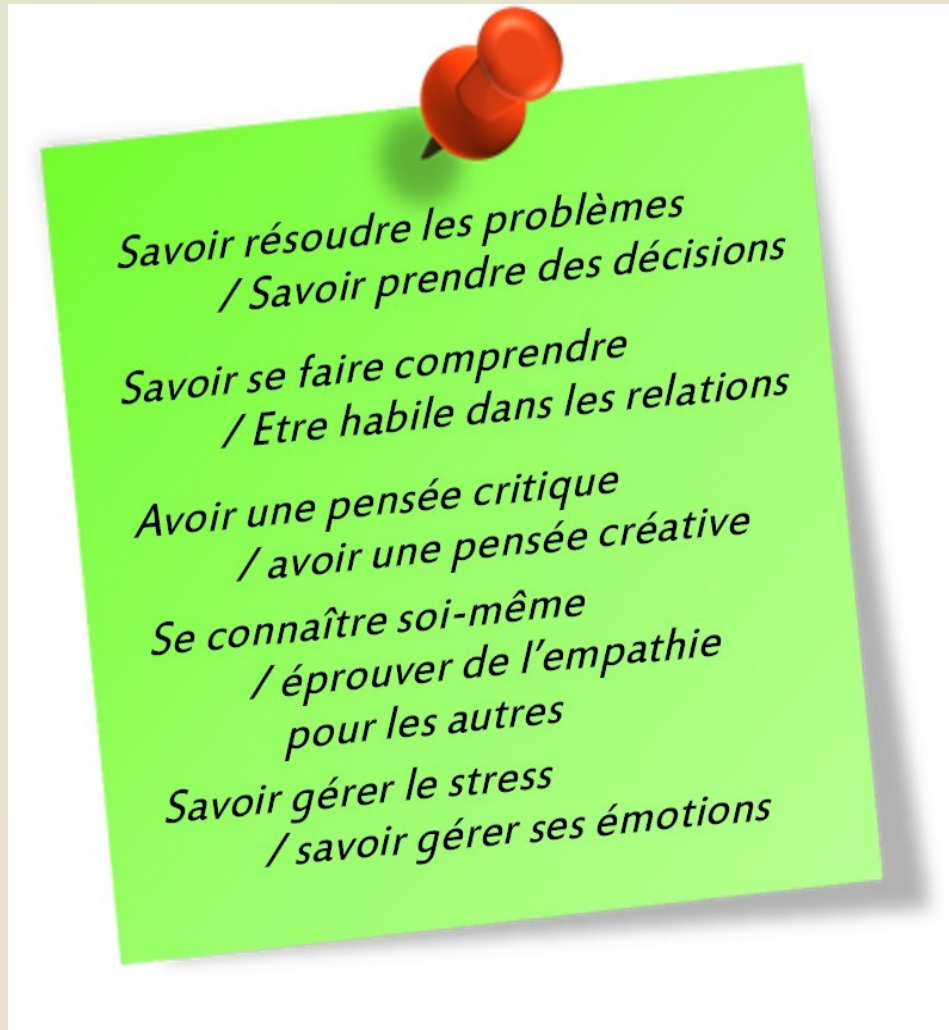


1. Le constat



- Des difficultés croissantes avec un changement du public notamment en seconde pro.
- Un élève n'a pas tous les outils pour comprendre et gérer ses émotions.
- Il n'en a souvent pas fait l'acquisition en milieu scolaire.
- Pour être en capacité d'apprendre : prise en compte des émotions, ce qui les génère et de ce que le corps en montre
- D'où la nécessité de contribuer à développer toutes les compétences psychosociales.

Les compétences psychosociales



- Certaines sont acquises dans le cursus scolaire ou dans le cadre familial
- Cependant la prise en compte des émotions est souvent laissée de côté.
- Les émotions contenues ont une incidence sur le corps.

Les compétences psychosociales



1. OMS, UNESCO. 1993

2. MANGRULKAR L., WHITMAN C.V. et POSNER M. 2001

2. Le dispositif PRODAS



- Programme de développement affectif et social
- Permet de travailler sur les compétences psycho-sociales :
 - **conscience de soi** : parler de soi, ses émotions, ses pensées
→ **Perte du sentiment d'unicité**
 - **réalisation de soi** : prendre conscience de ses capacités
→ **Meilleure estime de soi**
 - **interactions sociales** : effets de ses comportements sur les autres
→ **Développer des relations positives**

2. Le dispositif PRODAS



- Cercle de parole :
- Entre 8 et 15 participants



- Codifié



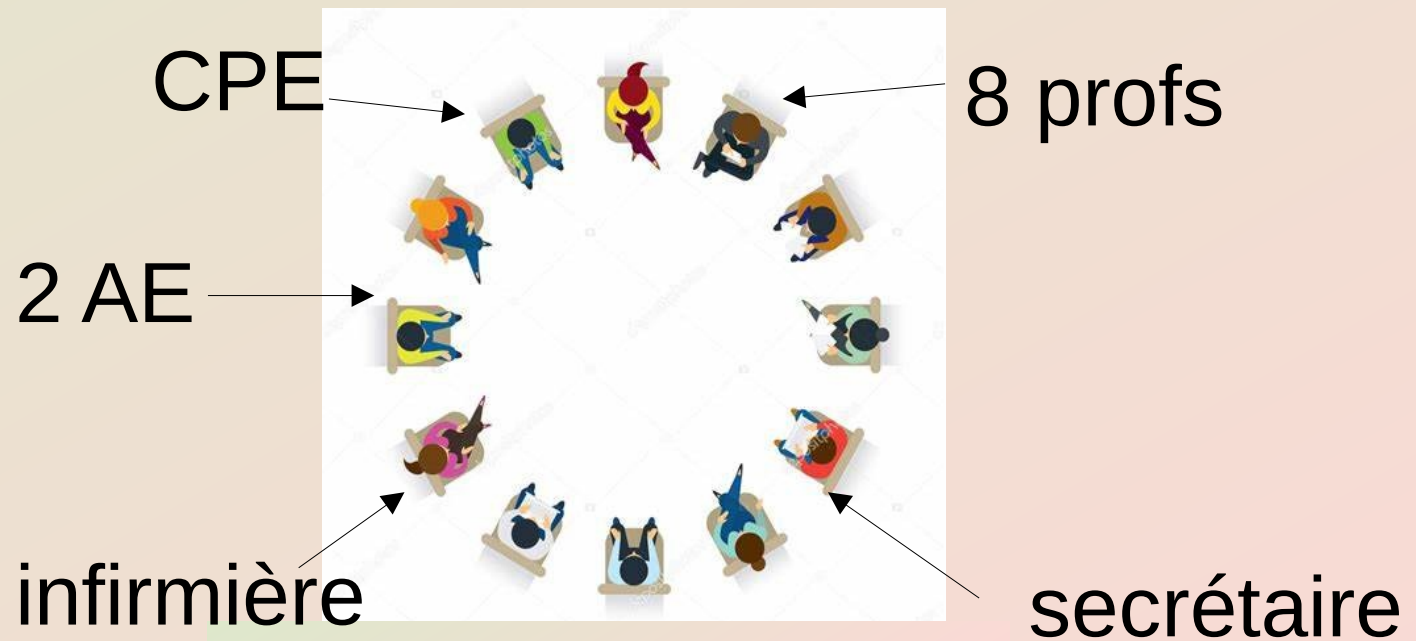
**Installer une
sécurité**

2. Le dispositif PRODAS



- Formation : Animateur cercle PRODAS : 5 jours en présentiel + heures d'accompagnement

- En 2018



- **Formidable atout !!**

2. Le dispositif PRODAS



- Rituel : 5 phases
- 1. Aménagement du cercle
- 2. Présentation du thème
- 3. Révélation d'expériences personnelles
- 4. Conclusion
- 5. Evaluation



3. Mise en œuvre pratique



- Sur toute l'année scolaire : secondes, 1ièmes
- Tous les 15 jours
- En 1/2 groupe : 10 élèves
- Préparation **progressive** au cercle : apprendre à se connaître, activités sur les émotions, la cohésion de groupe



3. Mise en œuvre pratique exemples d'activités « découverte »



« échelle des émotions »



ou « mon espace de sécurité » :
mes sensations

3. Mise en œuvre pratique pour l'animateur



- Prendre contact avec le groupe en tant qu'animateur
- Construire ensemble les règles de fonctionnement à la 1ère séance et les consolider ensuite
- Constituer les groupes si la classe est trop nombreuse.
- Préparer la séance : choix des activités et thèmes
- Organisation d'une séance : animation et ou cercle de parole.
- Capacités d'écoute active
- Capacité à reformuler ce qui a été exprimé
- Capacité à accueillir
- Adaptation à chaque groupe et chaque élève

- 3. Mise en œuvre pratique
Exemples de cercles



- Thèmes variés :
- « un lieu où je me sens bien »
- « j'ai fait quelque chose à quelqu'un et ça l'a rendu heureux »
- « le jour où j'ai trahi la confiance de quelqu'un ou quelqu'un a trahi ma confiance »



4. Bilan



Points forts

- Aucune séance n'est « ratée » !
- Un meilleur fonctionnement du groupe classe (communication /écoute/enjeux)
- Une vision différente de l'élève et de l'enseignant (2D/3D) : dimension émotionnelle et corporelle
- Un retour globalement positif des élèves sur le dispositif : plus de confiance !
- L'intégration du programme à l'année dans les stages SDD
- La formation et le suivi
- Un sentiment de plus grande utilité et efficacité dans mon métier d'enseignant



Limites

- En premier l'établissement d'un climat propice au cercle de parole (construction des groupes , gestion des élèves irrespectueux, créneau horaire).
- La double casquette prof/animateur
- Le manque d'intégration dans l'établissement pour une prise en charge globale de l'élève.

Un point fort : le lien avec les élèves pendant le confinement



Bonjour,

Comment allez-vous ?

Le confinement en lui-même je le vis plutôt bien (le fait d'être enfermé chez soi), ce que j'ai du mal à supporter se sont les cours à la maison, car avec certains professeurs ont a plus de travail qu'au lycée. Je ne pense qu'aux cours jours et nuits, je stresse sans arrêt; je n'arrive pas à dormir, je ne fais qu'y penser.

Je stresse énormément pour les CCF. A tel point que je réfléchis à redoubler; c'est vraiment une source d'angoisse.

Et le fait qu'on travaille sur ordinateur me pose aussi problème, car j'ai souvent des migraines et le fait de rester sur écran longtemps tous les jours n'aide pas à les éviter.

Je n'ai pas pu me rendre chez mon père pour les vacances de paques à cause du confinement (je n'y étais déjà pas allée aux vacances de février suite à une dispute; donc aux grandes vacances cela fera 6 mois que je n'aurais pas vu mon père). J'étais censé déménager cet été et c'est remis en cause (à cause du confinement) donc je vais peut-être déménager en cour d'année ce qu'on essayait d'éviter, pour que ce soit moins brutal pour moi.

En conclusion; disons que être chez moi n'est pas un problème, c'est tout ce qui vas avec qui m'angoisse.

Bonne journée.

Une élève de seconde horticulture

Un point fort : le lien avec les élèves pendant le confinement



Bonjour,

Comment allez-vous ?

Le confinement en lui-même **je le vis plutôt bien** (le fait d'être enfermé chez soi), ce que **j'ai du mal à supporter** se sont les cours à la maison, car avec certains professeurs ont a plus de travail qu'au lycée. Je ne pense qu'aux cours jours et nuits, je **stresse sans arrêt**; je n'arrive pas à dormir, je ne fais qu'y penser.

Je stresse énormément pour les CCF. A tel point que je réfléchis à redoubler; c'est vraiment une source d'angoisse.

Et le fait qu'on travaille sur ordinateur me pose aussi problème, car j'ai souvent des migraines et le fait de rester sur écran longtemps tous les jours n'aide pas à les éviter.

Je n'ai pas pu me rendre chez mon père pour les vacances de paques à cause du confinement (je n'y étais déjà pas allée aux vacances de février suite à une dispute; donc aux grandes vacances cela fera 6 mois que je n'aurais pas vu mon père). J'étais censé déménager cet été et c'est remis en cause (à cause du confinement) donc je vais peut-être déménager en cour d'année ce qu'on essayait d'éviter, pour que ce soit moins brutal pour moi.

En conclusion; disons que être chez moi n'est pas un problème, c'est tout ce qui vas avec qui **m'angoisse**.

Bonne journée.

Une élève de seconde horticulture

Contexte et perspective



- Un objectif : le bien-être mental et physique de l'élève
- Prodas : un outil dans une approche pédagogique plus globale
- Stage collectif en extérieur : course d'orientation, jeux de cohésion de groupe
- Analyse avec les élèves de ce qu'ils ont vécu

- L'envie d'aller plus loin avec une salle flexible
- Et l'envie de partager !

