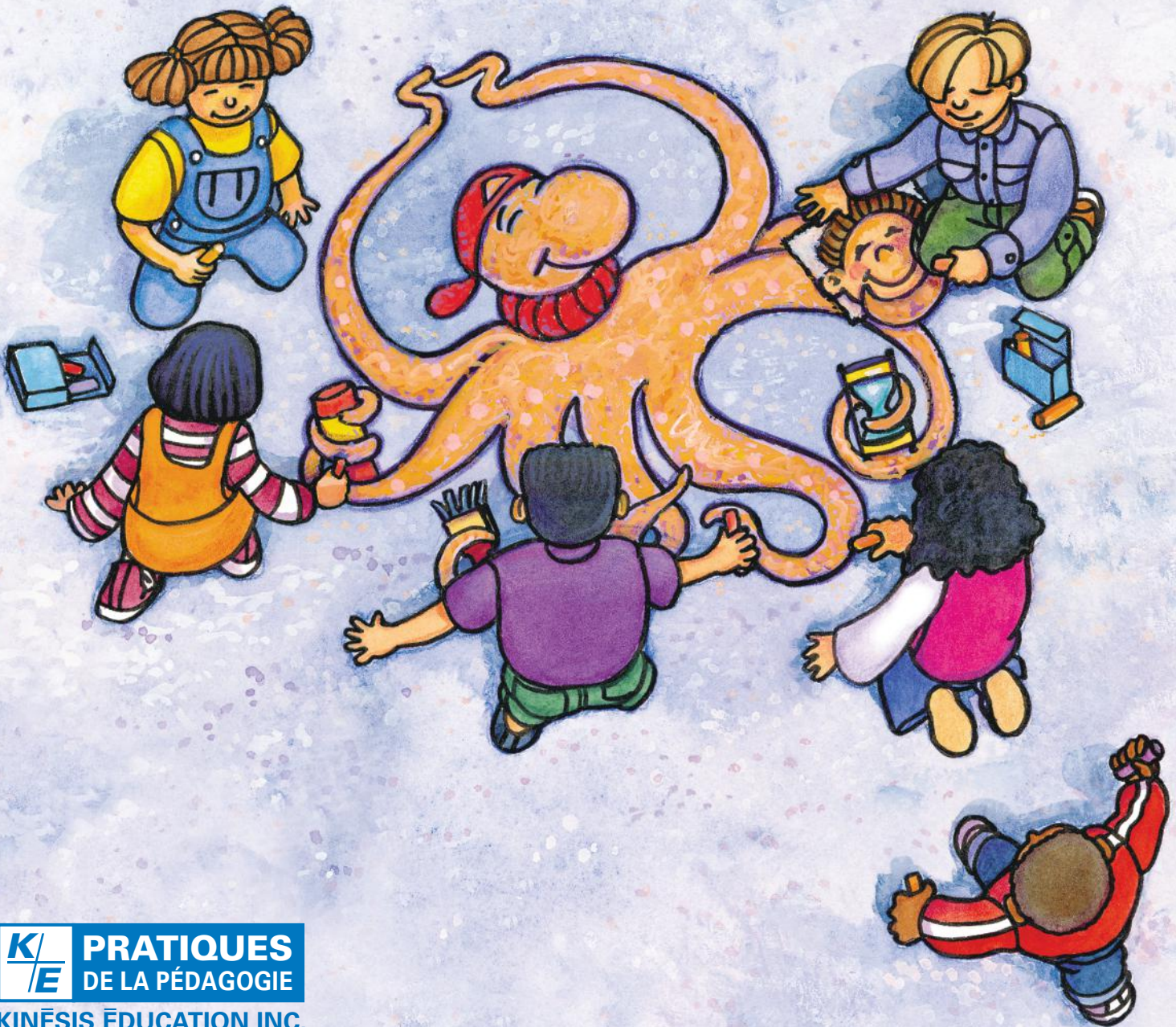


Pierre Charlebois, Ph.D. psychologie du développement
Jolène Gauthier, M.Sc. psychoéducation
Annick Rajotte, M.Sc. psychoéducation

avec guide
d'activités reproductibles
1^{er} cycle du primaire

STRATÉGIES PSYCHOÉDUCATIVES

POUR ENFANTS HYPERACTIFS, INATTENTIFS... ET AUTRES



STRATÉGIES PSYCHOÉDUCATIVES

POUR ENFANTS HYPERACTIFS, INATTENTIFS... ET AUTRES



L'utilisation du féminin dans cet ouvrage n'a pour objet que d'en alléger la lecture. Les termes utilisés pour désigner des personnes sont pris au sens générique ; ils ont à la fois valeur de masculin et de féminin.



Canada

L'ensemble des titres admissibles de notre production bénéficie du soutien financier du gouvernement du Canada.

Chargé de projet	Josiane Duquette Samia Herrera
Composition par ordinateur	Josiane Duquette Samia Herrera Francine Plante Marc-André Roy
Coordination	Isabelle Ducharme
Réécriture	Renée Bédard
Révision	Jean Bernard, agréé par l'OLF
Correction	Marie Delorme, agréée par l'OLF
Illustrations	Monique Chaussé
Supervision de la production	Francine Plante

À propos de photocopie

Photocopier sans permission un imprimé — une œuvre complète ou un passage d'une œuvre —, c'est aussi plagier. C'est aussi s'approprier indûment le fruit du travail d'un auteur.

Et, la plupart du temps, la photocopie gâte l'œuvre, et fait perdre le bénéfice de cinq cents ans de pratique de l'imprimerie : c'est un péché contre l'esprit, en plus d'être un acte malhonnête.

Photocopier sans permission : c'est voler.

Méprisons la photocopie sauvage. Méprisons le vol.

Impression Sprintmédia

Droits d'auteur et droits de reproduction
Toutes les demandes de reproduction doivent être acheminées à :
Copibec (reproduction papier) 514 288-1664 1 800 717-2022
licences@copibec.qc.ca

Éditeur délégué Paul Beullac
Les Éditions Jules Châtelain

© Œuvre protégée par le droit d'auteur.
Toute reproduction interdite sans autorisation de l'éditeur.

KINÉISIS ÉDUCATION
Bureau 275, 4823, rue Sherbrooke Ouest, Westmount, Québec H3Z 1G7
Téléphone : 514 932-9466 Télécopieur : 514 932-5929
Courriel : cbeullac@ebbp.ca Site : www.ebbp.ca

Pierre Charlebois, Ph.D. psychologie du développement
Jolène Gauthier, M.Sc. psychoéducation
Annick Rajotte, M.Sc. psychoéducation

STRATÉGIES PSYCHOÉDUCATIVES

POUR ENFANTS HYPERACTIFS, INATTENTIFS... ET AUTRES



INTRODUCTION

À qui s'adressent ces activités ?	2
L'organisation générale du guide	2

LES CONCEPTS DE BASE

Déficit d'attention et hyperactivité

Comment détecter un problème	7
Les conséquences	8
Les difficultés d'apprentissage	8
Des relations sociales difficiles avec les pairs	8
Des relations difficiles avec les adultes	8
Quelques modèles explicatifs	9
Les dysfonctions neurologiques	9
Un retard de développement	9
Principes d'action à retenir	11
Adopter une approche positive et faire vivre des succès	11
Utiliser une approche proactive	11
Responsabiliser les enfants	11
Accepter que le changement d'un comportement prenne du temps	12
Harmoniser les interventions	12

Une approche systémique

La relation entre l'animatrice et le sujet	13
Les objectifs	19
Le contrat: un moyen efficace de gérer les objectifs	19
Le contenu	20
Les stratégies de gestion des apprentissages	21
Les stratégies de gestion des comportements	22
Le code et les procédures	22
Le temps	24
La perception personnelle du temps	25
L'horaire de l'institution	25
Les différents rythmes	26
L'espace	26
Le système de responsabilités	27
Le système d'évaluation et de reconnaissance	28
Références	29

PRÉSENTATION DU PROGRAMME

Introduction aux activités d'habiletés sociales

Les programmes d'apprentissage des habiletés sociales	36
La résolution de conflits	38
L'organisation des modules	39

Introduction aux activités d'autorégulation

L'apprentissage de l'autorégulation	40
L'organisation des modules	41

Animation des activités

Dans quel cadre et comment appliquer le programme	42
Dans les classes régulières	42
Interventions préventives ciblées en groupes restreints	43

Quelques suggestions pour l'animation

Déroutement des activités d'habiletés sociales et d'autorégulation	44
Le rythme	45
Les animatrices	45
Le style d'animation	45
Le transfert et la généralisation	45
La participation des parents	46

Références	47
------------	----

Toutes les activités qui suivent sont reproductibles.

LES HABILÉTÉS SOCIALES ACTIVITÉS

Introduction au Club : La fête	53
--------------------------------	----

Module sur les émotions

Raconte-moi une émotion	59
Mime-moi une émotion	65
À la recherche des émotions	69
Écoute les voix et leurs émotions	75
Des photos de toi	81

Module sur la résolution de conflits

Je trouve des solutions	91
La boîte de résolution	99
L'heure du conte	103

Module sur la prise de contact

Où est mon jumeau ?	111
Que préfères-tu manger ?	121

Module sur parler gentiment

Le dinosaure en nouilles	133
Le dessin en commun	137

Module sur toucher doucement

Le bingo des animaux	143
On se maquille !	159

Module sur partager

On partage des bonbons	165
On bricole ensemble	171

Module sur aider

Le jeu des aveugles	177
Le bricolage à une main	183

Module sur chacun son tour

Le jeu de société des Octopus	189
Mon objet précieux	195

Module sur collaborer

Un drakkar en fruits	201
Les amis du monde	209

Module sur complimenter

Je reconnais mes qualités	225
La remise des médailles	231

La révision des habiletés sociales

Le jeu de mémoire	239
Le jeu des questions Octopus	243

ACTIVITÉS D'AUTORÉGULATION

Module sur l'objectif

Un dessin en gélatine	253
Un collier de nouilles	257
Le volcan	261

Module sur les étapes

Un Octopus en papier mâché	269
Une souris pince-papier	275
La fabrication d'étampes	281

Module sur l'exécution

Un dessin sur papier de verre	291
Un aimant à frigo	297
Le casse-tête Octopus	303

L'autoévaluation

Monsieur Gazon	313
Un crocodile qui marche	319
L'Octopus des amis	325

Lexique	332
---------	-----

N.B. Les mots en gras et italique, comme *diagnostic* à la page 7 sont définis dans le lexique.

Pour aider les enfants à trouver des solutions aux problèmes qu'ils ont à régler, pourquoi ne pas leur donner les réponses? On gagnerait ainsi du temps. Même si les enfants n'arrivaient pas à mémoriser les solutions du premier coup, ne suffirait-il pas de les répéter pour qu'ils les apprennent? Malheureusement, la réalité est beaucoup plus complexe. Tout adulte qui a eu la responsabilité de l'éducation d'un enfant sait que cette stratégie est vouée à l'échec. Il y a trop à apprendre, et chaque enfant ne peut pas disposer d'un maître à plein temps. Pourtant, qui parmi nous peut affirmer n'avoir jamais donné les réponses à un enfant pour en finir avec des devoirs qui s'éternisaient et passer plus rapidement à autre chose? Pourquoi agissons-nous de la sorte? Parce que nous croyons gagner du temps. Il est vrai que l'autre option, qui consiste à apprendre aux enfants à trouver eux-mêmes les réponses, demande un investissement de temps qui est plus important au début. Mais l'expérience a montré que ce scénario s'avère beaucoup plus rentable à moyen et à long terme. Plusieurs recherches indiquent que la meilleure stratégie pour aider les enfants à réussir consiste à favoriser l'autorégulation par l'apprentissage d'une méthode de travail et l'autocontrôle par l'apprentissage d'habiletés sociales (Manning et Payne, 1996; Poissant, 1998; Zimmerman, Bonner et Kovach, 1996).

On parle d'autorégulation quand, pour accomplir une tâche, on applique une méthode de façon autonome. Les composantes de cette méthode sont: l'analyse de la tâche qui est proposée, le choix d'un objectif, la planification d'une stratégie d'exécution, l'exécution selon les critères fournis, et l'évaluation de l'efficacité de la stratégie en fonction de l'atteinte de l'objectif. Cain et Dweck (1995) ont démontré, d'une part, que les élèves qui utilisaient cette méthode étaient plus motivés, plus confiants en présence d'un nouveau défi, et qu'ils réussissaient mieux à l'école. Devant l'échec, ils ne remettaient pas en cause leur valeur personnelle; ils s'appliquaient plutôt à modifier la stratégie qui n'avait pas fonctionné. D'autre part, on a constaté que les élèves les plus susceptibles d'abandonner l'école étaient plus dépendants des réponses fournies par un tiers. Ils avaient tendance à reculer devant un nouveau défi, tentaient de le résoudre sans planification et abandonnaient rapidement. Ils attribuaient alors leur échec à un manque de talent et se sentaient dévalorisés.

Par ailleurs, plusieurs études ont démontré que les relations avec les pairs jouent un rôle déterminant dans l'adaptation scolaire et sociale des jeunes (Ledingham, 1999; Vitaro et Gagnon, 2000). L'isolement social et le rejet par les pairs constituent des facteurs de risque importants liés au décrochage scolaire ainsi qu'à l'agressivité, aux désordres de la conduite, à la grossesse à l'adolescence et à la délinquance. Mais ce ne sont pas seulement ceux qui dérangent qui sont à risque. Des recherches ont révélé que les enfants anxieux et isolés sont sujets à la dépression, au décrochage scolaire et au suicide. Dans le passé, les éducateurs se préoccupaient peu du développement des habiletés sociales chez les jeunes. Ils laissaient la maturation faire son œuvre et arbitraient d'après leurs connaissances les conflits qui se présentaient. S'il est vrai que certains ont un talent naturel pour les interactions sociales, la majorité des enfants doivent acquérir les habiletés sociales nécessaires à l'établissement

de relations harmonieuses avec leurs pairs. Investir tôt dans le développement d'habiletés sociales comporte un prix, certes, mais celui-ci est considérablement inférieur au coût qui est lié aux conséquences familiales, sociales et financières des comportements antisociaux et de l'échec scolaire, sans compter que de tels comportements se transmettent bien souvent d'une génération à l'autre.

À qui s'adressent ces activités ?

À quel âge peut-on amorcer les apprentissages de l'autorégulation et des habiletés sociales ? La Réforme du ministère de l'Éducation sur le développement de compétences transversales (Vie Pédagogique, 2000) propose de favoriser le développement des compétences méthodologiques et sociales au premier cycle du primaire. Est-il réaliste d'aborder des concepts en apparence aussi abstraits avec de jeunes enfants ? Assurément, mais dans la mesure où l'apprentissage respecte leur niveau de développement. Ce guide propose 38 activités conçues pour l'apprentissage de l'autorégulation et des habiletés sociales, et applicables dès la première année du primaire. Ces activités ont été expérimentées avec des enfants de six ans qui présentaient des difficultés d'attention. Elles peuvent aussi être utilisées avec des enfants qui n'éprouvent pas ce genre de problèmes puisque les enfants qui démontrent un déficit d'attention ne sont pas moins intelligents que les autres ; c'est plutôt l'absence de motivation qui est en cause dans leur cas. Si les tâches correspondent au niveau intellectuel des enfants et qu'elles réussissent à capter leur attention, tous les enfants, qu'ils éprouvent ou non des problèmes, y trouvent leur compte.

L'organisation générale du guide

Ce guide se divise en quatre sections. La première partie fait un survol des concepts essentiels. On y présente d'abord un aperçu des principales connaissances sur le déficit d'attention avec hyperactivité et on y propose des principes d'action pour orienter les stratégies éducatives qui favorisent un encadrement approprié, selon les différents besoins des enfants. Cela s'adresse non seulement aux intervenants qui travaillent avec des enfants présentant un déficit d'attention avec hyperactivité, mais aussi à tous les éducateurs qui souhaitent mieux cerner les différents besoins des enfants qui leur sont confiés. Les principes énoncés sont valables pour tous les enfants qui éprouvent des difficultés d'adaptation. Il existe bien sûr des interventions spécifiques pour des problématiques données, par exemple la relaxation et la désensibilisation progressive pour les problèmes d'anxiété et la gestion de la colère chez les enfants agressifs, mais tous les enfants partagent un même besoin de soutien dans la réalisation de leurs tâches d'apprentissage et dans leurs relations sociales.

En deuxième partie de cette section, on explique ce qu'est l'approche systémique, une vision des interventions élaborée et expérimentée par les psychoéducatrices depuis plusieurs décennies. Les composantes de cette approche ne sont pas nouvelles : besoins et compétences de l'enfant et de l'adulte, objectifs, contenu, stratégies de gestion des apprentissages et des comportements, code et procédures, dosage du défi en relation avec le temps, organisation de l'espace, partage des responsabilités, système d'évaluation et de reconnaissance.

Son originalité réside dans le fait que les différentes composantes d'une intervention sont intégrées en un système cohérent. La notion d'approche systémique suppose que chaque composante influence les autres et est influencée par elles. Ainsi, quand on utilise l'approche systémique, on ne se soucie pas seulement de chacune de ses composantes prises individuellement, mais aussi de leurs effets réciproques dans un ensemble. Les contraintes d'espace (par exemple, imaginez que vous devez donner un cours de relaxation dans un local adjacent au local de musique) pourraient vous empêcher d'atteindre vos objectifs et vous obliger à exercer un contrôle plus serré des comportements et à mettre en place un règlement qui ne cadre pas avec la logique de l'activité. Dans la même veine, une mère qui souhaite favoriser la concentration de son enfant à l'heure des devoirs choisira de préférence un espace isolé où la stimulation visuelle et auditive est réduite. Elle mettra en place un règlement en vue d'éliminer les sources potentielles de distraction (par exemple, postes de télévision et de radio éteints, pas de communications téléphoniques avec les amis). Elle fixera le temps consacré aux devoirs qui respecte le seuil de tolérance de son enfant (par exemple, vingt minutes pour un enfant de six ou sept ans). Lorsque toutes les composantes sont bien assorties et s'influencent positivement, le système se présente comme un tout cohérent et optimal.

La deuxième section du guide présente des considérations générales sur l'organisation et le fonctionnement des activités proposées. Nous décrivons aussi les différents contextes dans lesquels elles peuvent être utilisées. La troisième section du guide présente les activités conçues pour favoriser l'acquisition des habiletés sociales ainsi qu'une méthode de résolution des conflits. Cette section contient aussi des conseils pratiques pour adapter le programme à la réalité de différents contextes. Chaque activité suit une même présentation : ❶ une définition du concept utilisé ; ❷ un pictogramme ; ❸ une fiche technique décrivant l'objectif, le contenu de l'activité, la durée, le matériel nécessaire et la préparation requise, et contenant des conseils pour l'animatrice ; ❹ la feuille d'exercice pour les participants ; ❺ une feuille destinée à la planification des devoirs de la semaine. Enfin, la quatrième section du guide regroupe les activités visant l'apprentissage de l'autorégulation. Cette section est conçue de manière identique à celle qui porte sur l'acquisition des habiletés sociales.

Les activités présentées dans ce guide ne sauraient évidemment être utilisées comme des recettes pouvant s'appliquer automatiquement à tous les enfants. Certains enfants auront besoin de moins d'encadrement et de soutien que d'autres pour atteindre les objectifs visés. Les activités ne remplacent pas non plus la qualité de la relation d'aide, essentielle à toute intervention éducative. Toutefois, des activités qui captent l'attention des enfants et favorisent le succès de leur démarche offrent aux intervenants un répit qui permet d'investir plus de temps dans les contacts individuels. Les deux types d'activités présentées aux sections 3 et 4 sont complémentaires, mais elles peuvent aussi être utilisées de façon indépendante. Les principes d'action présentés dans les deux premières sections s'appliquent à toutes les activités ; utilisés au moment de la planification et de l'évaluation des activités, ils permettront d'améliorer la qualité des interventions.

LES CONCEPTS DE BASE

2 pages vous sont présentées
sur un total de 29 pages.

Se référer à la table
des matières pour le contenu.



DÉFICIT D'ATTENTION ET HYPERACTIVITÉ

Comment détecter un problème

La capacité de concentration d'un enfant s'accroît avec l'âge. Qu'un enfant de deux ans passe fréquemment d'un jeu à un autre n'a rien d'alarmant. Toutefois, l'observation du même comportement chez un enfant de cinq ou six ans mérite une investigation plus sérieuse. Un problème de concentration peut se présenter à des degrés divers et pendant des périodes plus ou moins longues selon les enfants. Ainsi, un enfant peut avoir de la difficulté à maintenir son attention dans quelques situations seulement (par exemple, s'il doit accomplir une tâche particulière ou en présence d'une personne donnée), tandis qu'un autre éprouvera la même difficulté dans plusieurs contextes. Un problème bien déterminé et clairement lié à une situation est généralement facile à résoudre. Quelques discussions avec un enfant suffisent parfois pour qu'on établisse la source du malaise et qu'on trouve les moyens d'y remédier. Toutefois, si le problème se présente sous diverses formes et dans plusieurs contextes, et que le comportement en question persiste depuis au moins six mois, il s'agit alors probablement d'un cas plus sérieux.

Le déficit d'attention avec hyperactivité (DAH) apparaît tôt, généralement vers l'âge de trois ans, mais il est souvent diagnostiqué beaucoup plus tard, quand les enfants entrent à l'école. Même si des parents remarquent parfois que leur enfant est agité et très impulsif, il peut être difficile pour eux d'évaluer si ce sont là ou non les symptômes d'un problème, surtout quand ils n'ont pas l'occasion d'observer leur enfant en présence d'autres enfants du même âge. C'est donc souvent d'autres adultes, en centre de la petite enfance ou à la maternelle, qui, en comparant le comportement de l'enfant avec celui des autres enfants de son groupe, détectent le problème. Malgré des divergences d'opinions sur la nature et l'importance relative des différents comportements associés au DAH, on s'entend depuis plusieurs années sur ses principales manifestations: inattention, impulsivité et hyperactivité (DSM-IV, American Psychiatric Association, 1994). L'inattention se manifeste par une difficulté à maintenir sa vigilance ou à soutenir son attention sélective ainsi que par une tendance à être facilement distrait. Plus concrètement, on observe chez les enfants DAH une difficulté (persistante et dans plusieurs situations) à maintenir suffisamment d'attention pour terminer un jeu ou accomplir une tâche. L'impulsivité se définit par une tendance à agir avant de penser (difficulté à attendre son tour, intrusion dans les activités des autres, absence de réflexion avant de répondre à une question, changement fréquent d'activités, propulsion dans l'action sans tenir compte des risques). Plusieurs enfants hyperactifs éprouvent également de la difficulté à rester en place, et le manifestent par une tendance à bouger continuellement les mains et les pieds. Certains diront, à raison, que ces comportements s'observent chez tous les enfants, en particulier chez les garçons (ratio de trois garçons pour une fille). Toutefois, dans le cas des garçons DAH, la différence est évidente en raison de la fréquence et de la variété des contextes dans lesquels ils adoptent ces comportements. Il est donc important de considérer les critères qui suivent pour établir un **diagnostic**: ① les comportements qui posent problème dans une situation donnée (en classe, à l'heure des repas, devant la télévision) sont beaucoup plus

fréquents que ceux que l'on observe chez des enfants du même sexe et du même âge; ❷ on observe ces comportements dans plusieurs situations et avec différents adultes; ❸ ces comportements persistent dans le temps (six mois ou plus); ❹ ces comportements ne peuvent pas être attribués à une situation traumatisante vécue par l'enfant. Le DAH toucherait de 3 % à 5 % de la population dans son ensemble, mais il serait plus élevé (14,3 %) dans les milieux défavorisés des centres urbains (Pelham, Gnagy, Greensdale et Milich, 1992). Il est important de noter que le DAH est souvent diagnostiqué chez des enfants qui ont d'autres problèmes [agressivité (36 % des cas); opposition et désordre de la conduite (59 %); désordre affectif majeur (32 %); tics (32 %); problème de langage (23 %); encoprésie, énurésie (18 %)]. Cela complique par conséquent le diagnostic et le choix des stratégies d'intervention (Selton et autres, 1998; voir aussi Breton et autres, 1999, pour des données québécoises).

Les conséquences

Les difficultés d'apprentissage

Un pourcentage élevé des enfants DAH (58 %) échouent au moins une année scolaire avant la fin du primaire (August et Garfinkel, 1990; Faraone et autres, 1993; Frick et autres, 1991). Charlebois, Normandeau et Vitaro (1997) ont montré que 28 % des enfants DAH prennent un retard d'une année avant la troisième année du primaire et que 60 % d'entre eux reçoivent un soutien spécialisé (psychoéducatrices, orthopédagogues, psychologues scolaires) pour les difficultés d'apprentissage qu'ils éprouvent. Ces difficultés ont un effet dévastateur sur l'estime de soi de l'enfant et découragent les parents. Elles finissent par démotiver les enfants à l'égard des activités scolaires.

Des relations sociales difficiles avec les pairs

Des études révèlent que 57 % des enfants DAH sont rejetés par leurs camarades de classe (Charlebois, Normandeau et Vitaro, 1995a; Henker et Whalen, 1999). Ce pourcentage est très élevé si on le compare au pourcentage de rejet attribuable aux troubles de la conduite et à l'anxiété (33 %), et au pourcentage de rejet des enfants sans problème particulier (10 %). Ce phénomène s'expliquerait par l'impulsivité des enfants DAH et leur intrusion dans les activités des autres enfants. Les enfants DAH sont imprévisibles et désorganisent l'activité du groupe, ce qui entraîne des échanges négatifs avec les autres, qui finissent par les exclure. Les enfants ainsi rejetés sont plus agressifs et contribuent souvent à la création d'un climat d'insécurité dans la cour de récréation.

Des relations difficiles avec les adultes

L'établissement de relations significatives avec les adultes est un besoin fondamental chez tous les enfants. Malheureusement, les relations de plusieurs enfants DAH avec les adultes se détériorent rapidement. En classe, ces enfants dérangent. Ils attirent constamment l'attention sur eux, obligeant ainsi l'enseignante à les rappeler fréquemment à l'ordre ou même à les expulser de la classe. L'adulte qui se trouve contraint de leur accorder plus d'attention perd parfois patience. Ainsi, une relation négative s'établit souvent entre les enseignantes et les enfants DAH. En essayant de contrôler des comportements inappropriés dans le but de

PRÉSENTATION DU PROGRAMME

3 pages vous sont présentées
sur un total de 14 pages.

Se référer à la table
des matières pour le contenu.



INTRODUCTION AUX ACTIVITÉS D'HABILITÉS SOCIALES

Nous connaissons tous des individus que nous préférons éviter parce qu'ils ne savent pas comment se comporter avec les autres. Certaines personnes sont intrusives et ne respectent pas l'intimité d'autrui. D'autres, à l'inverse, sont si repliées sur elles-mêmes qu'elles mettent leur entourage mal à l'aise. Dans un cas comme dans l'autre, ces attitudes créent un inconfort. Par ailleurs, ne sommes-nous pas tous préoccupés par l'image que nous projetons ?

Des événements dramatiques, qui mettent en évidence les lacunes de la formation aux **habiletés sociales** dans nos systèmes d'éducation modernes, surviennent parfois et nous invitent à réfléchir. Mars 1998, Arkansas: deux garçons, âgés de onze et treize ans, ouvrent le feu et tuent quatre élèves et une enseignante... Mars 2001, Californie: un garçon de quinze ans tue deux de ses camarades et en blesse 13 autres... Il existe un facteur commun à toutes les tragédies de cette sorte: dans tous les cas, les jeunes responsables étaient rejetés par leurs pairs. L'isolement social et le rejet par les pairs constituent des facteurs de risque importants quant au décrochage scolaire (Parker et Asher, 1987), à l'agressivité et aux désordres de la conduite (Ledingham, 1999), à la grossesse à l'adolescence (Gosselin, Lanctôt et Paquette, 2000), et à la délinquance (LeBlanc et Morizot, 2000). Mais ce ne sont pas seulement ceux qui dérangent qui sont à risque. Plusieurs études ont démontré que les enfants anxieux et isolés sont des candidats à la dépression (Kazdin et Marciano, 1999), au décrochage scolaire (Janosz, Fallu et Deninger, 2000) et au suicide (Breton et Boyer, 2000).

À qui la faute? À l'individu qui n'a pas su s'intégrer au groupe? À ses parents, qui n'ont pas su lui donner l'encadrement approprié pour développer sa confiance en soi et son estime de soi-même? Celui qui commet le geste fatal est-il le seul coupable? En fait, plusieurs facteurs se conjuguent, et plusieurs raisons peuvent expliquer ces drames. Lorsqu'un individu est rejeté socialement, il y en a nécessairement un autre ou plusieurs autres qui le rejettent. Derrière les cas aussi extrêmes que les exemples cités plus haut se cache souvent une longue histoire de rejet social qui remonte au début de la scolarisation primaire. Si ces enfants avaient autant besoin d'acquérir des habiletés sociales pour s'intégrer au groupe, les autres élèves avaient aussi besoin d'acquérir des habiletés sociales pour les accepter. L'anecdote qui suit illustre bien cette réalité.

Émilie est une fillette intelligente. Elle savait déjà lire et écrire avant de commencer sa première année, alors elle a rapidement été reconnue comme la chef de son groupe. Dans la cour de récréation, elle a créé un jeu qui s'appelle la « cour de la reine ». Évidemment, elle est la reine et, à ce titre, elle décide des jeux et des participants. Émilie est l'idole de Nathalie, qui la suit partout. Un jour, Émilie décide de chasser Nathalie de la « cour de la reine » parce qu'elle la trouve trop envahissante. À la suite de cet événement, Nathalie refuse pendant plusieurs jours de s'alimenter et même d'aller à l'école, prétextant qu'elle a mal au ventre. Après quelques jours, elle avoue enfin à sa mère qu'elle ne peut plus aller à l'école parce qu'elle ne fait plus partie de la « cour de la reine ». Les parents des deux fillettes doivent intervenir pour les aider à résoudre ce conflit.

Même si nous assistons à des progrès notables en la matière, il n'est pas déraisonnable d'affirmer que notre société se préoccupe encore trop peu du développement social et de la résolution des conflits chez les enfants. D'une façon générale, les adultes laissent à la maturation le soin de faire son œuvre et arbitrent les conflits d'après leurs connaissances. L'attitude habituellement préconisée consiste à réagir plutôt qu'à prévenir. Les journaux, la radio et la télévision ont abondamment commenté les fusillades qui ont eu lieu dans différentes écoles américaines. Les journalistes ont décrit en détail les railleries et le rejet social dont avaient été victimes les agresseurs pour expliquer leur geste insensé, mais aucun n'a mentionné l'importance des programmes de développement des habiletés sociales et de résolution de conflits pour prévenir de tels drames. On a plutôt insisté sur les mesures de sécurité mises en place (détecteurs de métal, gardiens de sécurité, etc.) pour empêcher les élèves d'introduire des armes dans l'école. L'obligation de dénoncer toute menace réelle ou lancée à la blague a engendré dans certaines écoles un climat de méfiance qui frise la paranoïa. Des lignes téléphoniques directes ont été installées pour favoriser les dénonciations anonymes. Les coûts humains et financiers rattachés à de telles mesures ne dépassent-ils pas l'investissement en énergie qui aurait pu être consacré à la prévention? Un investissement précoce dans le développement d'habiletés sociales comporte un prix, mais celui-ci n'est-il pas considérablement inférieur au prix des conséquences familiales, sociales et financières des comportements antisociaux et de l'échec scolaire, sans compter que ces problèmes se transmettent bien souvent d'une génération à l'autre.

Les programmes d'apprentissage des habiletés sociales

Selon Landau et Moore (1991), plusieurs enfants ont des relations difficiles avec leurs pairs et les adultes parce qu'ils sont turbulents, intrusifs et irritants (voire agressifs verbalement ou physiquement) dans leurs contacts sociaux. À l'inverse, d'autres enfants limitent leurs contacts humains parce qu'ils sont anxieux, timides ou repliés sur eux-mêmes. Ces problèmes se présentent à des degrés d'intensité très variables, dans un même groupe ou dans différents groupes d'enfants. Même si certains enfants possèdent déjà les habiletés nécessaires pour établir des relations sociales positives avec leurs pairs, ils sont quand même influencés par la dynamique de leur groupe et ils peuvent se sentir tout aussi démunis que les autres devant des comportements qu'ils ne comprennent pas. Ils doivent donc apprendre eux aussi à composer avec différentes personnes. Placer les enfants socialement compétents dans un groupe d'élite priverait ceux-ci d'un contact avec la réalité sociale sous ses multiples formes; cette absence de contacts diversifiés pourrait leur nuire toute la vie. Par exemple, le travail en équipe ou l'obligation de côtoyer des voisins qu'on n'a pas choisis peut être difficile à vivre si l'on n'a pas appris à tolérer des individus qui ont des comportements qui dérangent. La majorité des programmes de formation aux habiletés sociales ont été conçus pour des enfants qui éprouvent des difficultés d'adaptation, mais les connaissances sur le développement des habiletés sociales sont issues de comparaisons entre des enfants compétents sur le plan social et d'autres qui présentaient des problèmes (Dodge, Petit, McClaskey et Brown, 1985). Selon Henker et Whalen (1999), le principal problème des enfants qui éprouvent des difficultés dans leurs relations avec les autres ne réside pas dans leur méconnaissance des règles sociales,

Exemple de lettre aux parents

Chers parents,

Nous vous informons qu'un nouveau projet, le Club des Octopus, sera offert dans la classe de votre enfant. Ce projet vise à encourager le développement d'habiletés sociales (ex. : partager, aider, collaborer, etc.) ainsi que la mise en place d'une méthode de travail qui favorise l'autonomie (autorégulation).

Ce projet se tiendra pendant plusieurs semaines consécutives, à raison d'une période chaque semaine. Les enfants participant aux activités du Club des Octopus pourront se familiariser avec de nouvelles compétences ou encore enrichir celles qu'ils maîtrisent déjà. Ce projet a déjà été expérimenté ailleurs, et on a conclu qu'il réduisait significativement les risques de décrochage scolaire chez les jeunes.

Vous aurez la possibilité de suivre et d'encourager les apprentissages de votre enfant par les devoirs que celui-ci aura à faire à la maison chaque semaine. Les feuilles d'exercice et de devoir seront insérées dans un cahier identifié au nom du Club des Octopus. Bien que ces devoirs se présentent sous forme de dessins, ils sont d'une importance majeure quant à la réussite et à l'efficacité du projet. L'objectif de ces devoirs, c'est de bien faire comprendre à votre enfant qu'il devra mettre en pratique, partout, dans ses loisirs, à la maison comme à l'école, les habiletés qu'il aura acquises pendant les activités du projet s'il veut bâtir des relations harmonieuses avec les gens qui l'entourent.

Votre participation et votre soutien constituent des éléments clés pour assurer le succès du projet. Nous comptons sur votre collaboration quant à l'exécution hebdomadaire des devoirs de votre enfant. Parallèlement, il importe que vous félicitez votre enfant chaque fois que vous le verrez mettre en pratique une habileté nouvelle acquise (ex.: félicitez votre enfant qui accueille son frère avec un grand sourire lorsque ce dernier s'approche pour jouer avec lui). N'hésitez pas à interroger votre enfant sur les différentes habiletés avec lesquelles il se familiarisera.

Merci de votre engagement.

Signature de l'enseignante

Toutes les activités qui suivent sont reproductibles.

L'éditeur permet la
reproduction des activités.



INTRODUCTION AU CLUB: LA FÊTE

Le Club des Octopus

Bienvenue dans
le club des Octopus!



LA FÊTE

Introduction au Club

Objectif	Susciter l'intérêt, la motivation et le sentiment d'appartenance au Club pour favoriser une meilleure participation des enfants aux activités qui suivront.
Résumé	Une fête au cours de laquelle se tiennent des activités spéciales.
Temps	Variable selon les activités.
Matériel	Selon les activités retenues.
Préparation	Selon les activités retenues.

Description

On organise une fête au cours de laquelle les enfants participeront à plusieurs activités choisies parmi celles que connaît déjà l'animatrice. Il est important de choisir des activités diversifiées et susceptibles de rendre cet événement agréable et motivant pour l'ensemble des enfants. Voici un exemple d'activité qui introduit bien la mascotte du Club : le colin-maillard Octopus.

À tour de rôle, les joueurs, les yeux bandés, tentent de coller une tentacule sur une pieuvre géante en carton que vous devriez fabriquer. La pieuvre géante sera utilisée comme mascotte du Club après la fête. On peut aussi écrire le nom de tous les membres du Club sur ses tentacules et l'afficher dans le local où se déroulent les activités du Club.

Le choix des activités est laissé à la discrétion des animatrices, mais les points qui suivent sont nécessaires pour consolider l'appartenance au Club :

- ❶ Aménagez et décorez un coin du local qui sera réservé au Club. Vous pourrez aussi y ranger le matériel et les éléments d'apprentissage.
- ❷ Remettez aux enfants un souvenir significatif scellant leur appartenance au Club (tee-shirt, casquette, crayon, etc.) et arborant le logo (la pieuvre Octopus).
- ❸ Partagez une collation (par exemple, gâteaux, muffins, biscuits, etc., sur lesquels est reproduite l'image ou la forme de la pieuvre).
- ❹ Remettez aux enfants une carte de membre officiel du Club, en y inscrivant l'année (20??-20??), leur nom et le nom du responsable.

Conseils aux animatrices

1. Afin d'établir une routine dès le début du programme, il est préférable que la fête se tienne durant la même période que celle qui est prévue pour les activités qui suivront.
2. Profitez d'un moment de la fête pour expliquer le projet du Club des Octopus aux enfants et solliciter leur participation active aux activités.
3. Soulignez l'importance de la participation des parents pour la réussite du projet. À cet égard, vous trouverez à la p. 49 une lettre explicative rédigée à leur intention. Vous pouvez même les inviter à assister à la fête.



**Carte de membre du
Club des Octopus**

20  20

Nom: _____

Responsable: _____

**Carte de membre du
Club des Octopus**

20  20

Nom: _____

Responsable: _____

**Carte de membre du
Club des Octopus**

20  20

Nom: _____

Responsable: _____

**Carte de membre du
Club des Octopus**

20  20

Nom: _____

Responsable: _____

**Carte de membre du
Club des Octopus**

20  20

Nom: _____

Responsable: _____

**Carte de membre du
Club des Octopus**

20  20

Nom: _____

Responsable: _____

LES ÉMOTIONS

Le premier thème abordé dans le cadre des activités favorisant l'acquisition d'habiletés sociales concerne les émotions. Avant de commencer un programme centré sur les interactions sociales, il est important que les enfants apprennent à bien identifier leurs émotions et celles des autres. Plusieurs enfants et adultes ne savent pas reconnaître les émotions de base, d'où les difficultés plus ou moins grandes qu'ils éprouvent dans leurs relations avec autrui. Dans un programme qui vise l'acquisition d'habiletés sociales, la reconnaissance de ses émotions et de celles des autres constitue la base sur laquelle s'articulent la majorité des autres habiletés sociales. C'est pourquoi le choix de commencer le travail par les émotions nous semblait pleinement justifié.

Les enfants n'expriment pas tous facilement leurs émotions. La patience et le respect du rythme des enfants, au cours des activités liées à ce thème, favorisent l'établissement d'un climat de confiance. Il faut également prévoir que, dans un tel climat, certains enfants peuvent s'ouvrir sur des sujets délicats ayant parfois avantage à être traités lors d'une rencontre individuelle. Toutes les fois où il n'est pas possible de traiter immédiatement un sujet soulevé, par manque de temps, par exemple, il est important que les enfants sachent qu'ils auront l'occasion d'exprimer ce qu'ils ressentent et d'être écoutés ultérieurement, pendant la récréation ou dans un moment libre.

Les émotions éveillent des sentiments et des réactions qui ne sont pas toujours prévisibles. Au cours des activités, les animatrices seront elles aussi mises en contact avec leurs propres émotions. Elles doivent en être conscientes. Si l'activité se déroule au début de l'année scolaire, alors qu'animatrices et enfants se connaissent peu, l'ouverture aux émotions sera probablement plus difficile. Malgré tout, les animatrices qui se montrent à l'écoute des sentiments exprimés par les enfants et attentives à leurs réactions peuvent orienter le déroulement des activités dans la bonne direction.

Bien que seules les premières semaines du programme soient exclusivement consacrées aux émotions, par l'entremise des activités liées à ce thème, il sera important de continuer à encourager l'expression de celles-ci tout au long du programme et de l'année.

Un exemple de module parmi dix modules proposés qui traitent de divers sujets. Celui-ci aborde les émotions et présente une activité qui y est liée ainsi que son devoir.

LES ÉMOTIONS

Raconte-moi une émotion



LES ÉMOTIONS

Raconte-moi une émotion

Objectif

Découvrir différentes émotions vécues par les amis.

Résumé

À l'aide de dessins représentant différentes émotions, les enfants décrivent les moments où ils ont vécu celles-ci.

Temps

Matériel

Visages en carton illustrant différentes émotions.

Préparation

Dessiner sur des cartons des visages qui expriment différentes émotions ou agrandir les modèles fournis, découper les dessins et les plastifier si possible ; photocopier la feuille de devoir.

Description

Retour sur les devoirs (2-3 minutes)

Vérifiez si les enfants se rappellent les objectifs du Club des Octopus, soit apprendre à bien se comporter avec les autres, à se faire des amis, à devenir de bons camarades pour les autres, etc. Demandez-leur ce qu'ils ont aimé lors de la fête des Octopus. Assurez-vous que tous disposent d'un cahier dans lequel ils mettront les travaux qu'ils réaliseront au cours des rencontres.

Introduction du thème (3-4 minutes)

Présentez aux enfants la feuille sur laquelle est représenté le thème de la semaine (page 59). Demandez-leur s'ils savent ce qu'est une émotion et s'ils peuvent en nommer quelques-unes. Expliquez-leur qu'il est important d'être capable de reconnaître nos émotions et celles des autres pour avoir de bonnes relations avec les gens (par exemple, quand on sent la colère monter en soi, il est préférable de s'éloigner des autres ; quand on voit un ami triste, il est gentil d'aller le consoler). Il y a beaucoup à apprendre sur les émotions. La première activité permettra non seulement d'identifier et de nommer différentes émotions, mais aussi de prendre conscience du fait que tous les enfants vivent plusieurs d'entre elles.

Présentation de la tâche (3-4 minutes)

La première activité prend la forme d'une discussion en cercle. Lorsque tout le monde est confortablement installé en cercle (par terre ou sur des chaises), on présente aux enfants différents visages cartonnés qui illustrent les émotions les plus fréquentes (joie, tristesse, colère, peur, gêne, etc.). Demandez aux enfants de raconter un moment où ils ont ressenti l'émotion qu'ils reconnaissent sur l'image que vous leur montrez. L'enfant qui parle peut prendre dans ses mains l'image pour s'aider. L'animatrice donne le premier exemple. L'activité se termine lorsque tous les participants se sont exprimés au moins une fois. Pour les grands groupes, il est possible de poursuivre l'activité tout au long de la semaine en réservant une période de la journée à cet effet (comme un moment avant l'heure du repas, pendant la collation, etc.).

Exécution de la tâche (durée variable)

Les enfants sont réunis dans le calme et dans le respect pour raconter un moment où ils ont ressenti une émotion particulière. Invitez les enfants à s'exprimer sur plus d'une émotion si possible.

Discussion (environ 3-4 minutes)

Quand tous les enfants du groupe se sont exprimés, animez une brève discussion sur l'importance de connaître nos émotions et celles des autres. Insistez sur l'importance du respect quand les amis s'expriment sur des émotions difficiles.

Présentation du devoir (2 minutes)

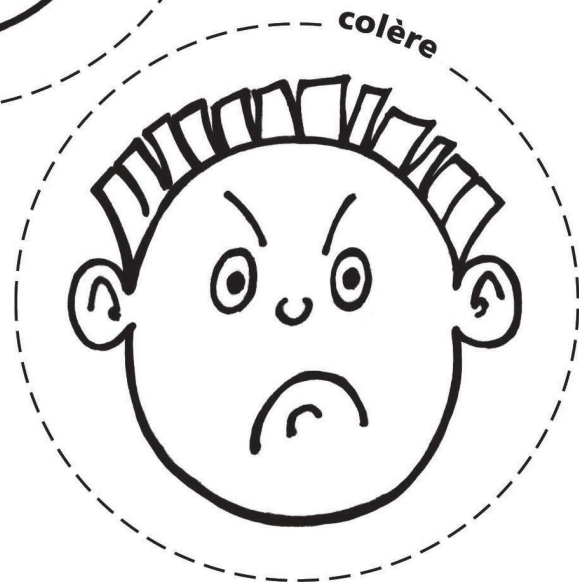
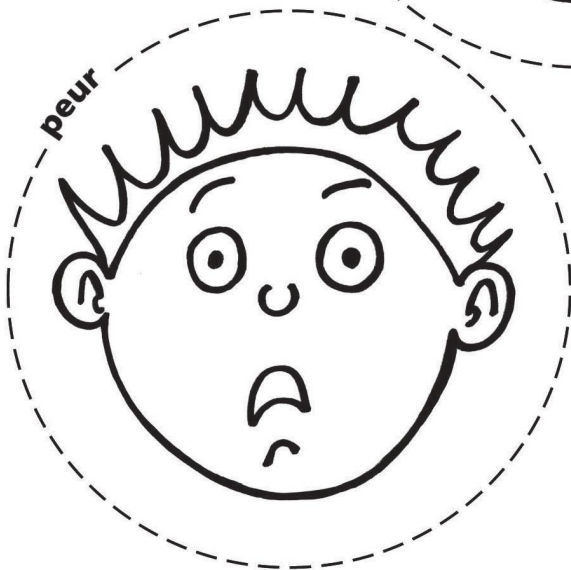
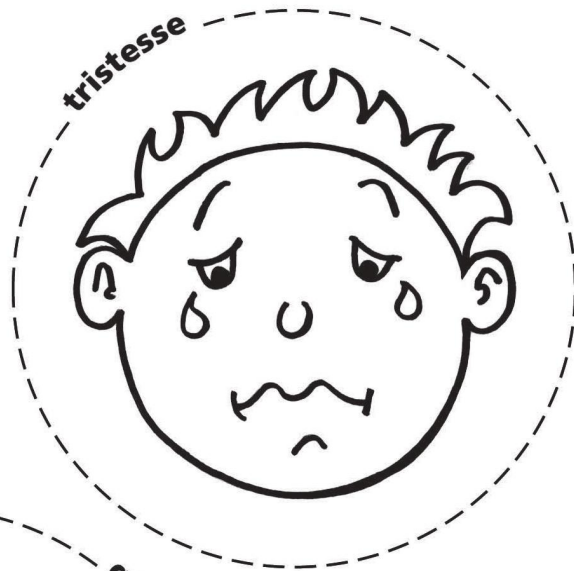
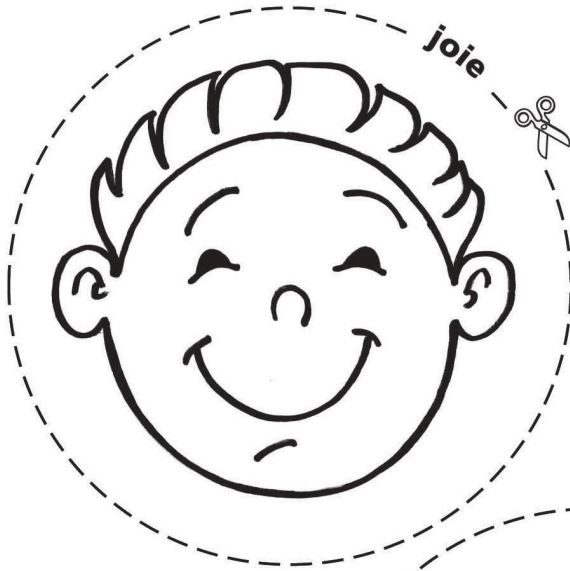
Remettez aux enfants la feuille de devoir : c'est la première qu'ils devront placer dans leur cahier des Octopus. Encouragez-les à discuter du sujet avec leurs parents et même à leur demander de raconter eux aussi un moment où ils ont vécu une émotion particulière. Dites aux enfants que même les adultes vivent des émotions comme la peur ou la colère. Les enfants devront faire un dessin où ils illustreront une émotion qu'ils ont vécue durant la semaine.

Conseils aux animatrices

1. Si vous décidez de diviser les enfants en sous-groupes, la présence de coanimatrices (parents ou intervenantes psychosociales) est largement souhaitée.
 2. Soulignez l'importance du respect mutuel pour créer un climat de confiance.
 3. Commencez par les émotions heureuses et poursuivez l'activité avec les émotions plus difficiles.
 4. Prenez le temps d'écouter et de rassurer les enfants lorsque les émotions sont intenses ou difficiles à vivre.
 5. Les dessins de visages pourront être réutilisés plus tard, avec la boîte de résolution de conflits (prochain thème, voir p. 99).
 6. Si les enfants sont trop fatigués pour être attentifs pendant la discussion à la fin de l'activité, il est possible de faire celle-ci à un autre moment de la journée.
-



Raconte-moi une émotion

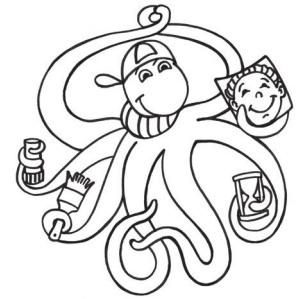


Devoir

Les émotions: Raconte-moi une émotion

Nom: _____

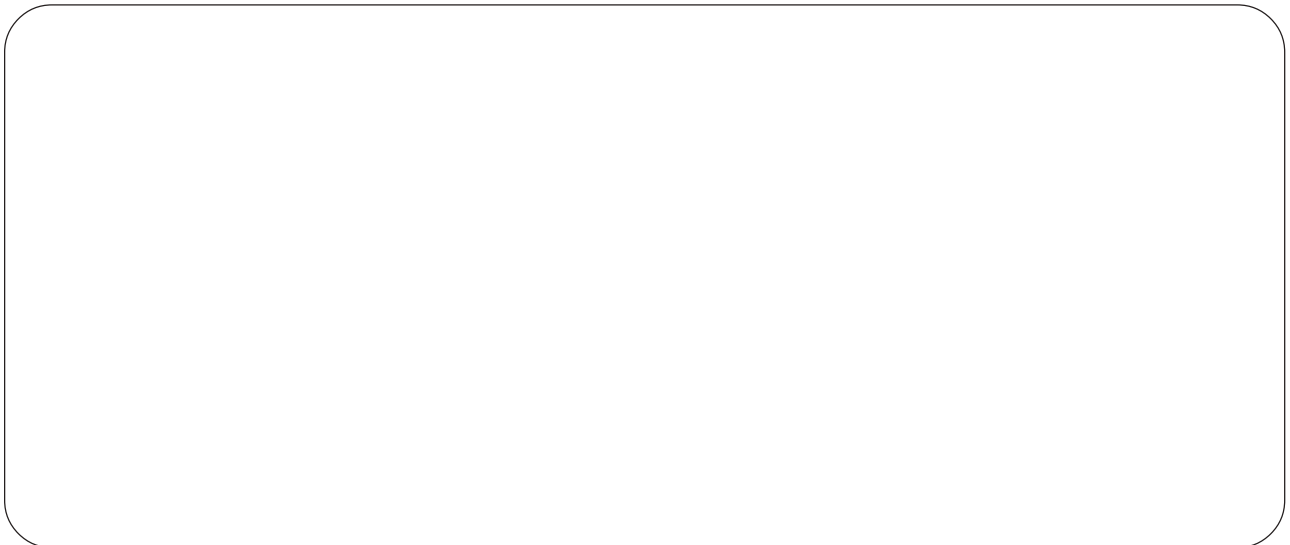
Date: _____



Voici l'activité à laquelle j'ai participé.



Je fais un dessin pour illustrer une émotion que j'ai vécue pendant la semaine (joie, tristesse, colère, etc.).



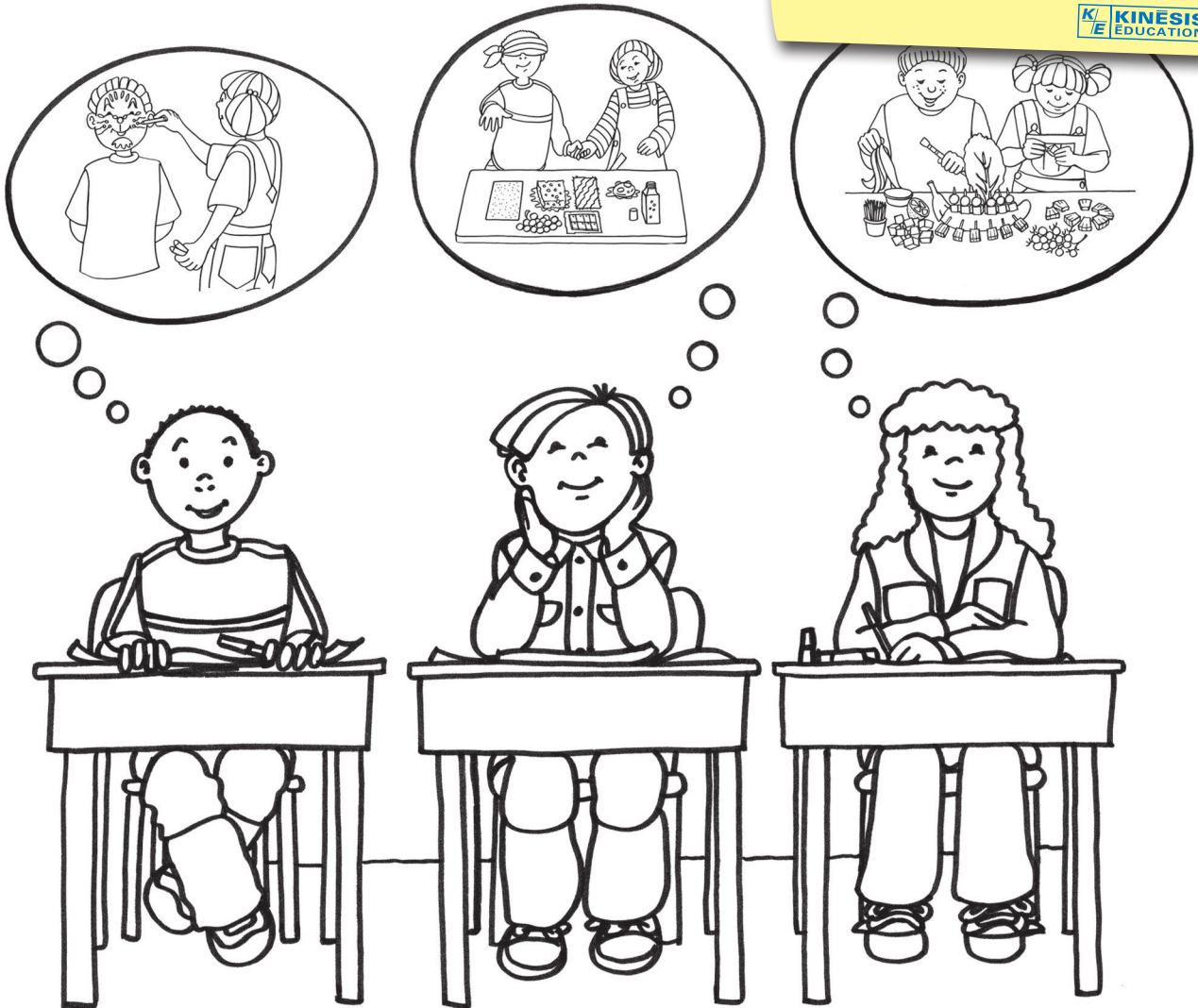
Commentaires des parents:

LA RÉVISION DES HABILETÉS SOCIALES

Le jeu de mémoire

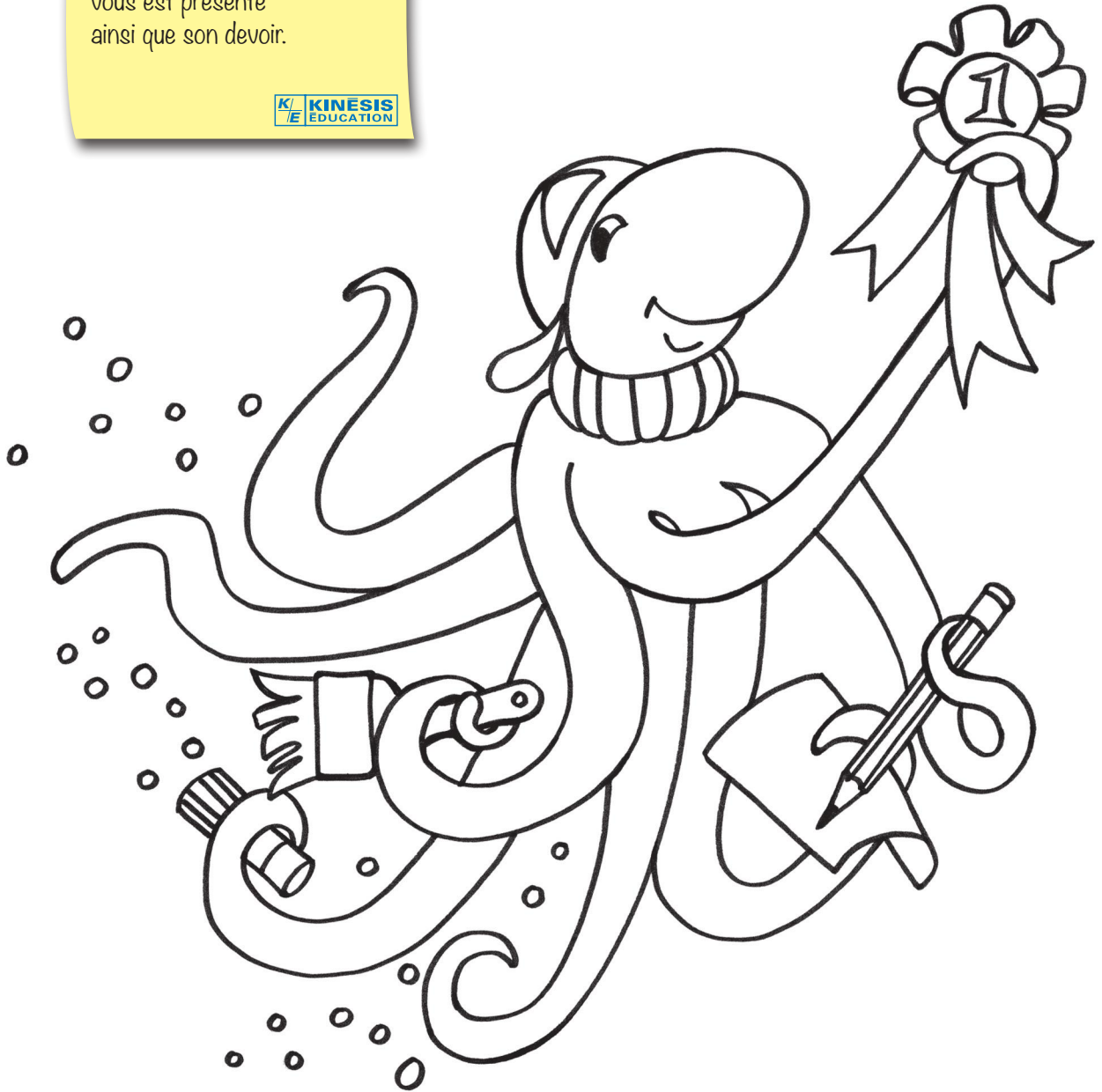
Le jeu des questions Octopus

Une section pour la révision des habiletés sociales est offerte afin de faire un bilan des acquis, de situer les apprentissages du groupe et de revoir les thèmes les moins compris parmi les dix proposés.



ACTIVITÉS D'AUTORÉGULATION

Un exemple d'activité
vous est présenté
ainsi que son devoir.



L'OBJECTIF

Les activités d'autorégulation vont permettre aux enfants d'acquérir une méthode de travail efficace qui les rendra autonomes et favorisera la réussite de leurs projets. Pour les aider à bien assimiler la méthode de travail, le programme propose de diviser les apprentissages en quatre phases : se fixer un objectif, déterminer les étapes, exécuter la tâche et s'autoévaluer.

On explique d'abord aux enfants qu'on doit toujours se fixer un objectif avant de commencer un travail. Comme il s'agit d'un concept plutôt abstrait pour eux, on les aidera à bien le saisir en leur expliquant qu'une personne peut avoir à la fois plusieurs idées dans la tête et plusieurs distractions autour d'elle. Se donner un objectif consiste à établir le résultat final que l'on souhaite atteindre. Une fois déterminé, cet objectif permet de mieux orienter nos efforts.

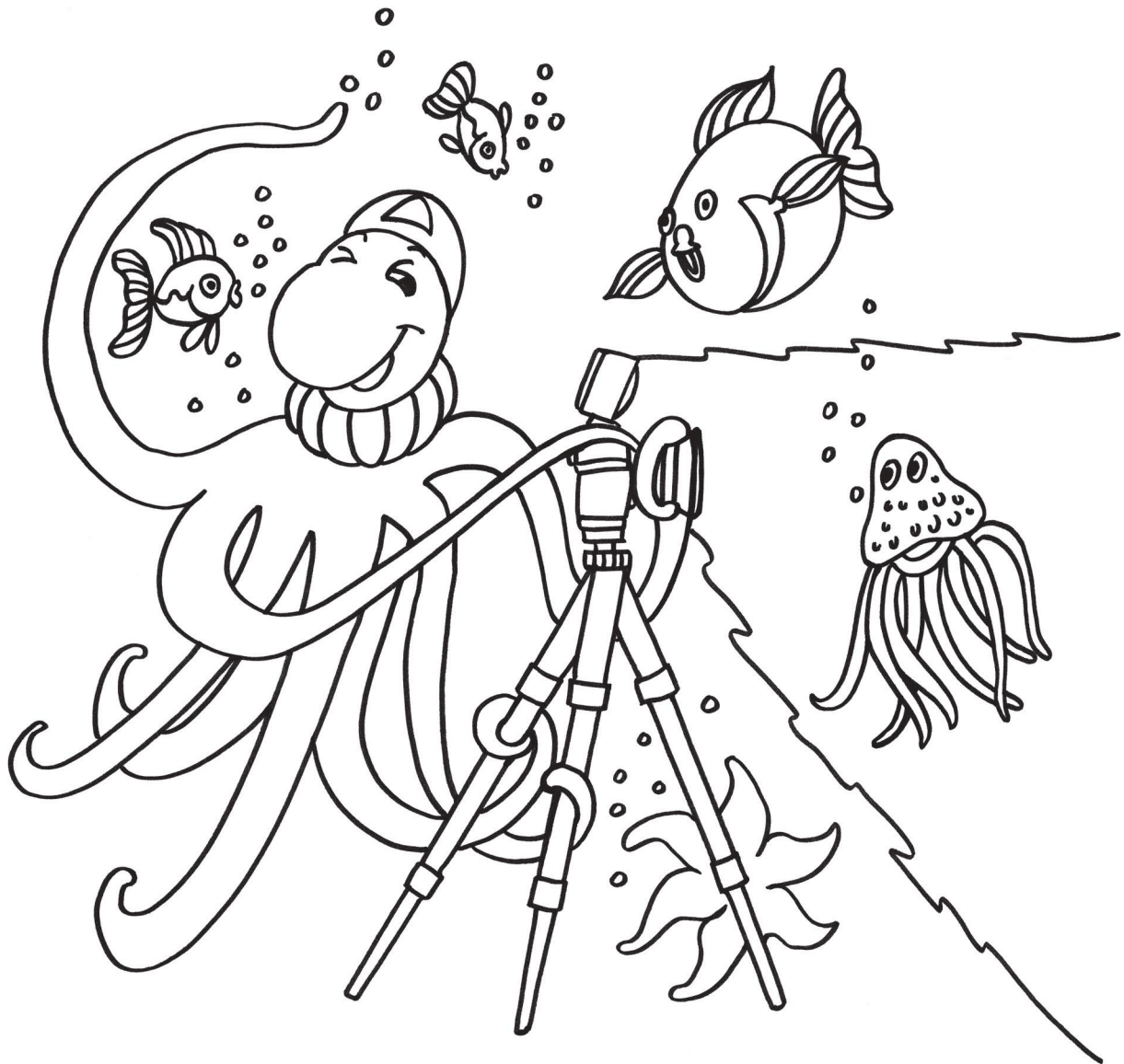
Le programme propose des activités conçues spécialement pour aider les enfants à apprendre comment se fixer un objectif. Mais il est important de rappeler aux enfants que, peu importe la tâche qu'ils ont à accomplir, ils doivent toujours déterminer leur objectif.

L'OBJECTIF

Un dessin en gélatine

Un collier de nouilles

Le volcan



L'OBJECTIF

Un dessin en gélatine

Objectif

Introduire le concept d'objectif.

Résumé

Faire un dessin à l'aide de gélatine (Jell-O).

Temps

Matériel

Feuilles, cuillères, petits bols, gélatine de couleurs différentes, crayons à mine, colle, feuilles d'exercice et de devoir, feuille du thème.

Préparation

Acheter de la gélatine (Jell-O); fabriquer un modèle; photocopier les feuilles d'exercice et de devoir; faire un modèle.

Description

Retour sur les devoirs (2-3 minutes)

Cette activité est la première à être présentée aux élèves dans le cadre des ateliers d'autorégulation. Expliquez dans un premier temps le but et le déroulement de ceux-ci. Si les habiletés sociales n'ont pas encore été abordées lors d'activités de groupe, il serait pertinent de commencer par la fête (voir l'Introduction au Club des Octopus, p. 53).

Expliquez aux enfants que les ateliers d'autorégulation se tiendront chaque semaine, toujours le même jour et à la même heure. Ces activités les aideront à découvrir des moyens pour exécuter une tâche avec succès, tant à l'école qu'à la maison. Ce qu'ils y apprendront sera important pour eux parce que ça leur servira toute la vie. Que l'on soit petit ou grand, une méthode de travail constitue un élément clé pour bien réussir les projets qu'on entreprend. Pour que les enfants assimilent bien cette notion, donnez-leur des exemples tirés de leur vie et de celle de leurs parents (il faut s'organiser pour faire ses devoirs, nettoyer sa chambre, partir en voyage ou construire une maison, etc.). Vous pouvez les inciter à participer en demandant d'apporter des exemples quant aux tâches qu'eux-mêmes ou leurs parents doivent exécuter et réussir. Par la suite, expliquez aux enfants que notre méthode de travail comporte quatre parties, qu'ils découvriront au cours d'activités amusantes.

Introduction du thème (3-4 minutes)

Expliquez aux enfants qu'un objectif, c'est le résultat final qu'on veut obtenir quand on commence quelque chose. Présentez-leur également la feuille du thème (p. 251). Affichez cette image dans le local afin qu'elle leur rappelle l'importance de penser à différents objectifs au cours de la semaine.

Présentation de la tâche (3-4 minutes)

Expliquez aux enfants l'objectif de l'activité, faire un dessin en gélatine, et le contenu de celle-ci. Il est possible de faire le dessin de deux façons différentes. On peut, au choix et selon le groupe, proposer une seule option ou les deux en même temps.

❶ En utilisant la gélatine en poudre: d'abord, les enfants tracent leur dessin au crayon à mine; ensuite, ils étendent la colle liquide sur différentes parties de leur dessin; enfin, ils saupoudrent les grains de gélatine de différentes couleurs sur leur dessin.

② En utilisant la gélatine humide : d'abord, les enfants tracent leur dessin au crayon à mine ; ils étendent ensuite sur le dessin la gélatine déjà mélangée avec un peu d'eau (remarque : ne pas verser la quantité d'eau suggérée par le fabricant, mais en ajouter plutôt graduellement à la gélatine en poudre de manière à obtenir une pâte un peu liquide). Une fois la gélatine séchée sur le dessin, le résultat est surprenant.

Exécution de la tâche (durée variable)

Les enfants peuvent travailler en équipes pour partager les différentes couleurs de gélatine, mais chacun doit faire un dessin sur une feuille individuelle afin de constater l'atteinte de son propre objectif.

Exercice (3-4 minutes)

Chaque enfant utilise la feuille d'exercice de la semaine (p. 255) pour bien comprendre ce qu'est un objectif. Les enfants pourront mettre cette feuille d'exercice dans leur cahier des Octopus.

Devoir (2 minutes)

Distribuez aux enfants la feuille de devoir où il leur faudra illustrer un objectif atteint à la maison pendant la semaine. Cette feuille pourra également être insérée dans le cahier des Octopus pour favoriser la participation et la collaboration des parents.

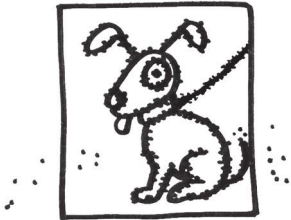
Conseils aux animatrices

1. Circulez parmi les enfants pour demander l'objectif de l'activité. Au début, les enfants ne comprennent pas bien le principe, de sorte qu'on doit le répéter régulièrement et donner des exemples pratiques et connus du groupe (par exemple, faire ses devoirs, préparer son cartable, etc.).
 2. Favorisez l'autonomie des enfants en intervenant le moins souvent possible pendant qu'ils sont concentrés sur leur travail.
 3. Accordez aux enfants un temps suffisant pour qu'ils puissent terminer leur tâche. Ce n'est pas le résultat qui est important mais bien la démarche.
 4. Il est intéressant d'afficher dans le local les réalisations des enfants, sous l'illustration représentant l'objectif, pour leur permettre de s'y référer tout au long de la semaine et de maximiser ainsi l'assimilation du concept d'objectif.
-

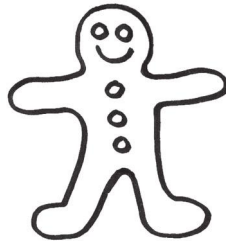


Un dessin en gélatine

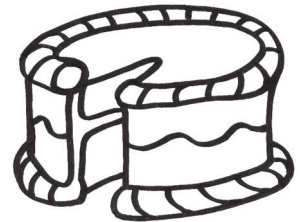
Place ton crayon au bas de la page sur le mot objectif et trouve le chemin qui va le conduire à ton objectif accompli pendant l'activité.



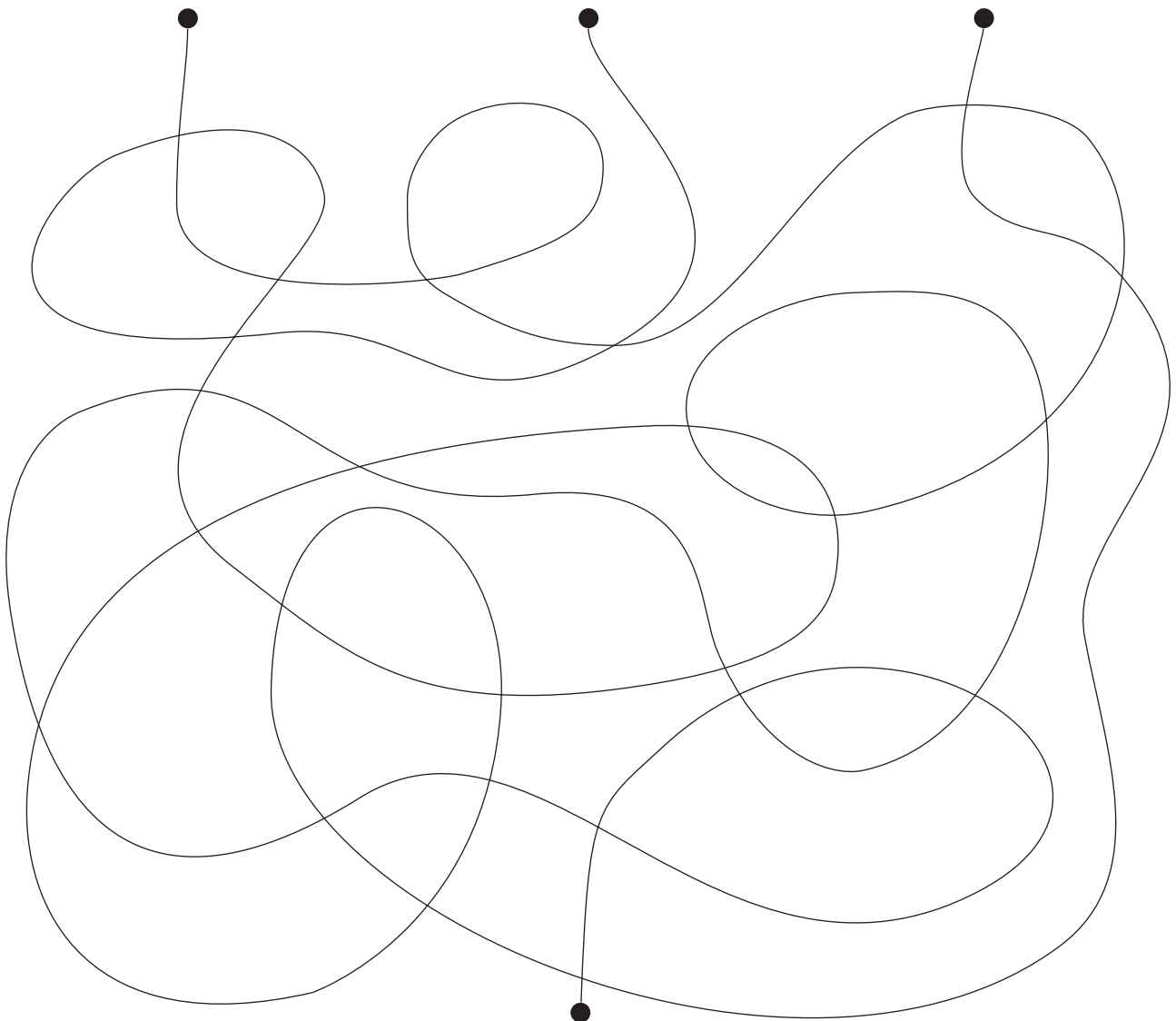
Dessin en gélatine



Bonhomme en
pain d'épice



Gâteau au
chocolat



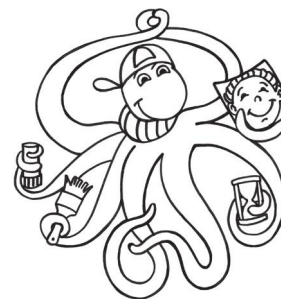
Mon objectif

Devoir

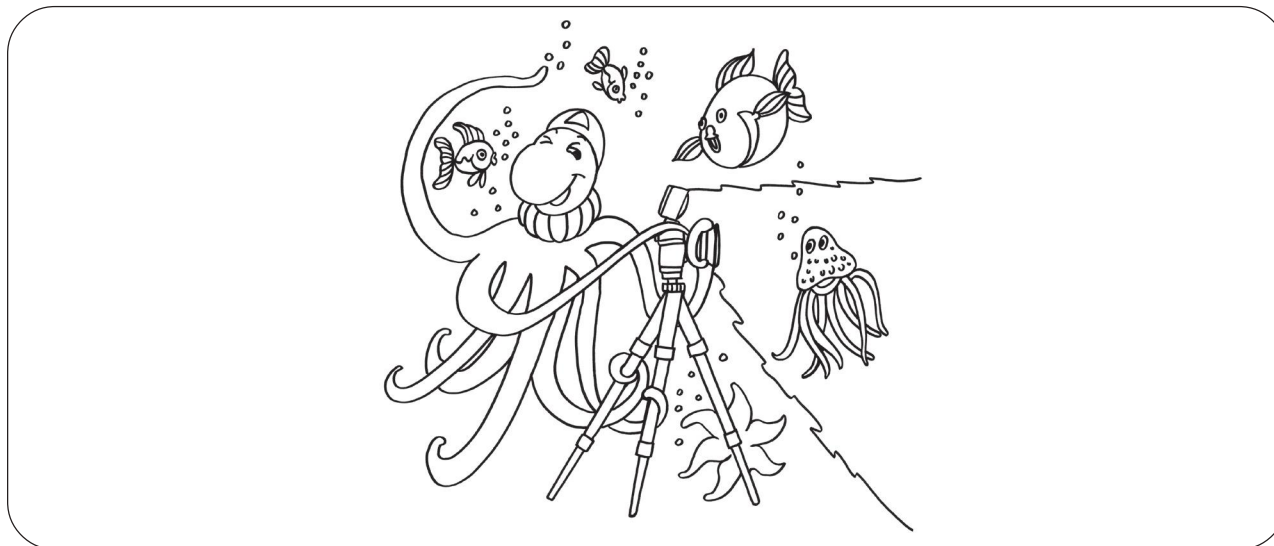
L'objectif: Un dessin en gélatine

Nom: _____

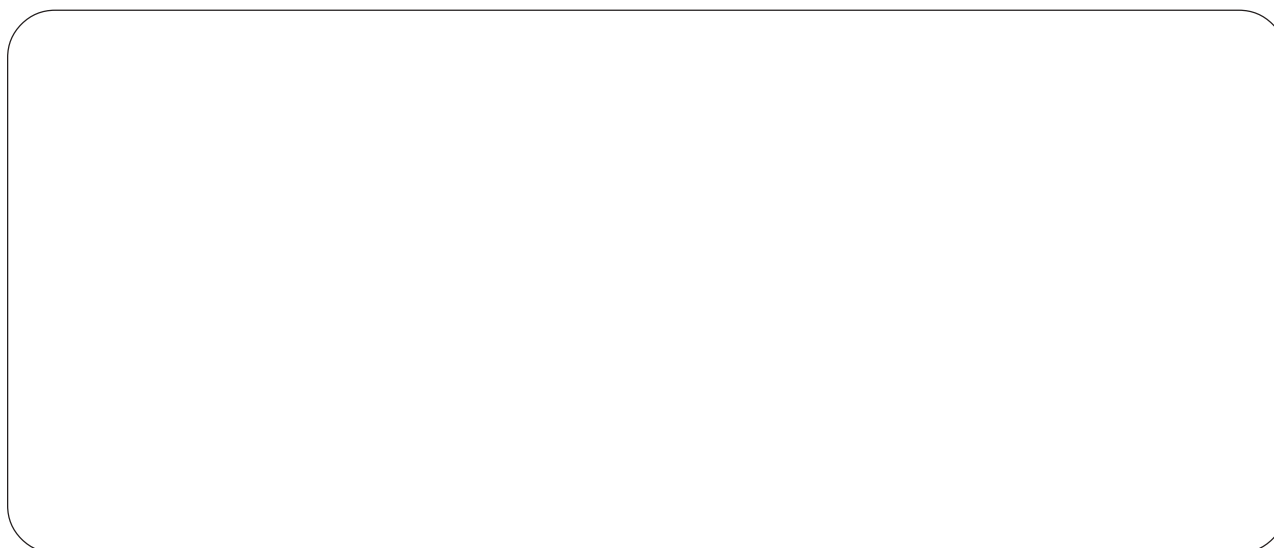
Date: _____



Se fixer un objectif.



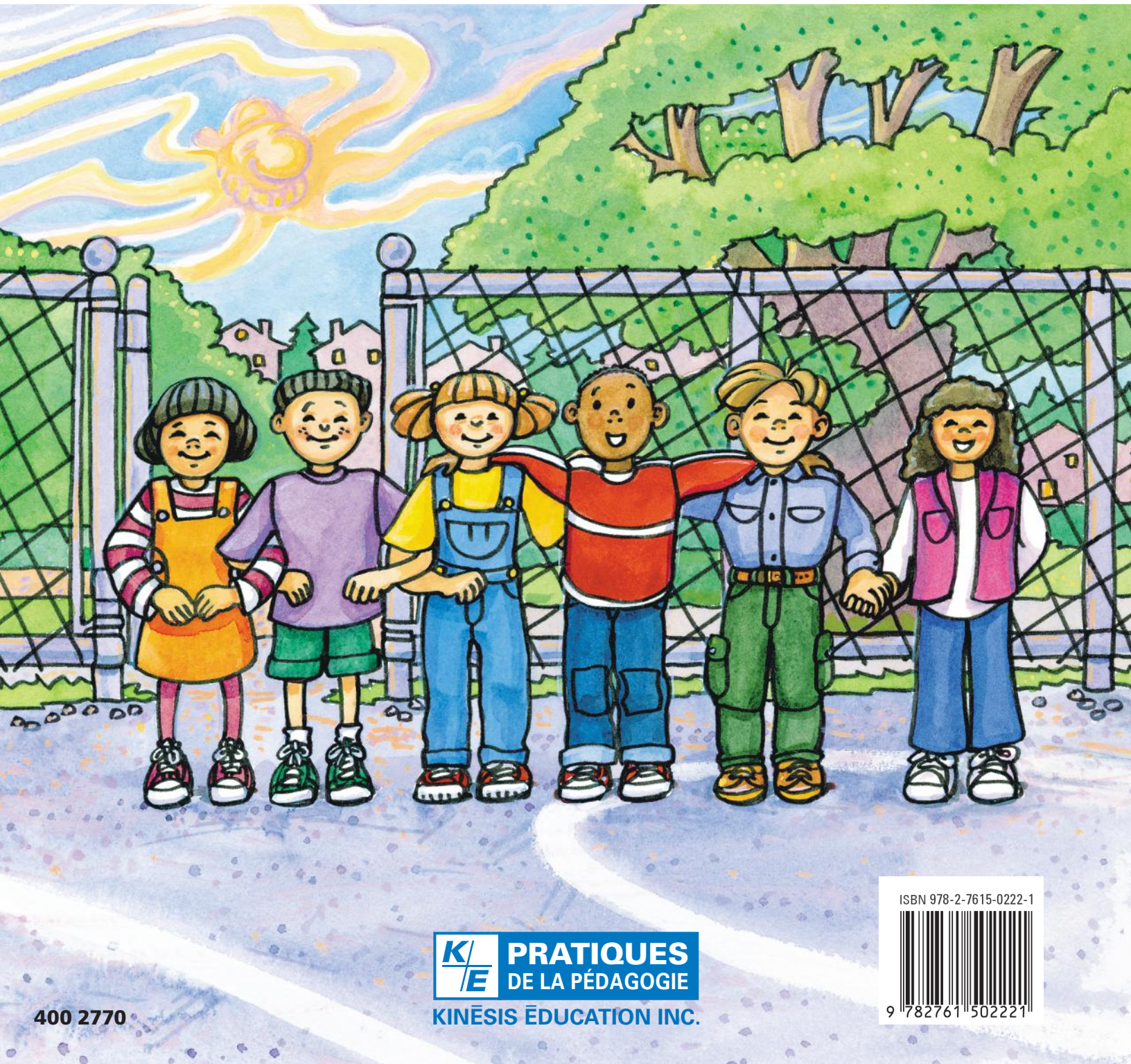
Cette semaine, je me suis fixé un objectif. Je fais un dessin pour l'illustrer.



Commentaires des parents :



Club des Octopus



400 2770

K/E PRATIQUES
DE LA PÉDAGOGIE
KINÉSIS ÉDUCATION INC.

ISBN 978-2-7615-0222-1



9 782761 502221