



Cap sur l'école inclusive
en Europe



Fiche pédagogique

Amour propre

TRONC DU MODULE /E

Contact : Luis Neves

Entité partenaire : Association de solidarité sociale de l'Algarve OMNES
PRO ONE



Objectifs :

- 1 – Promouvoir la réflexion et la discussion sur le concept d'estime de soi ;
- 2 - Développer des activités pour identifier l'importance de l'estime de soi ;
- 3 - Valoriser et améliorer l'identité et l'estime de soi de chacun.

Principes et fondements théoriques sur la base de la théorie

Sur le champ de la psychologie, l'estime de soi consiste en une évaluation subjective qu'un individu fait de lui-même. Dans ce cas, des caractéristiques telles que la dignité, le respect et la confiance sont présentes dans la personnalité de cette personne.

En d'autres termes, l'estime de soi est un sentiment qui valorise l'ensemble de nos caractéristiques corporelles (physiques), mentales et spirituelles qui forment notre personnalité. Ce sentiment peut changer / évoluer avec le temps : à 5 ou 6 ans, l'enfant commence à avoir une idée de la façon dont il / elle est vu (e) par les autres.

Selon les études de Sigmund Freud, l'estime de soi serait directement liée au développement du moi.

L'estime de soi influence le processus d'apprentissage à l'école. L'apprentissage n'est pas une action mécanique, il implique des aspects cognitifs, émotionnels et sociaux, constituant une dynamique progressive. Le processus enseignement-apprentissage a été historiquement caractérisé par différentes formes allant de l'accent mis sur le rôle de l'enseignant, en tant que porteur de connaissances, aux conceptions actuelles qui considèrent le processus enseignement-apprentissage comme un tout intégré qui met en valeur le rôle de l'étudiant. Lorsque nous parlons d'enseignement-apprentissage, nous devons également parler de la fonction de la psychopédagogie qui joue un rôle essentiel dans la compréhension et la contribution à la réussite scolaire de l'élève qui a des problèmes d'apprentissage. La psychopédagogie est donc née de la nécessité de comprendre le processus d'apprentissage. Bossa (2007, p. 21) déclare que : « La psychopédagogie étudie l'acte d'apprendre. Essayer d'étudier la construction du savoir dans toute sa complexité et de mettre sur un pied d'égalité les aspects cognitifs, affectifs et sociaux qui lui sont implicites ». Le travail psychopédagogique est étroitement lié au domaine éducatif, tant au niveau préventif que de la performance clinique. Certains aspects quotidiens de l'enseignant doivent également être pris en compte, en soulignant son rôle articulatoire de la pratique pédagogique. L'enseignant est un élément très important dans le développement de l'estime de soi de ses élèves, et en conséquence, dans la contribution pour leur apprentissage. Ainsi, nous pouvons voir que l'enseignant est un élément clé de l'interaction du processus d'apprentissage. Il n'y a pas d'apprentissage efficace sans l'établissement d'une relation sûre, constante et franche à travers laquelle la connaissance peut se faire sans entrave. Dans le processus d'enseignement et d'apprentissage, l'enseignant peut créer des opportunités et des stratégies qui permettent à tous les étudiants, et pas seulement aux plus rapides, d'apprendre à leur rythme, avec assurance, avec le soutien et la motivation nécessaires pour penser, poser des questions, comparer, proposer, rechercher, dans tous les cas, de construire leur propre apprentissage. Sabini (1990, p. 92) assure que « l'école joue un rôle important dans le développement de l'estime de soi. L'instructeur a une grande influence sur l'adaptation émotionnelle de l'enfant, une fois qu'il est le premier adulte hors de son cercle de famille auquel elle doit obéir et de qui il / elle a besoin d'être reconnu et accepté »-

Public cible :

Le contenu de cette fiche peut être appliqué aux étudiants du troisième cycle dans le but d'attirer l'attention sur l'importance de ce sujet, de modifier / améliorer les attitudes et de prévenir d'autres types de comportement.

Matériel / Instruments :

- Feuille de travail;
- Feuilles de papier;
- Feuilles vierges A4 - une pour chaque élève ;
- Cartons de couleur A4 (+/-) - un pour chaque élève ;
- Colle ou ruban adhésif (pour coller les morceaux de papier blanc que les étudiants ont déchirés et qu'ils doivent coller sur les cartons colorés)

Bibliographie / Références :

- Programme Atlante;
- Guide d'éducation civique de l'éducation de base - 3e cycle, Clara Santos et Conceição Silva, Edições ASA.
- Estime de soi et apprentissage scolaire : un apprentissage psychopédagogique : une vision psychopédagogique, Juliana Alves Andrade

Présentation de la méthodologie :

- Créer une dynamique pour la leçon, au début, avec la feuille de travail ;
- Conversations informelles et réflexions personnelles ;
- Participation active de tous ;
- Explorer une activité où la créativité / dextérité de chaque élève sera mise en pratique.

Cette méthodologie nécessite l'utilisation d'un guide que je joins à cette fiche.



Présentation de la méthodologie

Feuille de travail : estime de soi

Définition de l'estime de soi : *l'estime de soi est l'attitude positive de chaque individu envers lui-même. Comme l'attitude est la manière de penser, de ressentir et de se comporter, elle constitue le noyau fondamental de la personnalité qui se reflète dans la relation avec les autres. C'est au cours de la vie qu'avec la considération et la reconnaissance des autres, on acquiert l'estime de soi.*

Lisez la situation suivante :

Teresa donne presque toujours l'impression de se déprécier, soit en ce qui concerne ses capacités, soit en ce qui concerne son apparence. Sans le savoir, elle n'a pas une image d'elle-même aussi positive que celle de ceux qui travaillent et vivent avec elle.

Sur une échelle de 1 à 10, elle donnerait entre 3 et 4.

Sa faible estime de soi semble être liée au fait qu'elle n'a jamais complètement répondu à ce que ses parents attendaient d'elle et au fait qu'elle a une sœur qui a toujours été la meilleure à l'école, la plus aimée et celle que ses parents ont toujours louée.

En revanche, Teresa n'exprime que rarement ses opinions et ne défend pas ses idées, que ce soit au travail ou à la maison.

Elle ne s'inquiète pas beaucoup de montrer ses pensées et ses sentiments.

Teresa a commencé à travailler après avoir terminé un cours intermédiaire et ses fonctions n'exploitent pas toutes ses possibilités ni ses compétences, qu'elles soient techniques ou théoriques. Cependant, elle s'est accommodée de ces fonctions.

Si elle avait une meilleure estime de soi et montrerait plus d'informations sur son travail, la direction de la société l'aurait déjà promue au cours des trois dernières années d'activité.

Maria Odete Fachada, Psychologie des relations interpersonnelles, Editions Rumo

A - En groupe, commentez le texte et essayez de répondre aux questions pour pouvoir ensuite partager les conclusions au sein du groupe entier.

1. Si vous pouviez donner un conseil à Teresa, comment pourriez-vous l'aider à renforcer son estime de soi ?
-

2. Pensez-vous qu'une personne ayant un niveau élevé de confiance en soi s'acquitte mieux des tâches qui lui sont confiées ? Ou l'inverse ? Pourquoi ?
-

3. Faites une liste des attitudes que vous pouvez avoir qui peuvent vous amener à vous affirmer devant les autres.
-

B - Activité du programme Atlante, sur l'estime de soi. (L'enseignant donnera ces instructions oralement afin que l'élève ne sache pas ce qu'il va faire ensuite avec les bouts de papier qu'il déchire).

1. *Prenez une feuille de papier A4 et déchirez-en un morceau pour chaque critique non constructive que les gens vous ont adressé, pour chaque offense et pour chaque doigt pointé contre vous.*



© Can Stock Photo

2. *Ensuite, prenez de la colle ou du ruban adhésif et essayez de rassembler les morceaux ensemble sur un carton (ou non), de manière à obtenir à nouveau la forme d'une feuille de papier A4 blanche.*

Remarque : à la fin, l'enseignant demande aux élèves de montrer le résultat final de la tâche à leurs collègues et explique que cette feuille de papier blanc symbolise leur estime de soi et demande à quelle conclusion ils sont arrivés avec l'activité.

Les étudiants réalisent rapidement qu'il est très facile de défaire l'estime de soi d'une personne, mais la recomposer ou la laisser intact n'est pas si facile.

C – Avez-vous un(e) ami(e) à féliciter pour renforcer son estime de soi ? Que pouvez-vous pour lui/elle ?

Pensez à ce que vous appréciez le plus chez lui/elle et à ce qu'il/elle peut mieux faire et écrivez-lui un message sur une feuille de papier.

Remarque : afin de garantir que tous les élèves reçoivent un compliment, l'enseignant demande à tous les élèves d'écrire au moins un message de remerciement/compliment au compagnon assis à côté de lui. Ces messages peuvent être ou non partagés avec le groupe/la classe.

Compétences touchées

- Communication dans la langue maternelle ;
- Compétences linguistiques;
- Sensibilité, expression culturelle et artistique ;
- Compétences sociales et civiques;

Evaluation:

- Observation directe;
- Auto-évaluation de l'activité;