



PRÉSERVER LES ENFANTS DES VIOLENCES

grâce à l'approche des
compétences psychosociales



Méthodes et outils pour intervenir et
prévenir, à destination des professionnels
intervenant auprès des 6-11 ans.



RÉALISATION

Promotion Santé Bourgogne-Franche-Comté

Déroulé des ateliers : Thérèse PIRES, Carine COURTOIS, Élise GUILLERMET

Évaluation : Lucie CROS

Contenu méthodologique et théorique : Stéphanie LOSCALZO (Maison de Protection des Familles 58) et Laure-Maud FABRESSON (Conseil Départemental 58)

Graphisme : Théorom Média

REMERCIEMENTS

Pour la relecture et l'enrichissement du guide : Anne SIZARET, Élixa YVON, Romain FRANÇOIS, Aïssatou DIALO, Marion DEFAUT, Isabelle MILLOT et Maurine MASROUBY de Promotion Santé BFC.

Pour la présentation inspirante du livret « La Ronde des Lucioles » : Stéphanie CHALLIER (Promotion Santé Pays de la Loire).

Les membres du comité de pilotage : Aurore BOURCEREAU (France Victimes 58 - ANDAVI), Mélanie MARCHAND (Dreets), Fanny DA SILVA et Pascale UZEL (Conseil Départemental 58), Élodie GRESSET, Élixa SIMON et Isabelle CLÉMENT (Association haut-saônoise de sauvegarde de l'enfance et de l'adolescence), Adeline PILLOT, Stéphanie LO SCALZO (Maisons de Protection des Familles 70 et 58), Karine GILBERT et Céline ALLOSSERY (Sauvegarde 58), Angéline ROY (Association AFHED), Caroline LOPEZ-GUZMAN (DDETSPP 70), Maud ROUSSOT, Marie DUPRÉ et Martine RAGUIN (SDJES 70), Caroline BADYNSKI (Association Le Fil d'Ariane 58), Virginie VINEL et Veronika KUSHTANINA (Université de Franche-Comté).

Pour l'animation des modules spécifiques de formation : Stéphanie CHALLIER (Promotion Santé Pays de Loire), Stéphanie LO SCALZO, Gaëlle ROLLO, Carinne KÉDO et Gwennaëlle PAUL (Maison de Protection des Familles 58), Aurore BOURCEREAU et Julie HAUTEFEUILLE (France Victimes 58 - ANDAVI), Isabelle CHEVALLIER (Décid'L - Nièvre Regain), Karen WIEKEN (UAPED - Centre Hospitalier de l'agglomération de Nevers).

Pour la mise en œuvre des ateliers : Florence TRIBOULET (Communauté de communes Terre de Saône), Lounseny TOURÉ et Amandine CERESER (Association haut-saônoise de sauvegarde de l'enfance et de l'adolescence 70), Stéphanie COCHÉ, Arthur DAMERVAL et Sarah ROUMY (Conseil Départemental 58), Nadine VALVERDE, Sophie DESSAUNY, Virginie BOBOEUF et Nathalie CUMENER (Maison départementale de l'enfance et de la famille 58).

Aux enfants qui ont participé aux ateliers et au choix des activités et du logo.

Les enfants ont été des partenaires actifs. Ils ont sélectionné leurs activités favorites et ils ont choisi le logo du projet PRÉSERVER.

L'écriture inclusive n'est pas utilisée par commodité d'écriture et de lecture, sans intention de discrimination de genre.

Avec le soutien financier de



Contributeurs au livret et coformateurs



Les expérimentateurs



Les structures membres du COPIL



Livret réalisé avec le soutien financier de la Direction générale de la cohésion sociale, la Caisse primaire d'assurance maladie de la Nièvre et l'Agence régionale de santé Bourgogne-Franche-Comté.

Pour nous citer avec les références bibliographiques du document : **PrÉSERVER les enfants des violences, grâce à l'approche des compétences psychosociales**. Dijon : Promotion Santé BFC, 2026, 124 p.

Retrouvez l'édition numérique du guide sur <https://www.promotion-sante-bfc.org/>. Les mises à jour seront intégrées directement dans la version numérique.

Dépôt légal : Mai 2026

SOMMAIRE

ÉDITO	6
INTRODUCTION	9
POURQUOI LE PROJET PrÉSERVER ?	9
UN LIVRET POUR QUI ?	10
LES ÉTAPES D'UN PROJET	10
2 AXES D'INTERVENTION	11
LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES, QU'EST-CE QUE C'EST ?	11
LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES VISÉES DANS LE PROJET PrÉSERVER	13
LES RÉSULTATS DE L'ÉVALUATION DE L'EXPÉRIMENTATION DU PROJET	14
Les 10 points clés qui ressortent du projet PrÉSERVER	14
Préconisations opérationnelles et éthiques	15
PARTIE 1 : S'INFORMER SUR LES VIOLENCES FAITES AUX ENFANTS POUR AGIR	17
LES SIGNES DE MALTRAITANCE ET LES DÉMARCHES À ENTREPRENDRE	17
Définitions	17
La protection : une affaire de tous !	19
LES BONS RÉFLEXES LORSQU'UN ENFANT VERBALISE	20
PARTIE 2 : ATELIERS CPS POUR SOUTENIR LA PAROLE DES ENFANTS	21
UN CADRE D'INTERVENTION POUR DES ATELIERS CPS DE QUALITÉ	21
LES ÉTAPES ESSENTIELLES D'UN ATELIER CPS	22
Tous les ateliers suivent le même déroulé	22
Pourquoi c'est important ?	23
Les éléments qui font fil rouge tout au long du cycle d'ateliers PrÉSERVER	24
7 ATELIERS POUR RENFORCER LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES DES ENFANTS	25
Mode d'emploi	25
Légende	26
OUTILS POUR COMPRENDRE ET ANIMER	63
Références bibliographiques des outils d'intervention cités dans les ateliers	124

ÉDITO

JEAN-BENOÎT DUJOL, **DIRECTEUR GÉNÉRAL DE LA DIRECTION GÉNÉRALE DE LA COHÉSION SOCIALE**

Nous savons désormais que les violences faites aux enfants, sous toutes ses formes, physiques, sexuelles mais aussi psychologiques ont des effets délétères de long terme sur le développement des enfants. C'est pourquoi le plan interministériel de lutte contre les violences faites aux enfants 2023-2027 accorde une importance majeure aux actions de prévention pour lutter contre la survenue de violences à l'encontre des enfants, ainsi qu'à la formation des professionnels pour favoriser un environnement propice à l'expression des enfants.

Le développement d'une culture partagée des compétences psychosociales chez les professionnels exerçant auprès d'enfants est essentiel pour les accompagner à appréhender leurs émotions, le respect de soi et des autres et de se prémunir contre des situations de violences en renforçant leur pouvoir d'agir.

Le projet PréSERVER place l'expression de l'enfant au cœur de sa démarche et propose des outils pratiques et une méthode d'accompagnement des professionnels qui favorise le déploiement de séquences éducatives contribuant à renforcer l'estime de soi des enfants de 6 à 11 ans et leur capacité à demander de l'aide.

La Direction générale de la cohésion sociale remercie Promotion Santé BFC et les Maisons de protection des familles 58 et 70 pour la réalisation de ce livret opérationnel qui prend pleinement part à la culture commune de prévention et de protection de l'enfance centrée sur le développement global de l'enfant.

FABIEN BAZIN, **PRÉSIDENT DU CONSEIL DÉPARTEMENTAL DE LA NIÈVRE**

Chaque enfant a droit à être protégé, respecté et entendu. Pourtant, les données nationales nous rappellent l'ampleur et la gravité des violences faites aux enfants, et la nécessité de renforcer collectivement notre action pour les prévenir, les repérer et y répondre.

Le projet PréSERVER – « Prévenir et Soutenir Ensemble la parole de l'Enfant en cas de Violences Rencontrées » – s'inscrit dans cette ambition. Porté par Promotion Santé Bourgogne-Franche-Comté et plusieurs acteurs du territoire, avec le soutien de la Direction générale de la cohésion sociale, de l'Agence régionale de santé Bourgogne-Franche-Comté et de la Caisse primaire d'assurance maladie de la Nièvre, il vise à protéger les enfants des violences grâce à une approche fondée sur le développement des compétences relationnelles.

Ce projet poursuit un double objectif : d'une part, sensibiliser et accompagner les professionnels pour mieux repérer les situations de maltraitance et orienter les enfants vers les dispositifs de protection adaptés ; d'autre part, renforcer les compétences relationnelles des enfants de 6 à 11 ans afin qu'ils puissent mieux identifier ce qu'ils vivent, exprimer leurs émotions, faire respecter leurs besoins et demander de l'aide en confiance.

En travaillant des compétences telles que la pensée critique, l'estime de soi, la gestion des émotions, la communication ou la capacité à demander de l'aide, PrÉSERVER contribue à créer des environnements plus sécurisants et plus bienveillants pour les enfants, dans les établissements, les structures éducatives et les lieux de vie.

Le Conseil départemental de la Nièvre est pleinement engagé dans cette dynamique, aux côtés de ses partenaires, pour faire de la protection de l'enfance et de la promotion des droits de l'enfant une priorité concrète sur notre territoire. En soutenant le projet PrÉSERVER, nous affirmons que la parole des enfants compte, qu'elle doit être accueillie, protégée et prise en considération, et que la prévention des violences est l'affaire de tous.

Parce qu'aucun enfant ne devrait grandir dans la peur ou le silence, je forme le vœu que ce projet contribue à renforcer, durablement, notre capacité collective à écouter, protéger et accompagner les enfants de la Nièvre.

AGENCE RÉGIONALE DE SANTÉ BFC

Les compétences psychosociales sont aujourd'hui reconnues comme un levier essentiel de promotion de la santé et du bien-être, dès le plus jeune âge et tout au long de la vie. Leur développement constitue un pilier majeur de la politique de prévention portée par l'ARS Bourgogne-Franche-Comté, en particulier en direction des enfants et des jeunes.

Dans le cadre de la dynamique nationale engagée depuis 2022, le projet PrÉSERVER, déployé en Haute-Saône et dans la Nièvre, illustre concrètement cette ambition : soutenir l'expression des enfants et renforcer leurs ressources dans un cadre collectif sécurisé. L'ARS BFC souhaite que cette initiative inspirante puisse essaimer dans d'autres territoires.



PERRINE GOULET

**DÉPUTÉE 1ÈRE CIRCONSCRIPTION DE LA NIÈVRE,
PRÉSIDENTE DE LA DÉLÉGATION PARLEMENTAIRE AUX DROITS DES
ENFANTS**

Protéger les enfants, garantir leurs droits et PréSERVER leur santé ne peuvent plus être pensés séparément : ce sont des enjeux majeurs pour notre société. Ils appellent une approche globale, résolument tournée vers la prévention. Dans ce cadre, les compétences psychosociales s'imposent comme un levier essentiel de l'action publique.

La parole de l'enfant doit être pleinement reconnue. Il est essentiel de le replacer au cœur des décisions qui le concernent, au cœur de notre système. À ce titre, je me réjouis de voir émerger des initiatives comme le projet PréSERVER « Prévenir et Soutenir Ensemble la paRole de l'Enfant en cas de Violences Rencontrées », qui remet concrètement la parole de l'enfant au centre. Nous le leur devons. La création et les travaux de la Délégation aux droits des enfants témoignent d'ailleurs d'une prise de conscience croissante : celle de la nécessité de mieux écouter les enfants et de faire de leurs droits une réalité vécue.


Les chiffres, eux, sont connus et sans appel. En France, chaque semaine, un enfant meurt sous les coups de ses parents. Selon la CIIVISE, plus de 160 000 enfants sont victimes de violences sexuelles chaque année, dont 77 % au sein de leur propre famille. À cela s'ajoute une dégradation préoccupante de la santé mentale des plus jeunes, marquée par une hausse des troubles anxieux et des hospitalisations. Face à ces constats, agir tôt n'est plus une option : c'est une responsabilité.

Le projet PréSERVER s'inscrit pleinement dans cette ambition. Il repose sur une approche structurée autour de deux axes complémentaires : d'une part, sensibiliser les professionnels à repérer les signes de maltraitance et à intervenir de manière adaptée ; d'autre part, accompagner les enfants dans le développement de compétences essentielles pour exprimer leurs besoins et faire respecter leurs limites.

Je salue l'engagement de Promotion Santé Bourgogne-Franche-Comté et de l'ensemble des partenaires mobilisés, avec le soutien de la Direction générale de la cohésion sociale, de l'Agence régionale de santé et de la Caisse primaire d'assurance maladie, pour déployer ce projet au service des enfants de notre territoire.

Pour nos enfants, pour le futur de notre territoire, nous devons collectivement renforcer notre capacité à les écouter, les protéger et les accompagner.

Permettre à chaque enfant de grandir dans un environnement favorable à son développement est une exigence fondamentale. Faire des compétences psychosociales une priorité, c'est faire un choix clair : celui d'une société qui investit dans la prévention, dans l'accompagnement, qui reconnaît pleinement les enfants comme des personnes à part entière, et qui leur donne les moyens de grandir en sécurité, d'être entendus et de trouver leur place. Je suis ravie que ce changement commence chez nous, avec vous !



INTRODUCTION

POURQUOI LE PROJET PRÉSERVER ?

- Chaque semaine, 1 enfant meurt sous les coups de ses parents et chaque année¹, 1 enfant sur 7 est victime de violences dans le sport².
- En 2021, le ministère de l'Intérieur rapporte une augmentation du nombre de violences intrafamiliales³.
- Chaque année, 160 000 enfants sont victimes de violences sexuelles, dont 77 % au sein de la famille (estimation CIIVISE), avec un risque plus élevé pour les enfants en situation de handicap⁴.
- L'Institut de psychiatrie, de psychologie et de neurosciences du King's College de Londres pointe le lien entre adversité dans l'enfance et développement de la psychose à l'âge adulte⁵.
- 36% des majeurs en situation de précarité (sans abris, centres d'hébergement d'urgence) sont issus de l'Aide sociale à l'enfance (selon l'INSEE)⁶.
- Les enfants victimes de maltraitements peuvent perdre jusqu'à 20 ans d'espérance de vie (selon le rapport du CESE)⁷.

Les enfants victimes de maltraitements et/ou de violences ont moins de chance d'être en bonne santé physique, mentale et sociale dans leur enfance et à l'âge adulte.

¹ La maltraitance infantile intrafamiliale : les chiffres nationaux. Paris : France Enfance Protégée, Observatoire national de la protection de l'enfance, 2023. En ligne : <https://onpe.france-enfance-protgee.fr/les-chiffres/maltraitance-infantile-intrafamiliale/les-chiffres-nationaux/>

² Baromètre des violences éducatives ordinaires, vague 2 – avril 2024 : étude IFOP pour la Fondation pour l'enfance. Paris : Fondation pour l'enfance, IFOP, 2024, 36 p. En ligne : <https://www.fondation-enfance.org/wp-content/uploads/2024/11/Barometre-VEO-et-Sport.pdf>

³ Sécurité et société, édition 2021. Paris : Insee, Ministère de l'intérieur, 2021, 219 p. En ligne : <https://www.insee.fr/fr/statistiques/5763591?sommaire=5763633>

⁴ Plan de lutte contre les violences faites aux enfants 2023-2027. Paris : Gouvernement, 2023. En ligne : <https://solidarites.gouv.fr/plan-de-lutte-contre-les-violences-faites-aux-enfants-2023-2027>

⁵ Tognin S, Catalan A, Aymerich C, et al. Association between Adverse Childhood Experiences and long-term outcomes in people at Clinical High-Risk for Psychosis. Schizophrenia (Heidelb.) 2025 ; 11(1) : 23. En ligne : <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/ PMID/39979326/>

⁶ Yaouancq F, Duée M. Les sans -domicile en 2012 : une grande diversité des situations. In : France, portrait social, édition 2014. Paris : Insee, 2014, pp. 123-138. En ligne : <https://www.insee.fr/fr/statistiques/fichier/1288529/FPORSOC14.pdf>

⁷ Eyriey Helno. Santé mentale et bien-être des enfants et des jeunes : un enjeu de société. Paris : Conseil économique, social et environnemental, 2025, p. 57. En ligne : https://www.lecese.fr/sites/default/files/pdf/Avis/2025/2025_18_sante_mentale.pdf

UN LIVRET POUR QUI ?

Ce livret est un outil opérationnel pour mettre en œuvre et renforcer les compétences psychosociales (CPS). Il est à destination des professionnels encadrant des enfants de 6 à 11 ans, dans un contexte de protection de l'enfance (foyers, internats éducatifs, villages d'enfants, suivis en milieu ouvert...) ou en milieu ordinaire (école, centres sociaux, accueils de loisirs, clubs sportifs...).

LES ÉTAPES D'UN PROJET

Ce livret a été élaboré dans le cadre du projet PrÉSERVER – **Pr**évenir et **S**outenir **E**nsemble la pa**R**ole de l'enfant en cas de **Viol**ences **R**encontrées – financé en 2024 par la Direction générale de la cohésion sociale (DGCS) dans le cadre du Plan de lutte contre les violences faites aux enfants (2023-2027). L'Agence régionale de santé BFC ainsi que la Caisse primaire d'assurance maladie (CPAM) de la Nièvre ont apporté un financement complémentaire.

Ce projet a été mis en œuvre par Promotion Santé BFC et les Maisons de protection des familles sur deux territoires : la Nièvre (58) et la Haute-Saône (70).

La mise en œuvre du projet dans la Nièvre et en Haute-Saône a été possible grâce à la mobilisation d'acteurs territoriaux (Direction régionale de l'économie, de l'emploi, du travail et des solidarités - Dreetts, Conseils départementaux, associations, centres sociaux, Service départemental à la jeunesse, à l'engagement et au sport) sur toute la durée du projet.

Les étapes de réalisation :



55

personnes formées aux compétences psychosociales, 17 formées sur les violences intrafamiliales, 14 personnes formées sur le module « PrÉSERVER »

25

enfants âgés de 6 à 12 ans ont bénéficié de 6 à 7 ateliers sur les compétences psychosociales

6

professionnels ont coanimé des ateliers expérimentés au sein de leurs structures

2 AXES D'INTERVENTION

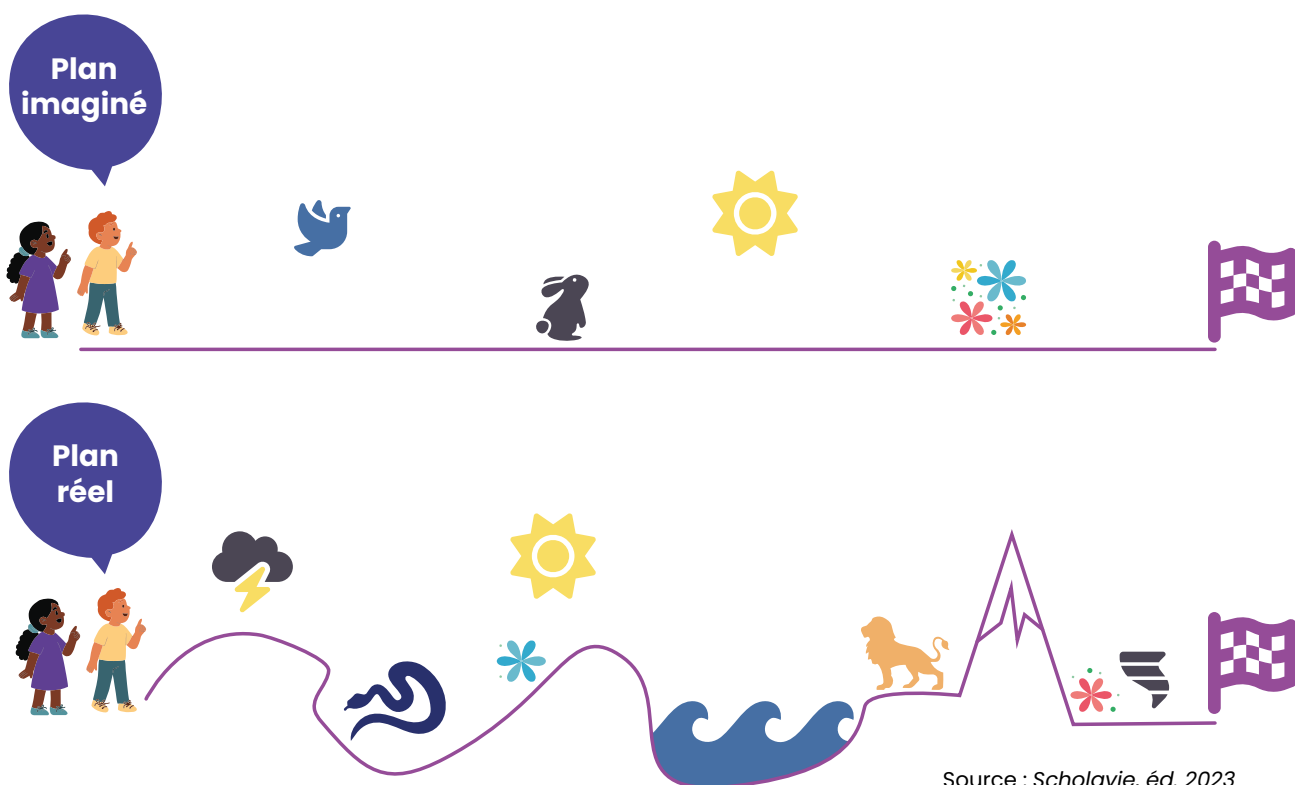
Le projet PréSERVER propose deux axes d'intervention pour contribuer à protéger les enfants des violences :

1. Sensibiliser les professionnels de l'éducation aux signes de maltraitance et aux démarches à entreprendre pour intervenir sur les situations vécues par les enfants (1ère partie).

2. Apprendre aux enfants à mobiliser des compétences psychosociales qui pourront leur être utiles, pour faire respecter leurs besoins et pour demander de l'aide (2e partie).

LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES, QU'EST-CE QUE C'EST ?

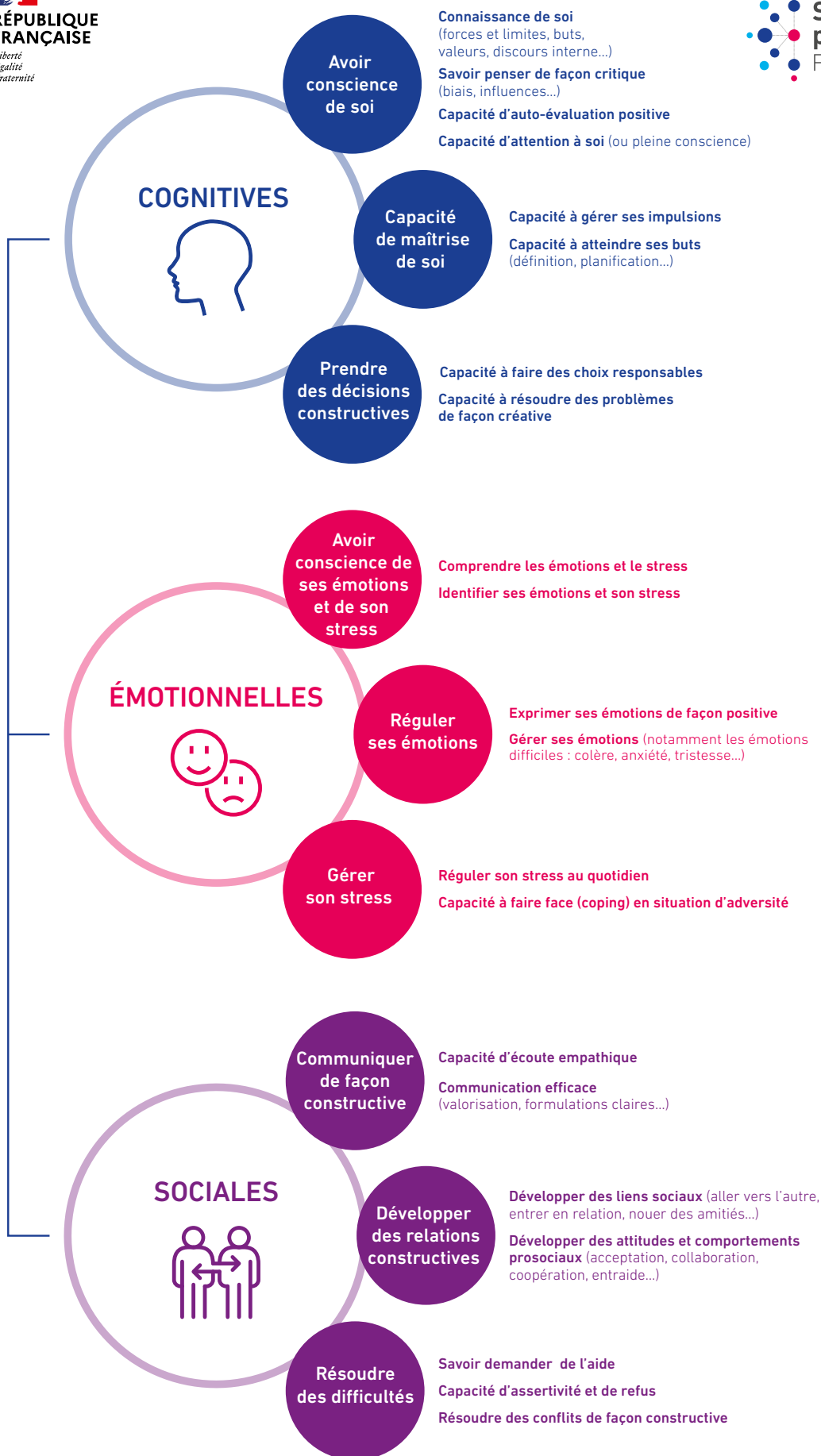
Imaginez la vie comme une aventure en pleine nature, pleine de virages inattendus et de défis à relever. Pour naviguer à travers ces eaux parfois tumultueuses, chacun a besoin d'être bien équipé avec un sac à dos rempli de ressources. Les compétences psychosociales, ce sont ces ressources qui vont nous aider à relever les défis, à nous adapter et à avancer malgré les obstacles.



Source : Scholavie, éd. 2023

Les compétences psychosociales font référence à des ressources cognitives, sociales et émotionnelles. Elles se développent et se renforcent tout au long de la vie, en fonction de ses besoins, et se travaillent au quotidien.

Les compétences psychosociales



Source : Les compétences psychosociales : l'essentiel à savoir. Saint-Maurice : Santé publique France, 2025, 8 p. En ligne : <https://www.santepubliquefrance.fr/content/download/724823/4683181?version=1>

LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES VISÉES DANS LE PROJET PrÉSERVER

Les compétences psychosociales sont particulièrement utiles pour prévenir ou interrompre un cycle de violence. Certaines d'entre elles ont été spécifiquement travaillées dans le cadre du projet PrÉSERVER en lien avec leur participation à la lutte contre les violences. Ces compétences sont décrites ci-dessous.

CATEGORIES DE COMPÉTENCES	COMPÉTENCES SPÉCIFIQUES	CE QUE CES COMPÉTENCES PERMETTENT FACE A UNE SITUATION DE VIOLENCE
COMPÉTENCES COGNITIVES	Savoir penser de façon critique	Un enfant qui connaît et comprend ses droits et qui est conscient de sa propre valeur parvient à identifier ce qui le met en danger et s'estime suffisamment pour ne pas accepter ce qui le fait souffrir.
	S'autoévaluer positivement	
COMPÉTENCES ÉMOTIONNELLES	Identifier ses émotions et son stress	Un enfant qui comprend ce qu'il ressent est plus à même d'identifier les situations qui lui procurent de la joie ou sont à l'origine d'émotions désagréables. Identifier ses émotions lui permet d'identifier ses besoins. Étape nécessaire pour les exprimer et poser des limites protectrices.
	Gérer ses émotions et réguler son stress	
COMPÉTENCES SOCIALES	Communiquer efficacement	Le fait de communiquer sereinement, de savoir écouter les difficultés de l'autre et d'être capable de refuser ce qui fait souffrance chez soi est essentiel. Cela peut se faire en faisant appel à un adulte de référence et prévient, protège contre les comportements violents.
	Écouter de manière empathique	
	Développer des liens sociaux, des attitudes et des comportements prosociaux	
	Faire preuve d'assertivité et exprimer un refus	
	Savoir demander de l'aide	
	Résoudre des conflits de façon constructive	

LES RÉSULTATS DE L'ÉVALUATION DE L'EXPÉRIMENTATION DU PROJET

L'évaluation de l'expérimentation du projet PrÉSERVER a été réalisée auprès des professionnels associés et des enfants qui ont bénéficié des ateliers. La méthode appliquée, l'ensemble des résultats obtenus et les conclusions opérationnelles qui en découlent sont présentés dans un document dédié.

LES 10 POINTS CLÉS QUI RESSORTENT DU PROJET PrÉSERVER

1 Un **recentrage du projet sur l'expression globale** des enfants. La verbalisation des violences vécues est sujette à davantage de précaution. Le cadre collectif des ateliers permet d'affirmer que parler et écouter sont la norme sociale (cf. point clé n°5) mais ce n'est pas le cadre d'expression privilégié pour les verbalisations

3 Un **espace de parole sécurisant**, permettant aux enfants de **partager émotions, expériences et vécus personnels**, avec un rôle d'accompagnement des professionnels

5 Un **rôle déterminant du collectif** dans l'appui à la parole, la dynamique de groupe favorisant le sentiment d'appartenance et le soutien entre pairs

7 Des processus qui sensibilisent les professionnels à la **continuité éducative à construire avec les familles**

2 Une **parole des enfants qui s'ancre dans le positif** (plaisir, confiance et reconnaissance)

4 Le **développement de compétences psychosociales clés** : penser de façon critique, s'autoévaluer positivement, identifier et réguler ses émotions, faire preuve d'assertivité, développer des relations constructives

6 Une **évolution des postures professionnelles**, plus attentives aux rythmes et besoins des enfants

8 Une **participation active des enfants** tout au long des séances pour tous les cycles d'ateliers

9 Une **mobilisation importante et diversifiée des partenaires et intervenants**

10 Les **activités préférées** des enfants sont celles qui :

- concernent **l'identification des émotions** - mimes des émotions, visages des émotions, Émoti-cartes, vidéo « Les émotions de p'tit cube »
- permettent de **s'autoévaluer positivement** : cartes des forces



PRÉCONISATIONS OPÉRATIONNELLES ET ÉTHIQUES

Les facteurs de réussite du projet ont été identifiés. En voici un récapitulatif.

En lien avec les environnements professionnels

Formaliser le travail sur le développement des compétences psychosociales à l'échelle des établissements :

- Assurer un soutien explicite des directions
- Inscrire cette démarche dans les projets d'établissement
- Encourager la formation de plusieurs professionnels au sein d'une même équipe

Répondre aux besoins de formation exprimés :

- Proposer aux professionnels du milieu ordinaire des formations sur les violences intrafamiliales et procédures associées, afin de mieux situer leur rôle et leurs limites et orienter vers les professionnels compétents
- Être formé à la posture d'animation, en lien avec les enjeux éthiques : soutenir un cadre respectueux des droits de l'enfant sans amener de pression sur la verbalisation des violences vécues ; respect du principe de confidentialité
- Accompagner la mise en œuvre d'ateliers sur les compétences psychosociales pour les structures intéressées jusqu'à ce que les professionnels se sentent autonomes pour animer

Développer des dispositifs-ressources à l'échelle du réseau de partenaires :

- Créer des « équipes pivot » territoriales pour l'animation d'ateliers pour les compétences psychosociales (CPS), susceptibles d'intervenir dans plusieurs établissements. Une charte de posture éthique et de confidentialité pourrait être signée entre structures

En lien avec les milieux familiaux

Faciliter l'adhésion des parents aux cycles d'ateliers proposés aux enfants :

- Éviter l'emploi du terme « compétence psychosociale », souvent peu parlant pour les familles
- Mettre l'accent sur les bénéfices concrets : régulation des émotions, relations constructives au sein de la famille, bien-être de l'enfant et renforcement de sa capacité à se protéger

Soutenir la continuité éducative et les compétences parentales :

- Encourager les démarches visant à renforcer les compétences psychosociales parentales (groupes de pairs, ateliers parents, médiations)
- Mobiliser les partenaires déjà engagés dans le soutien à la parentalité (CAF, CPAM, Udaf, France travail, etc.)

Favoriser l'ancrage des compétences psychosociales dans la durée :

- Renouveler le cycle d'ateliers ou proposer des séances « booster » une à deux fois par an
- Valoriser les compétences psychosociales dans les interactions quotidiennes et les pratiques informelles

Instaurer un climat favorable en amont des ateliers :

- Adapter la durée selon l'âge : 45 minutes pour les 6-7 ans, 1h pour les 8-9 ans, 1h30 pour les 10-12 ans
- Prendre en compte les différences d'âge et de capacités d'élaboration pour garantir la participation de tous
- Aménager un espace cohérent avec le déroulé de l'atelier (calme, rangé, avec possibilité de réaliser une partie en extérieur)
- Pendant l'atelier, s'assurer qu'un professionnel formé puisse accueillir la parole d'un enfant désireux de parler, dans un espace confidentiel

En lien avec les besoins des enfants



PARTIE 1

S'INFORMER SUR LES VIOLENCES FAITES AUX ENFANTS POUR AGIR

Cette partie a été élaborée avec le soutien de la Maison de protection des familles et le Conseil Départemental 58.

LES SIGNES DE MALTRAITANCE ET LES DÉMARCHES À ENTREPRENDRE

DÉFINITIONS

La maltraitance désigne un ensemble d'actes, ou d'absences d'actes, regroupés sous un même terme et qui suppose, à l'exception des violences sexuelles, le plus souvent une régularité et une installation dans la durée. La maltraitance concerne des comportements nuisibles exercés sur des victimes particulièrement vulnérables et dépendantes.

En droit¹, les situations d'enfants en danger sont définies lorsque la santé, la sécurité, la moralité ou les conditions d'éducation et de développement physique, affectif, intellectuel et social d'un mineur sont gravement compromises. La loi distingue :

- **L'enfant en danger**, victime de violences physiques, sexuelles, psychologiques ou de négligences lourdes ayant des conséquences graves sur son développement physique ou psychologique
- **L'enfant en risque de danger**, dont les conditions d'existence risquent de compromettre son développement, sa santé, sa sécurité, sa moralité, son éducation ou son entretien sans qu'il y ait nécessairement maltraitance caractérisée.

Quatre grandes formes de maltraitance sont identifiées.

La maltraitance physique consiste en des actes de violence exercés sur le corps de l'enfant, tels que les coups, les claques, les fessées, les brûlures, l'étranglement ou les secousses, souvent répétés même si un seul acte est déjà en soi répréhensible. Elle est fréquemment visible sur le corps de l'enfant et sa gravité dépend à la fois de la violence des actes et de l'âge de la victime, les nourrissons et jeunes enfants étant particulièrement vulnérables.

¹Code de l'action sociale et des familles : Chapitre VI : Protection des mineurs en danger et recueil des informations préoccupantes (Articles L226-1 à L226-12-1)

Les **violences sexuelles** regroupent l'ensemble des actes à connotation sexuelle imposés à un enfant. Elles comprennent les agressions sexuelles, avec ou sans pénétration, dont le viol, ainsi que d'autres infractions comme les atteintes sexuelles commises par un majeur sur un mineur de moins de quinze ans, même sans contrainte. Elles incluent également la corruption de mineurs, qui consiste à exposer un enfant à des actes ou des supports sexuels de nature à porter atteinte à sa morale.

La **maltraitance psychologique** correspond à des violences verbales, affectives ou éducatives qui portent atteinte au développement psychoaffectif de l'enfant. Elle est souvent associée aux autres formes de maltraitance mais peut aussi exister de manière autonome. Elle se manifeste notamment par des insultes, des humiliations, un climat de menace ou d'indifférence, le rejet, le dénigrement, l'isolement ou l'exploitation de l'enfant, et elle est particulièrement difficile à détecter bien que ses conséquences puissent être aussi graves que celles des violences physiques.

Les **négligences lourdes** se caractérisent par la privation durable des éléments indispensables au bien-être et au développement de l'enfant, tels que la nourriture, les soins, l'hygiène, le sommeil ou l'affection. Elles traduisent un manquement grave aux obligations parentales et compromettent directement la santé et le développement de l'enfant.

FOCUS

Les violences éducatives ordinaires, correspondent à **l'ensemble des violences physiques, verbales ou psychologiques exercées sur un enfant dans un but éducatif ou disciplinaire et qui sont socialement tolérées, banalisées ou justifiées par des arguments éducatifs, culturels ou traditionnels**. Elles s'inscrivent dans le quotidien de l'enfant et peuvent être répétées, ce qui explique le qualificatif d'« ordinaires ». Elles comprennent notamment les punitions corporelles telles que les fessées, claques, tapes ou empoignements, mais aussi les violences non physiques comme les cris, les menaces, les humiliations, le dénigrement, le chantage affectif, l'intimidation ou l'instauration d'un climat de peur. Ces pratiques reposent sur un rapport de domination de l'adulte sur l'enfant et sur la vulnérabilité et la dépendance de ce dernier. Même lorsqu'elles ne laissent pas de traces visibles et qu'elles sont perçues comme des méthodes éducatives, les violences éducatives ordinaires portent atteinte à la dignité de l'enfant et à son développement physique, affectif, psychologique et social. Elles s'inscrivent dans un continuum de violences et peuvent constituer un facteur de risque de maltraitance plus grave, en contribuant à banaliser l'usage de la violence dans la relation éducative.

Les violences éducatives ordinaires, depuis la loi du 10 juillet 2019, sont interdites.

LA PROTECTION : UNE AFFAIRE DE TOUS !

Lorsqu'un professionnel ou un particulier est confronté à une situation dans laquelle un enfant est en danger ou en risque de danger, deux types de démarches existent : la transmission d'une information préoccupante ou le signalement judiciaire.

Le choix dépend essentiellement du degré de gravité et d'urgence de la situation.

N'hésitez pas à demander l'aide d'un professionnel dont c'est la mission principale.

LE RÔLE DE LA CRIP

La CRIP (Cellule de recueil des informations préoccupantes) reçoit et centralise toutes les informations préoccupantes ou les signalements concernant les mineurs du département. Elle assure une première analyse et décide de la suite à donner :

- Classement sans suite si aucune inquiétude n'est confirmée,
- Mise en place d'une évaluation médico-sociale,
- Transmission au procureur de la République si la situation apparaît d'une gravité nécessitant une protection judiciaire.

PRINCIPE FONDAMENTAL : L'OBLIGATION D'INFORMER

Toute personne ayant connaissance de mauvais traitements ou d'atteintes sexuelles sur un mineur de moins de quinze ans a l'obligation légale (selon l'art. 434-3 du Code Pénal) d'en informer les autorités administratives ou judiciaires. Le signalement ou la transmission d'une information préoccupante effectués dans le respect de la loi ne peuvent entraîner aucune sanction disciplinaire, notamment en lien avec le secret professionnel.

LES BONS RÉFLEXES LORSQU'UN ENFANT VERBALISE

Les recommandations suivantes ont été élaborées collectivement par un groupe de travail dans le département de la Nièvre, réunissant différents acteurs intervenant auprès des enfants. Le flyer original se trouve au sein de l'outil 1, tout comme une plaquette d'information sur le parcours d'une information préoccupante.



1

Le professionnel
n'est pas un
enquêteur



2

Écouter sans
interpréter



3

Rassurer
l'enfant et
lui dire :
je te crois !



4

Entendre
l'impensable
et passer le relais
en cas de difficultés



5

Consigner par écrit
la stricte parole
de l'enfant sans
questionner



PARTIE 2

ATELIERS CPS POUR SOUTENIR LA PAROLE DES ENFANTS

UN CADRE D'INTERVENTION POUR DES ATELIERS CPS DE QUALITÉ

Le projet **PréSERVER** s'appuie sur les recommandations des référentiels de Santé publique France. Le référentiel opérationnel à destination des professionnels experts et formateurs CPS met en évidence les **critères de qualité** nécessaires à la conception et à la mise en œuvre d'ateliers CPS. Ces critères portent sur **les pratiques CPS, l'implantation du projet CPS et l'environnement éducatif**.

1. La formation des professionnels permet d'acquérir des **connaissances scientifiques et expérientielles** sur les CPS, ils ont travaillé et renforcé leurs propres CPS.
2. Les ateliers sont **formels, séquencés et structurés**.
3. Les professionnels conduisent de façon **organisée et coordonnée** un ensemble d'activités CPS auprès des enfants. Les **CPS — cognitives, émotionnelles et sociales** — sont travaillées dans une **logique d'apprentissage progressif**.
4. Les ateliers sont **intensifs** et **s'inscrivent dans la durée** : les ateliers d'1h environ (45 minutes pour les 6-8 ans/1h30 pour les 10-12 ans) se répètent à un rythme régulier.
5. Les ateliers s'appuient sur **des supports** fondés sur les **données probantes** :
 - Guide d'intervention pour les professionnels (fiches pédagogiques) Fiches synthétiques sur les compétences psychosociales cognitives, émotionnelles et sociales. Saint-Maurice : Santé publique France, 2025. En ligne : <https://www.santepubliquefrance.fr/competences-psychosociales/fiches-synthetiques-sur-les-competences-psychosociales-cognitives-emotionnelles-et-sociales>
 - **Pochette « Kit'Suit »** de l'enfant : une pochette à destination des parents et des enfants qui fait continuité et qui permet de renforcer les CPS en dehors des ateliers formels (petits exercices, affiches « rappel »).
6. Les ateliers sont coconstruits avec les professionnels des structures selon des méthodes et stratégies éducatives **actives, expérientielles et positives**.

7. Les professionnels favorisent la **participation** des enfants et **l'interaction** à toutes les étapes des ateliers.

8. Les enfants sont **encouragés à exprimer** leurs **représentations initiales**, c'est-à-dire ce qu'ils savent et ce qu'ils vivent de la ou des compétences abordée(s) pendant l'atelier. Les professionnels **expliquent clairement** aux enfants les CPS travaillées en s'appuyant sur les connaissances **scientifiques actuelles**, et **vérifient** que les enfants ont compris de quoi il est question.

9. Les professionnels utilisent une **pédagogie expérientielle** en mettant les enfants **en situation**, en **partageant** leurs **ressentis** et leurs **vécus** au regard des compétences expérimentées, en identifiant les aspects perçus comme aisés ou difficiles ainsi que les facteurs facilitant leur mise en œuvre au quotidien. Ce temps de **retour réflexif** constitue une étape essentielle pour **renforcer la compréhension** et **l'ancrage des apprentissages réalisés**.

10. Les professionnels utilisent une **pédagogie positive en communiquant de façon efficace et positive**, en **valorisant les comportements et compétences des enfants** et en favorisant l'autonomie des enfants. Les pratiques positives garantissent **l'équilibre** entre **le degré d'exigence de l'atelier** et **les capacités des enfants**.

LES ÉTAPES ESSENTIELLES D'UN ATELIER CPS

TOUS LES ATELIERS SUIVENT LE MÊME DÉROULÉ

1

MISE EN ROUTE

🕒 5 à 15 min

Ce temps introductif vise à accueillir les participants, favoriser le **retour à soi** (sous la forme d'un rituel), instaurer une **dynamique de groupe** favorable et de rappeler les règles coconstruites de bon fonctionnement afin de générer un **climat positif et constructif**. Il comprend également la présentation des **objectifs** de la séance et un rappel des éléments abordés lors de la séance précédente.

2

EXPLORATION ET ÉCHANGES SUR LA CPS TRAVAILLÉE

🕒 10 à 15 min

Cette phase vise à faire émerger **les représentations initiales** de tous les enfants sur la CPS travaillée, et à **questionner** ces représentations afin de leur donner envie d'expérimenter et de découvrir d'autres façons de faire.

Ex : dans le cadre de l'atelier n°2 sur les forces, poser la question : « Selon vous, qu'est-ce qu'une force ? »

3

EXPÉRIMENTATION SUR LA CPS TRAVAILLÉE

🕒 20 à 30 min

Cette étape est réalisée avec les enfants afin de les inviter à explorer leurs attitudes et comportements habituels à travers des activités CPS prédéfinies (lecture, jeu, mime, débat...) puis à vivre la CPS dans différentes situations. Grâce à cette forme **d'auto-évaluation** et à l'aide du **questionnement** de l'animateur, les enfants portent un **regard critique** sur leur façon de faire. Ils prennent alors conscience des limites de certaines **attitudes et comportements** et découvrent **d'autres façons** de fonctionner.

4

TRANSFERT DANS LA VIE QUOTIDIENNE

🕒 5 à 10 min

Un temps de retour réflexif est prévu pour permettre aux enfants d'identifier les apprentissages réalisés et d'envisager leur application dans des situations concrètes de la vie quotidienne. Les enfants s'expriment et écoutent le ressenti de chacun puis dégagent les nouveaux savoirs, savoir-être et savoir-faire qui vont pouvoir être utiles dans la vie quotidienne (Outil 22 : Fiche « **Le débriefing : les étapes clés** »).

5

CLÔTURE

L'atelier se termine par un temps de conclusion marquant la transition vers une autre activité. Ce moment vise à signaler la fin du travail collectif, à valoriser la participation de chacun et favoriser un recentrage individuel à l'aide d'une pratique positive rituelle de **retour à soi**.



POURQUOI C'EST IMPORTANT ?

Respecter ces étapes est une condition de réussite, car cela permet de :

- assurer une **logique de progression claire**,
- favoriser l'**engagement actif** des participants,
- **cibler les compétences** pertinentes,
- rendre **explicite l'apprentissage** et ses objectifs,
- **augmenter les chances d'implantation durable** et d'**effet réel**.

LES ÉLÉMENTS QUI FONT FIL ROUGE TOUT AU LONG DU CYCLE D'ATELIERS PRÉSERVER

Le « Top/pas top du groupe » (exemple pouvant être repris de l'Outil 2)

- À construire avec les enfants en toute première séance : ils déterminent le cadre dont ils ont besoin pour se sentir bien, avec une formulation positive et la mise en évidence avant tout, de ce qui est attendu dans le cadre de cet espace de travail collectif. L'affichage à chaque séance permettra de faire appel visuellement et collectivement à ce qui a été posé comme cadre de bon fonctionnement par le groupe.

Pochette « Kit'Suit » (Outil 3 : visuel de la pochette)

- Cette pochette suivra l'enfant tout au long des ateliers et pourra être complétée au fur et à mesure de fiches activités, de souvenirs des ateliers, des réalisations créatives des enfants, etc. L'idée est que l'enfant reparte, en toute fin, avec des outils auxquels il pourra refaire appel en cas de besoin. Cet outil pourra permettre d'informer les parents de ce qui est expérimenté.

Feuille « Météo de l'humeur » (Outil 4 : visuel de la feuille)

- Dire comment on se sent avant et après l'atelier est non seulement un indicateur d'évaluation mais aussi un rituel qui permet à l'enfant de prendre un temps pour faire attention à lui et aux autres.



7 ATELIERS

POUR RENFORCER LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES DES ENFANTS

MODE D'EMPLOI

Les fiches atelier ont été coconstruites par les équipes éducatives participant au projet avec le soutien méthodologique des chargés de projet de Promotion Santé BFC.

Elles sont numérotées de 1 à 7 et suivent une chronologie et une logique de renforcement précises.

Pour aider à l'animation des ateliers, les fiches « Atelier » ci-après indiquent des informations pratiques, un résumé et une proposition de déroulé.

- Si vous avez besoin de soutien sur « comment » expliquer les activités aux enfants, l'Outil 21 est composé de fiches « **Des idées pour le dire : Atelier n°...** » qui proposent des pistes de présentation.
- Si vous n'êtes pas à l'aise avec une technique d'animation ou si vous souhaitez modifier un outil, car celui-ci ne vous paraît pas pertinent, c'est possible !

N'hésitez pas à faire appel à Promotion Santé BFC ou à aller sur Bib-Bop.org, base de données recensant l'ensemble des outils disponibles en fonction des thématiques que vous souhaitez aborder. Et autorisez-vous à être créatif !

LÉGENDE



Durée estimée de l'atelier



Âge du public ciblé



Nombre d'enfants dans le groupe



Matériel à prévoir



Ressources téléchargeables dans les « Outils » du livret



Points de vigilance



Les enfants ont aimé cette activité / cet outil



LE DÉROULÉ PÉDAGOGIQUE DE CHAQUE ATELIER EST STRUCTURÉ DE LA MÊME FAÇON ET S'ORGANISE EN 5 TEMPS SELON UN CODE COULEUR POUR VOUS AIDER :

1. Mise en route

2. Exploration et échanges sur la CPS travaillée

3. Expérimentation sur la CPS travaillée

4. Transfert dans la vie quotidienne

5. Clôture

Si la durée recommandée d'un atelier est en moyenne d'une heure, les résultats de l'évaluation nous conduisent à ajuster ces temps pour les adapter aux capacités d'attention des enfants : environ 45 minutes pour les 6-7 ans, 1 heure pour les 8-9 ans et jusqu'à 1h30 pour les 10-11 ans.

En cas de durée raccourcie, il demeure essentiel de PréSERVER l'ensemble des étapes clés de la structure de séance afin de garantir la qualité pédagogique et l'intégrité du contenu.



ATELIER 1

ENCHANTÉ ! TOUS DIFFÉRENTS, TOUS ÉGAUX EN DROITS

🕒 **Durée :** 1h

👤 **Âge :** 6 - 11 ans

👥 **Nombre :** 6 à 10 enfants

Présentation

Le premier atelier est l'occasion d'identifier le cadre de fonctionnement d'un groupe. Cela consiste à repérer des règles communes et simples pour que chacun puisse s'exprimer librement, en sécurité et sans jugement. Cela permet aux enfants de travailler la **communication efficace et positive et l'écoute empathique**. L'écoute et la parole sont ainsi explicitées et pratiquées comme une **norme sociale**.

Les enfants sont invités à se présenter et à partager ce qu'ils aiment, ce qui contribue à **s'auto-évaluer positivement**. Ils découvrent ce qu'ils ont en commun et en quoi ils sont différents, et ils développent alors des liens et des **comportements prosociaux**.

Le développement de **l'esprit critique** porte sur les droits des enfants. Les enfants sont invités à les découvrir et à les relier à leur vécu. Ils commencent à réfléchir à ce qui est juste ou injuste, et à ce que chacun a le droit d'attendre dans ses relations.

Objectifs pédagogiques de la séance

- Coconstruire un cadre sécurisant pour le groupe
- Initier le développement des compétences psychosociales

Compétences psychosociales travaillées

- ✓ Savoir penser de façon critique
- ✓ S'auto-évaluer positivement
- ✓ Développer des liens sociaux
- ✓ Développer des attitudes et comportements prosociaux





Matériel à prévoir

- Balle légère en mousse
- Feutres
- Tube de colle ou pâte à fixer
- Petits cartons « prénom » individuel pour chaque enfant et adulte participant



Ressources en outils du livret ou à emprunter au sein d'une antenne de Promotion Santé BFC

- Pochette **Kit'Suit** (outil 3)
- Feuille « **Top/Pas top du groupe** » (outil 2)
- Feuille A3 et A4 « **Météo de l'humeur** » (outil 4)
- Feuille « **Les droits de l'enfant – Replace les images au bon endroit** » (outil 5)
- Images « **Les droits de l'enfant** ». À découper (outil 6)
- Affiche « **Mes droits** » (outil 7)
- Fiche activité « **Mes droits en action** » (outil 8)
- Livre : Bescond Andréa, Tucker Mathieu. **Et si on en parlait ? 7-10 ans : le petit livre pour aider les enfants à parler de tout, sans tabou !** Paris : Harper Collin, 2020, 61 p.



Étape 1 : Accueil🕒 **Durée :** 2 min**Objectifs :**

- Ritualiser le retour à soi et aux autres
- Éveiller la curiosité des enfants

Description :

L'animateur dit bonjour, il invite les enfants à former une ronde tous ensemble. Il explique aux enfants qu'ils commencent un cycle de 7 ateliers pour mieux comprendre leurs émotions, apprendre à être bien avec les autres, connaître leurs droits, repérer les comportements violents et savoir demander de l'aide.

Modalité – support :

- Fiche « **Des idées pour le dire : atelier n° 1** » (outil 21)

Technique :

- Jeu de la ronde

Étape 2 : Présentation🕒 **Durée :** 5 min**Objectifs :**

- Mettre en place un rituel de retour à soi/aux autres
- Faire connaissance
- Développer des liens sociaux

Description :

Les enfants restent en cercle. L'animateur explique que l'activité sert à faire connaissance et qu'on ne parle que lorsqu'on tient la balle. Il explique qu'il va lancer la balle à un enfant, choisi au hasard. L'enfant qui reçoit la balle dit alors son nom, sa classe, ce qu'il aime (au choix selon la liste support). Puis il lance la balle à un autre enfant qui se présente à son tour. L'animateur commence : il se présente (en donnant son métier) puis effectue le premier lancer.
Précision : chaque enfant peut prendre un temps de réflexion avant de répondre.

Modalités – supports :

- Balle légère en mousse
- ★ Liste support de sujets : couleur préférée, nom de l'animal préféré ou de compagnie, dessert préféré, personnage de dessin animé, sport préféré, etc.

Technique :

- Ballon de la rencontre

Étape 3 : Expression de son humeur🕒 **Durée :** 3 min**Objectif :**

- Exprimer positivement ses émotions

Technique :

- Météo de l'humeur

Description :

L'animateur invite chaque enfant à venir coller sa carte-prénom avec de la Patafix® sur l'émotion de la feuille Météo de l'humeur qui correspond à ce qu'il ressent aujourd'hui. En fin d'activité, l'animateur remet à chaque enfant une feuille « **Météo de l'humeur** » en format A4, à ranger dans sa Pochette Kit'Suit.

Modalités – supports :

- Feuille A3 « **Météo de l'humeur** » à afficher au mur
- Pâte à fixer (Patafix®)
- Petits cartons « **Prénom** »
- Feuille A4 « **Météo de l'humeur** » destinée à chaque enfant
- **Pochette KIT'SUIT**



Étape 4 : Création des règles du groupes🕒 **Durée :** 10 min**Objectif :**

→ Coconstruire un cadre sécurisant pour le groupe

Description :

L'animateur propose aux enfants de s'installer selon la configuration de la salle choisie (chaises, coussins, poufs, au sol...).

Il présente le Paper Board « **Top/Pas Top du groupe** ».

Il invite ensuite les enfants à créer ensemble les règles du groupe pour que chacun se sente bien pour parler.

Chaque enfant s'exprime librement sur ce qui est important pour lui :

- ce qu'il ne veut pas voir arriver dans le groupe
- ce qu'il n'a pas envie qu'il se passe dans le groupe
- ce qu'il a envie que l'on respecte pour que chacun se sente bien

Si les enfants ont du mal à commencer, l'animateur peut les aider en posant des questions, par ex : « *êtes-vous d'accord pour qu'on s'écoute sans se couper la parole ?* » « *Et si quelqu'un se moque, qu'est-ce qu'on fait ?* »

Modalités – supports :

- Feuille de paperboard ou feuille A3
« **Top/Pas top du groupe** »
- Feutres

Technique :

- Top/Pas Top

Étape 5 : Choix du nom du groupe🕒 **Durée :** 5 min**Objectif :**

→ Développer des attitudes et comportements prosociaux

Description :

L'animateur demande aux enfants comment le collectif pourrait s'appeler, et l'inscrire en haut du Paper Board « Top/Pas Top ».

Modalité – support :

- Paper Board à conserver et à exposer à chaque séance

Technique :

- ★ Le nom de notre groupe

Étape 6 : Exploration et échanges sur les droits de l'enfant🕒 **Durée :** 10 min**Objectifs :**

- Faire émerger les représentations sur les droits de l'enfant
- Définir les droits de l'enfant

Technique :

- ★ Association images-droits

Description :

L'animateur affiche la feuille A3 ou la feuille Paper Board « **Les droits de l'enfant – Replace les images au bon endroit !** » et distribue à chaque enfant, au hasard, une image représentant un droit de l'enfant.

Il lit à voix haute les droits inscrits sur le PaperBoard.

Quand un droit est annoncé, l'enfant qui pense avoir l'image correspondante vient la coller sur l'affiche à l'aide de la pâte à fixer.

Les enfants peuvent collaborer et réfléchir ensemble pour retrouver les bonnes associations.

Une fois qu'une combinaison correcte est trouvée, l'animateur explique le droit correspondant.

En fin d'activité, l'animateur remet à chaque enfant une Affiche « **Mes droits** » en format A4, à ranger dans sa **Pochette Kit'Suit**.

Modalités – supports :

- Feuille A3 ou feuille Paper Board « **Les droits de l'enfant – Replace les images au bon endroit** »
- Images « **Les droits de l'enfant** » – à découper
- Pâte à fixer (Patafix®)
- Affiche « **Mes droits** » en A3 et en A4
- **Pochette Kit'Suit**



Étape 7 : Expérimentation des CPS pour l'application des droits de l'enfant

🕒 **Durée :** 15 min

Objectif :

→ Savoir penser de façon critique

Modalités – supports :

- Affiche « **Mes droits** » en A3 à découper
- Fiche activité « **Mes droits en action** »

Technique :

- Association de situation et de droits

Description :

L'animateur pose au sol les images des droits et leur nom issus de l'affiche « Mes droits », préalablement imprimée en A3 et découpée.

Une situation de la fiche activité « **Mes droits en action** » est lue à voix haute par l'un des enfants ou par l'animateur.

Chaque enfant se place sur le ou les droits qui ne sont pas respectés.

Un temps d'échange est prévu pour expliquer pourquoi les droits ne sont pas respectés et proposer des pistes d'amélioration.

Étape 8 : Partage et appropriation

🕒 **Durée :** 5 min

Objectif :

→ Transférer dans le cadre de la vie quotidienne

Modalités – supports :

- Livre « **Et si on en parlait ? 7-10 ans : le petit livre pour aider les enfants à parler de tout, sans tabou !** »
- Fiche « **Le débriefing : les étapes clés** »

Techniques :

- Histoire de fin
- Débriefing

Description :

L'animateur lit aux enfants l'introduction et le chapitre « **Je te parle des droits de l'enfant** » du livre « **Et si on en parlait ?** ».

Il invite les enfants à poser des questions ou à réagir s'ils en ressentent le besoin.

L'animateur questionne les enfants sur leur vécu de l'atelier, il les encourage à mettre en mots leurs ressentis, en quoi cette expérience a été différente de ce qu'ils vivent habituellement et ce qu'ils retiennent d'utile, pour eux dans leur vie quotidienne.

Étape 9 : Clôture de l'atelier

🕒 **Durée :** 5 min

Objectif :

→ Favoriser le retour à soi par un rituel et signifier la fin de l'atelier

Modalités – supports :

- Feuille « **Météo de l'humeur** »
- Petits cartons « **Prénom** »

Technique :

- « À bientôt »

Description :

L'animateur propose aux enfants d'aller modifier ou non leur « **Météo de l'humeur** » en remplaçant leur émotion par une autre s'ils le souhaitent.

Puis, il invite les enfants à se remettre en cercle pour s'applaudir et se féliciter pour la séance du jour.



ATELIER 2

MES FORCES PARAPLUIE (1/2)

🕒 **Durée :** 1h

👤 **Âge :** 6 - 11 ans

👥 **Nombre :** 6 à 10 enfants

Présentation

La capacité à mobiliser les compétences psychosociales pour faire face aux difficultés correspond à la capacité à résoudre des situations problématiques du quotidien en adoptant des comportements relationnels favorables. Pour les enfants exposés aux violences, cela suppose d'abord de **s'auto-évaluer positivement**, en apprenant à reconnaître leurs forces personnelles, leurs qualités et leurs ressources intérieures.

Ils doivent aussi **développer leur pensée critique** afin de réfléchir à ce qui est acceptable ou non dans les relations, ce qui constitue un préalable indispensable à la compréhension des situations de violence. Ces

apprentissages passent également par la capacité à **identifier leurs émotions** et à comprendre ce qu'ils ont ressenti dans les situations où ils ont mobilisé leurs forces. Dans un contexte de violence, il est essentiel qu'ils apprennent à **demander de l'aide** lorsqu'ils en ont besoin et qu'ils développent leur **assertivité** ainsi que leur **capacité à dire non**.

Ensemble, ces compétences permettent aux enfants d'exprimer leurs besoins, leurs idées, leurs émotions et leurs droits de manière ajustée, tout en les aidant à résister à la pression ou à l'emprise. Les renforcer constitue un levier pour soutenir leur sécurité, leur autonomie et leur pouvoir d'agir.

Objectifs pédagogiques de la séance

- S'exprimer et écouter en tant que norme sociale
- Développer une attitude positive à son égard comme à celle des autres

Compétences psychosociales travaillées

- ✓ S'auto-évaluer positivement
- ✓ Identifier ses émotions
- ✓ Savoir penser de façon critique
- ✓ Faire preuve d'assertivité et de refus
- ✓ Savoir demander de l'aide





Matériel à prévoir

- Balle légère en mousse
- Feutres
- Tube de colle ou pâte à fixer
- Petits cartons « prénom » individuel pour chaque enfant et adulte participant



Ressources en outils du livret ou à emprunter au sein d'une antenne de Promotion Santé BFC

- Pochette Kit'Suit** (outil 3)
- Feuille de paperboard ou feuille A3 « **Top/Pas top du groupe** » (outil 2)
- Feuille A3 « **Météo de l'humeur** » (outil 4)
- Feuille de Paper Board ou feuille A3 « **Abécédaire** » (outil 9)
- Liste « **Les 24 forces de caractères** » Crips Ile-de-France (outil 10)
- Jeu des **24 forces de caractère (version enfants)**, Paris : Crips Ile-de-France, 2025.
<https://www.lecrisps-idf.net/ressources/jeu-des-24-forces-de-caractere-version-enfants/>
- Feuilles individuelles pour chaque enfant « **Mes forces** » (outil 11)
- Livre : Bescond Andréa, Tucker Mathieu. **Et si on en parlait ? 7-10 ans : le petit livre pour aider les enfants à parler de tout, sans tabou !** Paris : Harper Collin, 2020, 61 p.



Étape 1 : Accueil

🕒 **Durée :** 2 min

Objectifs :

- Ritualiser le retour à soi et aux autres
- Éveiller la curiosité des enfants

Description :

L'animateur dit bonjour, invite les enfants à former une ronde tous ensemble. Il explique aux enfants qu'ils continuent le cycle des 7 ateliers et que lors de ce deuxième atelier, ils vont découvrir ce que sont les forces, identifier celles de chacun, partager des situations où ils les ont utilisées, et commencer à comprendre comment elles peuvent les aider face à des situations de violence.

Modalité – support :

- Fiche « **Des idées pour le dire : atelier n° 2** » (outil 21)

Technique :

- Jeu de la ronde

Étape 2 : Introduction

🕒 **Durée :** 5 min

Objectifs :

- Mettre en place un rituel de retour à soi/aux autres
- Réactiver la mémoire de la séance précédente

Description :

Les enfants restent en cercle. L'animateur explique que l'activité sert à se rappeler ce qui a été fait la fois précédente et qu'on ne parle que lorsqu'on tient la balle. Il explique qu'il va lancer la balle à un enfant, choisi au hasard. L'enfant qui reçoit la balle dit ce dont il se rappelle la fois précédente, puis lance la balle à un autre enfant qui fait la même chose.
Précision : chaque enfant peut prendre un temps de réflexion avant de répondre.
A la fin, l'animateur reprend la balle, complète si nécessaire et clôture l'activité « **rappel** ». L'animateur rappelle les règles et le cadre de l'atelier.

Modalités – supports :

- Balle légère en mousse
- Le « **Top/Pas Top du groupe** » est affiché

Technique :

- Ballon de la rencontre

Étape 3 : Expression de son humeur

🕒 **Durée :** 3 min

Objectif :

- Exprimer positivement ses émotions – Rituel

Technique :

- Météo de l'humeur

Description :

L'animateur invite chaque enfant à venir coller sa carte-prénom avec de la Patafix® sur l'émotion de la feuille Météo de l'humeur qui correspond à ce qu'il ressent aujourd'hui. En fin d'activité, l'animateur remet à chaque enfant une feuille « **Météo de l'humeur** » en format A4, à ranger dans sa **Pochette Kit'Suit**.

Modalités – supports :

- Feuille A3 « **Météo de l'humeur** » à afficher au mur
- Pâte à fixer (Patafix®)
- Petits cartons « **Prénom** »



Étape 4 : Exploration et échanges sur les forces

⌚ Durée : 10 min

Objectif :

→ Coconstruire un cadre sécurisant pour le groupe

Description :

L'animateur affiche le Paper Board « **Abécédaire** », il tient un **feutre** dans sa main. Il explique que les enfants doivent trouver un mot commençant par une lettre de l'alphabet qui fait penser au mot « **force** ».

Quand un enfant a trouvé un mot, il court chercher le feutre, vient l'écrire (avec l'aide de l'animateur si besoin) puis retourne à sa place.

L'animateur attire leur attention sur le fait que les lettres ne peuvent être utilisées qu'une seule fois. Le but du groupe est de remplir l'alphabet en entier.

Précision : après avoir écrit le mot, l'animateur demande à l'enfant d'expliquer pourquoi il l'a choisi et quel lien il fait avec la « **force** ».

À la fin de l'activité, l'animateur propose une définition du mot « **force** » et donne des exemples.

L'animateur remet à chaque enfant une liste des forces à ranger dans la **Pochette Kit'Suit**.

Modalités – supports :

→ Feuille de paperboard ou feuille A3

« **Top/Pas top du groupe** »

→ Feutres

Technique :

→ ★ Abécédaire

Étape 5 (1/2) : Expérimentation des forces

⌚ Durée : 20 min

Objectif :

→ S'auto-évaluer de façon positive

Technique :

→ ★ Jeu des forces

Description :

L'animateur dispose les cartes du jeu « **Les 24 forces de caractère** » sur une table. Il invite les enfants, chacun leur tour, à choisir deux forces qui leur correspondent. L'animateur précise qu'il est important de garder ces cartes face cachée pour que les autres ne puissent pas les voir. Ensuite, il invite un enfant à venir devant le groupe et à faire deviner l'une de ses cartes aux autres enfants.

Une fois cette première force découverte, l'enfant doit mimer la 2^{de} force qu'il a sélectionnée pour la faire deviner aux autres.

L'animateur participe aussi à ce jeu et note les forces sélectionnées par les enfants sur chaque feuille individuelle « **Mes forces** ».

Modalités – supports :

→ Jeu des 24 forces de caractère (version enfants) à trier en amont en fonction des capacités de compréhension des enfants, puis à répartir sur une table.

→ Feuille individuelle « **Mes forces** »

Étape 6 (2/2) : Expérimentation des forces

⌚ Durée : 10 min

Objectif :

→ Partager et échanger autour d'une situation où les forces ont été mobilisées

Description :

L'animateur propose aux enfants de fermer les yeux et de réfléchir à une force qu'ils ont utilisée récemment dans leur vie quotidienne.

L'animateur leur demande ensuite de venir raconter cette force en adoptant une posture de super-héros.

Modalités – supports :

→ Feuille individuelle « **Mes forces** ».

→ Fiche « **Le débriefing : les étapes clés** ».

Technique :

→ ★ Posture de super-héros



Étape 7 : Partage et appropriation

🕒 **Durée :** 5 min

Objectif :

→ Transférer dans le cadre de la vie quotidienne

Description :

L'animateur lit aux enfants l'introduction et le chapitre « **Je te parle de la violence ordinaire** » du livre « **Et si on en parlait ?** ».

Il invite les enfants à poser des questions ou à réagir s'ils en ressentent le besoin.

L'animateur questionne les enfants sur leur vécu de l'atelier, il les encourage à mettre en mots leurs ressentis, en quoi cette expérience a été différente de ce qu'ils vivent habituellement et ce qu'ils retiennent d'utile, pour eux dans leur vie quotidienne.

Modalités – supports :

→ Livre « **Et si on en parlait ? 7-10 ans : le petit livre pour aider les enfants à parler de tout, sans tabou !** »

→ Fiche « **Le débriefing : les étapes clés** »

Techniques :

→ Histoire de fin

→ Débriefing

Étape 8 : Clôture de l'atelier

🕒 **Durée :** 5 min

Objectif :

→ Favoriser le retour à soi par un rituel et signifier la fin de l'atelier

Description :

L'animateur propose aux enfants d'aller modifier ou non leur « **Météo de l'humeur** » en remplaçant leur émotion par une autre s'ils le souhaitent.

Puis, il invite les enfants à se remettre en cercle pour s'applaudir et se féliciter pour la séance du jour.

Modalités – supports :

→ Feuille A3 « **Météo de l'humeur** » à afficher au mur

→ Pâte à fixer (Patafix®)

→ Petits cartons « **Prénom** »

Technique :

→ « À bientôt »



ATELIER 3

MES FORCES PARAPLUIE (2/2)

🕒 **Durée :** 1h

👤 **Âge :** 6 - 11 ans

👥 **Nombre :** 6 à 10 enfants

Présentation

Cette troisième séance approfondit le travail autour des forces personnelles, pour pouvoir les utiliser comme un véritable outil d'identification et de défense. Les enfants sont ainsi amenés à **s'auto-évaluer positivement**, à développer une attitude bienveillante envers eux-mêmes comme envers les autres, et à renforcer leur conscience de leurs ressources.

Ce travail contribue aussi à **développer des comportements prosociaux**, en encourageant l'observation attentive, la reconnaissance et la nomination des qualités d'autrui, ce qui nourrit une communication positive et empathique. Dans un second temps, les enfants mobilisent ces forces dans des situations « difficiles » conçues pour être simples, concrètes et adaptées à leur âge, proposées par l'animateur. Ils apprennent à **penser de façon critique**, c'est-à-dire à identifier et

évaluer une difficulté, puis à repérer les forces utiles pour y faire face : savoir dire non, demander de l'aide, rester calme, protéger un camarade, etc. Cette démarche leur permet de distinguer quand mobiliser **des ressources internes** (assertivité, refus, maîtrise de soi) et quand activer **des ressources externes** (demander de l'aide pour se protéger). Ces mises en situation renforcent leur capacité à faire face aux conflits, à l'injustice et à des situations pouvant relever d'une forme de violence.

En fin de séance, les enfants réalisent leur **portrait de super-héros**, une activité ludique qui symbolise les forces personnelles identifiées jusque-là. Ce support constitue un renforcement positif et servira de ressource mobilisable dans les séances suivantes.

Objectifs pédagogiques de la séance

- Valoriser collectivement des forces personnelles
- Différencier les qualités qui sont propres à l'enfant et celles qu'il partage

Compétences psychosociales travaillées

- ✔ S'auto-évaluer positivement
- ✔ Développer des attitudes et comportements prosociaux
- ✔ Savoir penser de façon critique
- ✔ Savoir demander de l'aide
- ✔ Faire preuve d'assertivité et de refus
- ✔ Communiquer efficacement
- ✔ Ecouter de manière empathique





Matériel à prévoir

- Balle légère en mousse
- Feutres
- Tube de colle ou pâte à fixer
- Petits cartons « prénom » individuel pour chaque enfant et adulte participant



Ressources en outils du livret ou à emprunter au sein d'une antenne de Promotion Santé BFC

- Pochette Kit'Suit (outil 3)
- Feuille « Top/Pas top du groupe » (outil 2)
- Feuille A3 « Météo de l'humeur » (outil 4)
- Outil jeu de cartes « Totem Junior »
- Feuilles individuelles « Mes forces »
- Cartes « situation » de l'outil « Jouer pour se protéger », ou bien n'hésitez pas à créer vos propres situations en fonction du vécu des enfants.
- Livre : Bescond Andréa, Tucker Mathieu. Et si on en parlait ? 7-10 ans : le petit livre pour aider les enfants à parler de tout, sans tabou ! Paris : Harper Collin, 2020, 61 p.



Étape 1 : Accueil

🕒 **Durée :** 2 min

Objectifs :

- Ritualiser le retour à soi et aux autres
- Éveiller la curiosité des enfants

Description :

L'animateur dit bonjour, il invite les enfants à former une ronde tous ensemble. Il explique aux enfants qu'ils continuent le cycle des 7 ateliers et que lors de ce troisième atelier, ils vont apprendre à reconnaître les forces des autres, à utiliser leurs propres forces pour faire face à des situations difficiles, puis commencer à créer leur portrait de super-héros basé sur leurs qualités réelles.

Modalité – support :

→ Fiche « Des idées pour le dire : atelier n° 3 » (outil 21)

Technique :

→ Jeu de la ronde

Étape 2 : Introduction

🕒 **Durée :** 5 min

Objectifs :

- Mettre en place un rituel de retour à soi/aux autres
- Réactiver la mémoire de la séance précédente

Description :

Les enfants restent en cercle. L'animateur explique que l'activité sert à se rappeler ce qui a été fait la fois précédente et qu'on ne parle que lorsqu'on tient la balle. Il explique qu'il va lancer la balle à un enfant, choisi au hasard. L'enfant qui reçoit la balle raconte ses souvenirs de la fois précédente, puis lance la balle à un autre enfant qui fait la même chose.
Précision : chaque enfant peut prendre un temps de réflexion avant de répondre.
À la fin, l'animateur reprend la balle, complète si nécessaire et clôture l'activité « **rappel** ». L'animateur rappelle les règles et le cadre de l'atelier.

Modalités – supports :

- Balle légère en mousse
- Le « **Top/Pas Top du groupe** » est affiché

Technique :

→ Ballon de la rencontre

Étape 3 : Expression de son humeur

🕒 **Durée :** 3 min

Objectif :

- Exprimer positivement ses émotions – Rituel

Technique :

→ Météo de l'humeur

Description :

L'animateur invite chaque enfant à venir coller sa carte-prénom avec de la Patafix® sur l'émotion de la feuille **Météo de l'humeur** qui correspond à ce qu'il ressent aujourd'hui.

Modalités – supports :

- Feuille A3 « **Météo de l'humeur** » à afficher au mur
- Pâte à fixer (Patafix®)
- Petits cartons « **Prénom** »



Étape 4 : Exploration et échanges sur les forces

⌚ Durée : 10 min

Objectif :

- Faire émerger les représentations des enfants autour des forces

Technique :

- Jeu Totem - Junior « revisité »

Description :

L'animateur sélectionne les cartes les plus accessibles du **jeu Totem-Junior**. Il prépare un tirage au sort avec le prénom de toutes les personnes du groupe.

L'animateur demande à chaque participant, lui compris, de tirer un prénom au sort et de le garder face cachée.

L'animateur distribue 5 cartes à chaque participant.

L'animateur explique que chacun doit choisir une carte qui, selon lui, représente une force de la personne dont il a tiré le prénom.

L'animateur invite ensuite chaque participant, une fois la sélection faite, à aller remettre sa carte à la personne concernée, en la présentant à voix haute et en expliquant pourquoi il l'a choisie.

L'animateur note sur chaque fiche individuelle « **Mes forces** » la force qui a été donnée à l'enfant.

Modalités - supports :

- Outil « **Totem - Junior** » en retirant les cartes difficiles à comprendre.
- Feuille individuelle « **Mes forces** »
- Animation du jeu Totem-Junior au sein de la fiche « **Des idées pour le dire : Atelier n°3** »

Étape 5 : Expérimentation d'une force

⌚ Durée : 20 min

Objectif :

- Appliquer les forces en situation

Technique :

- Jouer pour se protéger

Description :

L'animateur utilise uniquement les cartes « **situations** » du jeu « **Jouer pour se protéger** ». Il propose à chaque enfant, tour à tour, de piocher une carte dans le paquet puis de lire la situation à voix haute.

Après la lecture, l'animateur demande aux enfants d'identifier les forces utiles pour faire face à cette situation.

Il précise que chaque enfant pioche sa carte et prend la parole quand il se sent prêt.

L'animateur invite également les adultes présents à participer, afin de montrer que le collectif protecteur est composé aussi bien d'enfants que d'adultes.

Modalités - supports :

- Jeu « **Jouer pour se protéger** », à trier en amont en fonction des capacités de compréhension des enfants, puis à répartir sur une table face cachée. Vous pouvez aussi créer vos propres cartes « **situations** »
- Feuille individuelle « **Mes forces** »



Étape 5 : Expérimentation d'une force

🕒 **Durée :** 20 min

Objectif :

→ Identifier et valoriser les forces personnelles

Description :

L'animateur propose aux enfants un exercice pour la prochaine séance.

Dans un premier temps, il remet à chaque enfant leur feuille « **Mes forces** », réunissant toutes leurs forces. Cette fiche comporte les forces que chaque enfant a repérées pour lui-même et celles que les autres lui ont données (notées au cours des 2 ateliers par l'animateur).

Au verso de cette feuille se trouve également un encart où chaque enfant pourra individuellement réaliser son dessin de « **Super-Héros du quotidien** » : un personnage de la forme qu'ils souhaitent, avec des flèches qui pointent vers lui tout en mentionnant ses forces (montrer le dessin exemple).

Modalité – support :

→ Feuille individuelle « **Mes forces** »

Technique :

→ Super-Héros du quotidien

Transfert dans la vie quotidienne

Étape 6 : Partage et appropriation

🕒 **Durée :** 5 min

Objectif :

→ Transférer dans le cadre de la vie quotidienne

Description :

L'animateur lit aux enfants l'introduction et le chapitre « **Je te parle du harcèlement et du racisme** » du livre « **Et si on en parlait ?** ».

Il invite les enfants à poser des questions ou à réagir s'ils en ressentent le besoin. L'animateur questionne les enfants sur leur vécu de l'atelier, il les encourage à mettre en mots leurs ressentis, en quoi cette expérience a été différente de ce qu'ils vivent habituellement et ce qu'ils retiennent d'utile, pour eux dans leur vie quotidienne.

Modalités – supports :

→ Livre « **Et si on en parlait ? 7-10 ans : le petit livre pour aider les enfants à parler de tout, sans tabou !** »

→ Fiche « **Le débriefing : les étapes clés** »

Technique :

→ Histoire de fin

→ Débriefing

Clôture

Étape 7 : Clôture de l'atelier

🕒 **Durée :** 5 min

Objectif :

→ Favoriser le retour à soi par un rituel et signifier la fin de l'atelier

Description :

L'animateur propose aux enfants d'aller modifier ou non sa « **Météo de l'humeur** » en remplaçant son émotion par une autre s'ils le souhaitent. Puis il invite les enfants à se remettre en cercle pour s'applaudir et se féliciter pour la séance du jour.

Modalités – supports :

→ Feuille A3 « **Météo de l'humeur** » à afficher au mur

→ Pâte à fixer (Patafix®)

→ Petits cartons « **Prénom** »

Technique :

→ « À bientôt »



ATELIER 4

LES EXPLORATEURS DU DEDANS (1/2)

🕒 **Durée :** 1h

👤 **Âge :** 6 - 11 ans

👥 **Nombre :** 6 à 10 enfants

Présentation

Cette quatrième séance approfondit le travail autour de la communication. Le cadre collectif de l'atelier offre aux enfants l'occasion d'expérimenter à la fois **la communication empathique** – exprimer et écouter – et **la communication positive et efficace**, notamment à travers une activité de type « débat ».

La communication positive s'appuie sur des éléments verbaux et non-verbaux : les mots, le ton, les attitudes. Elle nécessite aussi de développer une communication empathique permettant de mieux comprendre ce que

l'autre ressent. Pour s'exprimer de manière efficace, il est également essentiel de savoir **exprimer ses émotions de façon régulée**.

L'atelier aide ainsi les enfants à reconnaître les émotions de base et à faire des liens entre ce qu'ils vivent et ce qu'ils ressentent. Enfin pour améliorer une situation ou poser ses limites, il est important de pouvoir exprimer un désaccord. Cet atelier y prépare en encourageant la **critique constructive**, l'écoute d'avis différents et la participation active au débat.

Objectifs pédagogiques de la séance

→ Être capable d'avoir des comportements verbaux et non verbaux bienveillants qui favorisent les relations au quotidien, même dans les situations difficiles

Compétences psychosociales travaillées

- ✔ Communiquer efficacement
- ✔ Écouter de manière empathique
- ✔ Identifier ses émotions
- ✔ Exprimer ses émotions de façon positive
- ✔ Gérer ses émotions
- ✔ Réguler son stress
- ✔ Savoir penser de façon critique





Matériel à prévoir

- Balle légère en mousse
- Feutres
- Tube de colle ou pâte à fixer
- Petits cartons « prénom » individuel pour chaque enfant et adulte participant
- Ordinateur et vidéoprojecteur



Ressources en outils du livret ou à emprunter au sein d'une antenne de Promotion Santé BFC

- Pochette Kit'Suit** (outil 3)
- Feuille « **Top/Pas top du groupe** » (outil 2)
- Feuille A3 « **Météo de l'humeur** » (outil 4)
- Outil : Centre ressource pour les intervenants auprès des auteurs de violences sexuelles (CRIA VS) Ile-de-France. **L'atelier des émotions pour les enfants de 6 à 12 ans**. Paris : Crips Ile-de-France, 2020. En ligne : <https://violences-sexuelles.info/dl/atelier-des-emotions-cartes.pdf>
- Vidéo : **Qu'est-ce qu'une émotion ?** Paris : France Télévisions, Réseau Canopé, TV5 Monde, 2021, 3'03. (Les émotions de P'tit cube). En ligne : <https://www.lumni.fr/video/qu-est-ce-qu-une-emotion#containerType=program&containerSlug=les-emotions-de-p-tit-cube>
- Fiche Activité « **Débat émouvant** » (outil 12)
- Livre : Bescond Andréa, Tucker Mathieu. **Et si on en parlait ? 7-10 ans : le petit livre pour aider les enfants à parler de tout, sans tabou !** Paris : Harper Collin, 2020, 61 p.



Étape 1 : Accueil

🕒 **Durée :** 1 min

Objectifs :

- Ritualiser le retour à soi et aux autres
- Éveiller la curiosité des enfants

Description :

L'animateur dit bonjour, il invite les enfants à former une ronde tous ensemble. Il explique aux enfants qu'ils continuent le cycle des 7 ateliers et que lors de ce quatrième atelier, ils vont apprendre à découvrir leurs émotions, apprendre à les reconnaître, les nommer et comprendre d'où elles viennent.

Modalité – support :

- Fiche « **Des idées pour le dire : atelier n°4** » (outil 21)

Technique :

- Jeu de la ronde

Étape 2 : Introduction

🕒 **Durée :** 5 min

Objectifs :

- Mettre en place un rituel de retour à soi/aux autres
- Réactiver la mémoire de la séance précédente

Description :

Les enfants restent en cercle. L'animateur explique que l'activité sert à se rappeler ce qui a été fait la fois précédente et qu'on ne parle que lorsqu'on tient la balle. Il explique qu'il va lancer la balle à un enfant, choisi au hasard. L'enfant qui reçoit la balle raconte ses souvenirs de la fois précédente, puis lance la balle à un autre enfant qui fait la même chose.
Précision : chaque enfant peut prendre un temps de réflexion avant de répondre.
A la fin, l'animateur reprend la balle, complète si nécessaire et clôture l'activité « **rappel** ». L'animateur rappelle les règles et le cadre de l'atelier.

Modalités – supports :

- Balle légère en mousse
- Le « **Top/Pas Top du groupe** » est affiché

Technique :

- Ballon de la rencontre

Étape 3 : Expression de son humeur

🕒 **Durée :** 2 min

Objectif :

- Exprimer positivement ses émotions – Rituel

Technique :

- Météo de l'humeur

Description :

L'animateur invite chaque enfant à venir coller sa carte-prénom avec de la Patafix® sur l'émotion de la feuille **Météo de l'humeur** qui correspond à ce qu'il ressent aujourd'hui.

Modalités – supports :

- Feuille A3 « **Météo de l'humeur** » à afficher au mur
- Pâte à fixer (Patafix®)
- Petits cartons « **Prénom** »

Étape 4 : Présentation de son dessin de super héros-héroïne

🕒 **Durée :** 2 min

Objectif :

- Faire le lien avec la séance précédente

Description :

L'animateur propose aux enfants de montrer, s'ils le souhaitent, le dessin de super héros qu'ils ont réalisé entre cette séance et la précédente.

Modalités – supports :

- Feuille individuelle « **Mes forces** » (verso)

Technique :

- Le dessin de super-héros



Étape 5 : Exploration et échanges sur les émotions

🕒 **Durée :** 10 min

Objectif :

- Faire émerger les représentations des enfants autour des émotions

Description :

L'animateur sépare les cartes « **visage** » et les cartes « **émotions** ».

Il distribue à chaque enfant deux cartes qui ne correspondent pas entre elles (par exemple un visage joyeux avec l'émotion « **peur** »).

L'animateur invite les enfants à coopérer pour reconstituer les paires « visage-émotion » et à trouver, ensemble, une technique pour y parvenir.

Si besoin, l'animateur propose une méthode pour les guider (par exemple : un enfant montre sa carte « **visage** » et les autres cherchent l'émotion qui lui correspond).

Une fois les paires reconstituées, l'animateur échange avec les enfants sur chaque émotion, en s'appuyant sur des exemples simples de la vie quotidienne ou sur une définition accessible.

Enfin, l'animateur invite les enfants à mimer l'émotion avec leur propre visage.

Modalité – support :

- Outil « **L'atelier des émotions** ». Ne sélectionner que l'activité « **Le visage des émotions** »

Technique :

- ★ Le visage des émotions

Étape 6 : Définition des émotions

🕒 **Durée :** 10 min

Objectif :

- Comprendre une émotion

Description :

L'animateur montre la vidéo : « **Qu'est-ce qu'une émotion ?** ».

Il invite les enfants à réagir en fonction de leurs envies.

Modalité – support :

- Ordinateur pour proposer la vidéo : « **les émotions de P'tit cube** »

Technique :

- ★ Les émotions de p'tits cubes

Étape 7 : Expérimentation et identification des émotions

🕒 **Durée :** 20 min

Objectif :

- Donner son opinion et comprendre les émotions

Description :

L'animateur propose aux enfants de se positionner à droite ou à gauche d'une ligne imaginaire, en fonction de leur point de vue sur l'affirmation qu'il va donner (situation quotidienne sur la gestion des émotions de la fiche activité « **Débat émouvant** »).

Il lit une affirmation à voix haute et demande aux enfants de se positionner :

- à droite quand ils sont d'accord avec l'affirmation
- à gauche quand ils ne sont pas d'accord avec l'affirmation

L'animateur demande aux enfants d'expliquer leur choix et favorise les échanges et le partage autour des situations évoquées.

Modalités – supports :

- Fiche activité « **Débat émouvant** »
- Fiche « **Donner son avis** » avec le contenu à dire aux enfants

Technique :

- ★ Débat mouvant



Étape 8 : Partage et appropriation🕒 **Durée :** 5 min**Objectif :**

→ Transférer dans le cadre de la vie quotidienne

Modalité – support :→ Fiche « **Le débriefing : les étapes clés** »**Technique :**

→ Débriefing

Description :

L'animateur questionne les enfants sur leur vécu de l'atelier, il les encourage à exprimer leurs ressentis, en quoi cette expérience a été différente de ce qu'ils vivent habituellement et ce qu'ils retiennent d'utile, pour eux dans leur vie quotidienne.

Étape 7 : Clôture de l'atelier🕒 **Durée :** 5 min**Objectif :**

→ Favoriser le retour à soi par un rituel et signifier la fin de l'atelier

Modalités – supports :

- Feuille A3 « **Météo de l'humeur** » à afficher au mur
- Pâte à fixer (Patafix®)
- Petits cartons « **Prénom** »

Technique :

→ « À bientôt »

Description :

L'animateur propose aux enfants d'aller modifier ou non sa « **Météo de l'humeur** » en remplaçant son émotion par une autre s'ils le souhaitent. Puis il invite les enfants à se remettre en cercle pour s'applaudir et se féliciter pour aujourd'hui.



ATELIER 5

LES EXPLORATEURS DU DEDANS (2/2)

🕒 **Durée :** 1h

👤 **Âge :** 6 - 11 ans

👥 **Nombre :** 6 à 10 enfants

Présentation

Cet atelier s'inscrit dans la continuité du travail engagé autour des **émotions** et de la **communication**.

Le cadre collectif offre aux enfants un espace pour renforcer leurs liens, développer des **comportements prosociaux** et renforcer le dialogue entre pairs.

Ils apprennent d'abord à **identifier leurs émotions** en faisant le lien entre des situations concrètes et les ressentis qu'elles provoquent, tout en enrichissant progressivement leur vocabulaire émotionnel. L'atelier leur permet également d'expérimenter des premières **stratégies de régulation** pour

mieux accueillir, apaiser ou vivre une émotion désagréable. La séance met aussi l'accent sur la **communication**, à la fois **empathique** et **positive**. Les enfants sont invités à se mettre à la place de l'autre, à accueillir des émotions différentes des leurs et à exprimer leurs propres émotions de manière plus claire et nuancée, en mobilisant aussi bien les mots que les gestes ou les expressions du visage.

Cette double dimension, empathique et efficace, les aide à mieux comprendre ce qu'ils ressentent, mais aussi ce que ressentent les autres, favorisant ainsi des interactions plus sereines et respectueuses.

Objectifs pédagogiques de la séance

→ Modifier l'intensité et les conséquences de ses émotions afin de ne pas être envahi

Compétences psychosociales travaillées

- ✓ Identifier ses émotions
- ✓ Exprimer ses émotions de façon positive
- ✓ Gérer ses émotions
- ✓ Réguler son stress
- ✓ Écouter de manière empathique
- ✓ Communiquer efficacement





Matériel à prévoir

- Balle légère en mousse
- Pâte à fixer
- Petits cartons « prénom » individuel pour chaque enfant et adulte participant



Ressources en outils du livret ou à emprunter au sein d'une antenne de Promotion Santé BFC

- Pochette Kit'Suit** (outil 3)
- Feuille « **Top/Pas top du groupe** » (outil 2)
- Feuille A3 « **Météo de l'humeur** » (outil 4)
- Fiche Activité « **Mimémotions** » (outil 13)
- Outil : Iacovella Patrice. **Émoti-cartes - Enfants**. Joue avec tes émotions ! Le Bourget-du-lac : Emotibox, 2016.
- Livre : Youcef Maëva, Clerbaut Lorie. **Brindille en maison d'enfants**. Antony : Maëva Youcef, 2024, n.p.
Ce livre permet notamment de développer l'empathie envers les enfants confiés, pour les enfants qui bénéficieraient d'ateliers en milieu ordinaire. Il est cependant possible de prendre un autre ouvrage en fonction de la situation des enfants et de ce que vous souhaitez travailler.
- Outil : Centre ressource pour les intervenants auprès des auteurs de violences sexuelles (Criavs) Ile-de-France. **L'atelier des émotions pour les enfants de 6 à 10 ans**. Paris : Crips Ile-de-France, 2020. En ligne : <https://violences-sexuelles.info/dl/atelier-des-emotions-cartes.pdf>



Étape 1 : Accueil

🕒 **Durée :** 2 min

Objectifs :

- Ritualiser le retour à soi et aux autres
- Éveiller la curiosité des enfants

Description :

L'animateur dit bonjour, il invite les enfants à former une ronde tous ensemble. Il explique aux enfants qu'ils continuent le cycle des 7 ateliers et que lors de ce cinquième atelier, ils vont explorer leurs émotions en observant ce que leur corps leur dit, en mimant et en devinant des ressentis, puis en découvrant des astuces pour se sentir mieux quand une émotion devient trop forte.

Modalité - support :

- Fiche « **Des idées pour le dire :** atelier n°5 » (outil 21)

Technique :

- Jeu de la ronde

Étape 2 : Introduction

🕒 **Durée :** 5 min

Objectifs :

- Mettre en place un rituel de retour à soi/aux autres
- Réactiver la mémoire de la séance précédente

Description :

Les enfants restent en cercle. L'animateur explique que l'activité sert à se rappeler ce qui a été fait la fois précédente et qu'on ne parle que lorsqu'on tient la balle. Il explique qu'il va lancer la balle à un enfant, choisi au hasard. L'enfant qui reçoit la balle dit ce dont il se rappelle la fois précédente, puis lance la balle à un autre enfant qui fait la même chose.
Précision : chaque enfant peut prendre un temps de réflexion avant de répondre.
À la fin, l'animateur reprend la balle, complète si nécessaire et clôture l'activité « rappel ». L'animateur rappelle les règles et le cadre de l'atelier.

Modalités - supports :

- Balle légère en mousse
- Le « **Top/Pas Top du groupe** » est affiché

Technique :

- Ballon de la rencontre

Étape 3 : Expression de son humeur

🕒 **Durée :** 3 min

Objectif :

- Exprimer positivement ses émotions – Rituel

Technique :

- Météo de l'humeur

Description :

L'animateur invite chaque enfant à venir coller sa carte-prénom avec de la Patafix® sur l'émotion de la feuille **Météo de l'humeur** qui correspond à ce qu'il ressent aujourd'hui.

Modalités - supports :

- Feuille A3 « **Météo de l'humeur** » à afficher au mur
- Pâte à fixer (Patafix®)
- Petits cartons « **Prénom** »



Étape 4 : Exploration et échanges sur les sensations physiques en lien avec les émotions

🕒 **Durée :** 10 min

Objectif :

- Faire émerger les représentations des enfants autour des sensations physiques en lien avec les émotions

Description :

L'animateur utilise le jeu **Émotiocartes** en ne prenant que les cartes rouges et jaunes. Puis, il suit la fiche activité « **Mimémotions** ». L'animateur peut aussi imprimer et utiliser ses propres cartes émotions.

L'animateur propose ensuite aux enfants de se placer en file indienne, tous tournés dans la même direction.

L'animateur demande à l'enfant en tête de file de se retourner pour faire face au groupe et lui explique qu'il va mimer une émotion, ce sera l'enfant « **mimeur** ».

L'animateur propose à l'enfant « **mimeur** » de tirer une carte émotion au hasard parmi celles qu'il lui présente, puis de mimer l'émotion tirée au sort à l'enfant situé juste derrière lui : l'enfant « **devineur** ».

L'animateur demande à l'enfant « **devineur** » de retrouver l'émotion mimée. Les autres enfants peuvent aider si besoin. Lorsque l'émotion est devinée, « **l'enfant mimeur** » rejoint la fin de la file.

L'enfant « **devineur** » devient alors le nouveau « **mimeur** ».

Le jeu se poursuit ainsi, chacun mimant et devinant à tour de rôle.

Modalité – support :

- Fiche activité « **Mimémotions** » en utilisant les émotions à imprimer et à découper ou en prenant les cartes rouges et jaunes de l'outil « **Émotiocartes – Enfants** ».

Technique :

- ★ Mimémotions

Étape 5 (1/2) : Expérimentation de l'expression des émotions

🕒 **Durée :** 10 min

Objectif :

- Partager et échanger autour des situations quotidiennes

Description :

L'animateur place devant les enfants les deux **cartes « question »** découpées de l'activité « **Si j'étais à sa place** » de l'outil « **L'atelier des émotions** » :

- Carte : « *Que ferais-tu à sa place ?* » (p.31)
- Carte : « *À qui pourrais-tu en parler ?* » (p.31)

Puis il propose une **carte « situation »** (pp.32 à 42).

Chaque enfant répond à chacune des deux questions, en exprimant d'abord l'émotion ressentie par le personnage de la carte situation, puis en indiquant à qui il pourrait s'adresser pour résoudre la difficulté. L'animateur anime le débat en encourageant les enfants à expliquer leurs choix, à écouter les ressentis des autres et à trouver plusieurs adultes ressources, en insistant sur l'idée qu'il faut continuer à chercher de l'aide si la première demande n'est pas entendue.

Modalité – support :

- Outil : « **L'atelier des émotions pour les enfants de 6 à 10 ans** » - activité « **Si j'étais à sa place** » pp.30 à 42

Technique :

- Si j'étais à sa place



Étape 5 (2/2) : Expérimentation de l'expression des émotions

🕒 **Durée :** 10 min

Objectif :

→ Repérer des stratégies de régulation des émotions

Modalité – support :

→ Outil « **Émoticartes – Enfants** » (cartes bleues)

Technique :

→ ★ Mes astuces en plus !

Description :

L'animateur sélectionne uniquement **les cartes bleues** de l'outil « **Émoticartes** » et propose aux enfants de s'asseoir en cercle au sol.

Il revient avec eux sur les émotions agréables (joie, amour, fierté...) et les émotions désagréables (tristesse, peur, colère).

Il invite ensuite les enfants à tirer au hasard trois cartes du paquet (cartes bleues Émoticartes) et à essayer ensemble les astuces proposées pour aider à réguler les émotions désagréables.

Transfert dans la vie quotidienne

Étape 6 : Partage et appropriation

🕒 **Durée :** 10 min

Objectif :

→ Transférer dans le cadre de la vie quotidienne

Techniques :

→ Histoire de fin
→ Débriefing

Description :

L'animateur lit le livre « **Brindille en maison d'enfants** », ou un autre livre de son choix.

Il invite les enfants à poser des questions ou à réagir s'ils en ressentent le besoin.

L'animateur questionne les enfants sur leur vécu de l'atelier, il les encourage à exprimer leurs ressentis, en quoi cette expérience a été différente de ce qu'ils vivent habituellement et ce qu'ils retiennent d'utile, pour eux dans leur vie quotidienne.

Modalités – supports :

→ Livre « **Brindille en maison d'enfants** », ou un autre ouvrage en fonction de ce qui est travaillé.

→ Fiche « **Le débriefing : les étapes clés** »

Clôture

Étape 7 : Clôture de l'atelier

🕒 **Durée :** 5 min

Objectif :

→ Favoriser le retour à soi par un rituel et signifier la fin de l'atelier

Modalités – supports :

→ Feuille A3 « **Météo de l'humeur** » à afficher au mur

→ Pâte à fixer (Patafix®)

→ Petits cartons « **Prénom** »

Technique :

→ « À bientôt »

Description :

L'animateur propose aux enfants d'aller modifier ou non sa « **Météo de l'humeur** » en remplaçant son émotion par une autre s'ils le souhaitent. Puis il invite les enfants à se remettre en cercle pour s'applaudir et se féliciter pour la séance du jour.

ATELIER 6

LES AS DE LA PAROLE

🕒 **Durée** : 1h

👤 **Âge** : 6 - 11 ans

👥 **Nombre** : 6 à 10 enfants

Présentation

Ce sixième atelier permet de travailler la **communication efficace** qui consiste à s'exprimer clairement, à écouter l'autre avec attention et à faire en sorte d'être compris.

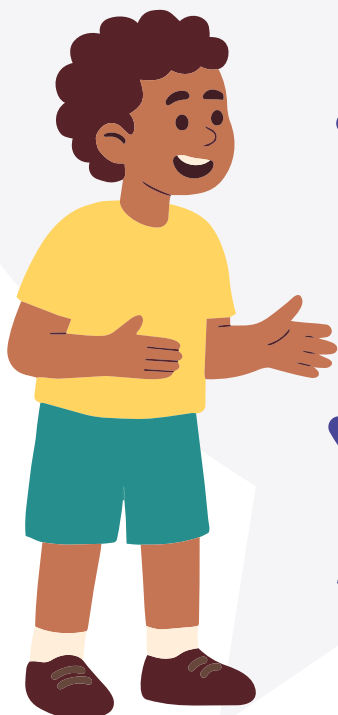
Elle s'accompagne d'une réelle **capacité d'écoute empathique**, qui permet d'accueillir les messages des autres tout en respectant leur parole et leurs émotions. Il est également important de **savoir demander de l'aide**

lorsque la situation l'exige. La **capacité d'assertivité**, qui inclut la possibilité d'exprimer une opinion, de dire non ou de formuler un besoin ou une limite de manière adaptée, constitue un autre élément essentiel.

Enfin, la **régulation du stress** au quotidien permet d'apprendre à s'apaiser pour pouvoir communiquer calmement, même dans des situations tendues.

Objectifs pédagogiques de la séance

→ Mettre en mots ses propres émotions de façon adaptée et constructive



Compétences psychosociales travaillées

- ✔ Communiquer efficacement
- ✔ Écouter de manière empathique
- ✔ Savoir demander de l'aide
- ✔ Faire preuve d'assertivité et de refus
- ✔ Réguler son stress





Matériel à prévoir

- Balle légère en mousse
- Pâte à fixer
- Petits cartons « prénom » individuel pour chaque enfant et adulte participant
- Ordinateur et vidéoprojecteur



Ressources en outils du livret ou à emprunter au sein d'une antenne de Promotion Santé BFC

- Pochette Kit'Suit** (outil 3)
- Feuille « **Top/Pas top du groupe** » (outil 2)
- Feuille A3 « **Météo de l'humeur** » (outil 4)
- Fiche activité « **Les Cartes qui parlent** » (outil 14)
- Fiche activité « **Dessin caché** » (outil 15)
- Fiche astuce « **Le Message-Je** », inspiré du livre « **75 trucs et activités pour prévenir l'intimidation et encourager l'affirmation de soi** » (outil 16)
- Fiche activité – « **Le Message-Je** » (outil 17)
- Livret « Ponty Claude, Salmona Dre Muriel, Fall Sokhna. **Quand on te fait du mal**. Bourg-la-Reine : Mémoire traumatique et victimologie, 2022, 28 p. En ligne : https://www.memoiretraumatique.org/assets/files/v1/Documents-pdf/2022-quand-on-te-fait-du-mal_ponti-memoire-traumatique-hdweb.pdf » ou un autre ouvrage en fonction de ce qui est travaillé. Il est aussi possible de projeter la version vidéo de ce livret (à partir de 2 min 30 min) pour le présenter aux enfants, accessible en ligne : <https://www.youtube.com/watch?v=-uJ4lrHrRG0>. Dans ce cas, il faudra aussi un ordinateur.



Étape 1 : Accueil

🕒 **Durée :** 2 min

Objectifs :

- Ritualiser le retour à soi et aux autres
- Éveiller la curiosité des enfants

Description :

L'animateur dit bonjour, il invite les enfants à former une ronde tous ensemble. Il explique aux enfants qu'ils continuent le cycle des 7 ateliers et que lors de ce sixième atelier, ils vont apprendre à mieux communiquer et découvrir des astuces pour mieux s'exprimer.

Modalité - support :

- Fiche « **Des idées pour le dire : atelier n°6** » (outil 21)

Technique :

- Jeu de la ronde

Étape 2 : Introduction

🕒 **Durée :** 5 min

Objectifs :

- Mettre en place un rituel de retour à soi/aux autres
- Réactiver la mémoire de la séance précédente

Description :

Les enfants restent en cercle.

L'animateur explique que l'activité sert à se rappeler ce qui a été fait la fois précédente et qu'on ne parle que lorsqu'on tient la balle.

Il explique qu'il va lancer la balle à un enfant, choisi au hasard. L'enfant qui reçoit la balle raconte ses souvenirs de la fois précédente, puis lance la balle à un autre enfant qui fait la même chose.

Précision : chaque enfant peut prendre un temps de réflexion avant de répondre.

À la fin, l'animateur reprend la balle, complète si nécessaire et clôture l'activité « **rappel** ». L'animateur rappelle les règles et le cadre de l'atelier.

Modalités - supports :

- Balle légère en mousse
- Le « **Top/Pas Top du groupe** » est affiché

Technique :

- Ballon de la rencontre

Étape 3 : Expression de son humeur

🕒 **Durée :** 3 min

Objectif :

- Exprimer positivement ses émotions – Rituel

Technique :

- Météo de l'humeur

Description :

L'animateur invite chaque enfant à venir coller sa carte-prénom avec de la Patafix® sur l'émotion de la feuille **Météo de l'humeur** qui correspond à ce qu'il ressent aujourd'hui.

Modalités - supports :

- Feuille A3 « **Météo de l'humeur** » à afficher au mur
- Pâte à fixer (Patafix®)
- Petits cartons « **Prénom** »



Étape 4 : Exploration et échanges sur la communication

Durée : 10 min

Objectif :

- Faire émerger les représentations des enfants autour de la communication

Modalité – support :

- Fiche activité « **Les cartes qui parlent** ».

Technique :

- Les cartes qui parlent

Description :

L'animateur demande aux enfants de se mettre face à lui.

Il distribue aux enfants les cartes découpées de la fiche activité « **Les cartes qui parlent** ».

Chaque carte représente un style de communication.

En se référant au **tableau des phrases de la fiche activité « Les cartes qui parlent »**, l'animateur fait deviner aux enfants ce qu'il veut dire et le style qu'il utilise pour exprimer ce qu'il veut. L'animateur va utiliser les 7 styles de communication tout à tour pour faire deviner aux enfants les 7 phrases correspondantes.

L'enfant qui pense avoir trouvé le moyen de communication utilisé montre sa carte. À chaque bonne réponse, l'animateur donne des explications sur ce style de communication et demande aux enfants s'ils l'ont déjà utilisé et dans quelle situation.

Étape 6 : Expérimentation de la communication

Durée : 20 min

Objectifs :

- Partager et échanger autour des situations
- Repérer de nouvelles façons de s'exprimer

Techniques :

- Le dessin caché
- Le message « je »

Modalités – supports :

- Fiche activité « **Dessin caché** ».
- Fiche astuce « **Le Message-Je** », en A3 à afficher au mur.
- Fiche astuce « **Le Message-Je** », en A4, un exemplaire pour chaque enfant.
- **Pochette Kit'Suit**
- Fiche activité « **le Message-Je** », un exemplaire pour l'animateur et un exemplaire pour chaque enfant.

Description :

L'animateur affiche au mur des dessins (autant de dessins que d'enfants) de la fiche activité « **dessin caché** ». Ces dessins représentent des formes simples.

L'animateur demande à un enfant volontaire de tirer un dessin au hasard et de le garder caché. Puis l'enfant fait deviner le dessin à l'ensemble du groupe en décrivant uniquement les formes géométriques (rond, ligne droite, carré...) et leur positionnement sur le dessin. Le groupe doit deviner de quelle image il s'agit.

Si besoin, l'animateur propose une aide aux enfants avec des propositions de formes et d'emplacements géographiques (cf. « aide pour les enfants » dans la fiche activité).

L'animateur explique aux enfants ce qu'est « **le Message - Je** » à l'aide de la fiche astuce en format A3. Puis, il remet à chaque enfant un exemplaire de la fiche pour leur **Pochette Kit'Suit**.

L'animateur propose ensuite aux enfants d'exprimer une demande claire en utilisant cette méthode de communication dans les différentes situations de la fiche activité « Le message - Je ». L'animateur remet également un exemplaire de cette fiche activité à chaque enfant pour qu'ils s'exercent par la suite chacun de leur côté.



Étape 7 : Partage et appropriation

🕒 **Durée :** 10 min

Objectif :

- Transférer dans le cadre de la vie quotidienne

Techniques :

- Histoire de fin
- Débriefing

Description :

L'animateur lit le livret pédagogique « **Quand on te fait du mal** ».

Il est aussi possible de projeter la version vidéo de ce livret avec un ordinateur.

Il invite les enfants à poser des questions ou à réagir s'ils en ressentent le besoin.

L'animateur questionne les enfants sur leur vécu de l'atelier, il les encourage à exprimer leurs ressentis, en quoi cette expérience a été différente de ce qu'ils vivent habituellement et ce qu'ils retiennent d'utile, pour eux dans leur vie quotidienne.

Modalités – supports :

- Livret : « **Quand on te fait du mal** », ou un autre ouvrage en fonction de ce qui est travaillé.
- Fiche « **Le débriefing : les étapes clés** ».

Étape 7 : Clôture de l'atelier

🕒 **Durée :** 5 min

Objectif :

- Favoriser le retour à soi par un rituel et signifier la fin de l'atelier

Description :

L'animateur propose aux enfants d'aller modifier ou non sa « **Météo de l'humeur** » en remplaçant son émotion par une autre s'ils le souhaitent. Puis il invite les enfants à se remettre en cercle pour s'applaudir et se féliciter pour la séance du jour.

Modalités – supports :

- Feuille A3 « **Météo de l'humeur** » à afficher au mur
- Pâte à fixer (Patafix®)
- Petits cartons « **Prénom** »

Technique :

- « À bientôt »



ATELIER 7

LES MOTS BOUCLIERS

🕒 **Durée** : 1h

👤 **Âge** : 6 - 11 ans

👥 **Nombre** : 6 à 10 enfants

Présentation

Ce septième atelier porte sur le développement de **l'assertivité et de la capacité de refus**, afin de permettre à chacun de dire ce qu'il pense, **d'exprimer un refus** ou **de poser une limite** sans agressivité, tout en maintenant le respect de soi et d'autrui. Pour pouvoir répondre de manière affirmée et adaptée face à un comportement problématique, il est nécessaire d'apprendre et de s'approprier différentes techniques, de façon à les mobiliser judicieusement selon le contexte.

Cette compétence s'inscrit plus largement dans **une communication efficace**, qui implique de savoir utiliser son corps, sa voix

et son regard pour transmettre un message clair et cohérent. **L'expression verbale et non verbale** devient alors un levier essentiel pour **affirmer ses besoins** et se positionner sereinement.

Enfin, l'atelier aborde également la **résolution constructive des conflits**, c'est-à-dire la capacité à réagir de manière appropriée lorsque la situation devient inconfortable ou perçue comme injuste. Développer cette compétence permet de transformer les tensions en communiquant, en recherchant des solutions respectueuses et adaptées pour chacun.

Objectifs pédagogiques de la séance

→ Être capable d'exprimer un refus en se respectant et en respectant l'autre



Compétences psychosociales travaillées

- ✓ Faire preuve d'assertivité et de refus
- ✓ Communiquer efficacement
- ✓ Résoudre des conflits de façon constructive





Matériel à prévoir

- Balle légère en mousse
- Pâte à fixer
- Petits cartons « prénom » individuel pour chaque enfant et adulte participant
- 1 grand feutre qui fera office de « baguette magique »



Ressources en outils du livret ou à emprunter au sein d'une antenne de Promotion Santé BFC

- Pochette **Kit'Suit** (outil 3)
- Feuille « **Top/Pas top du groupe** » (outil 2)
- Feuille A3 « **Météo de l'humeur** » (outil 4)
- Livre : « de Saint Mars Dominique, Bloch Serge. **Le petit livre pour apprendre à dire non !** Paris : Bayard Poche / Astrapi, 2016, 35 p. »
- Fiche Activité « **Comme-ci ou Comme-ça** », inspirée du livre « **75 trucs & activités pour prévenir l'intimidation et encourager l'affirmation de soi.** » Doyon Nancy. Paris : Midi Trente, 2023, 142 p. (outil 18)
- Fiche Astuce « **Méthode 1-2-3** », et Fiche activité « **Méthode 1-2-3** », inspirées du livre Doyon Nancy. « **75 trucs & activités pour prévenir l'intimidation et encourager l'affirmation de soi.** » Paris : Midi Trente, 2023, 142 p. (outil 19 et 20)



Étape 1 : Accueil

🕒 **Durée :** 2 min

Objectifs :

- Ritualiser le retour à soi et aux autres
- Éveiller la curiosité des enfants

Description :

L'animateur dit bonjour, il invite les enfants à former une ronde tous ensemble. Il explique aux enfants qu'ils terminent aujourd'hui le cycle des 7 ateliers, et que lors de ce septième atelier, ils vont apprendre à exprimer leur refus et à se protéger avec des mots justes et adaptés.

Modalité - support :

- Fiche « **Des idées pour le dire :** atelier n° 7 » (outil 21)

Technique :

- Jeu de la ronde

Étape 2 : Introduction

🕒 **Durée :** 5 min

Objectifs :

- Mettre en place un rituel de retour à soi/aux autres
- Réactiver la mémoire de la séance précédente

Description :

Les enfants restent en cercle. L'animateur explique que l'activité sert à se rappeler ce qui a été fait la fois précédente et qu'on ne parle que lorsqu'on tient la balle. Il explique qu'il va lancer la balle à un enfant, choisi au hasard. L'enfant qui reçoit la balle raconte ses souvenirs de la fois précédente, puis lance la balle à un autre enfant qui fait la même chose.
Précision : chaque enfant peut prendre un temps de réflexion avant de répondre.
À la fin, l'animateur reprend la balle, complète si nécessaire et clôture l'activité « **rappel** ». L'animateur rappelle les règles et le cadre de l'atelier.

Modalités - supports :

- Balle légère en mousse
- Le « **Top/Pas Top du groupe** » est affiché

Technique :

- Ballon de la rencontre

Étape 3 : Expression de son humeur

🕒 **Durée :** 3 min

Objectif :

- Exprimer positivement ses émotions – Rituel

Technique :

- Météo de l'humeur

Description :

L'animateur invite chaque enfant à venir coller sa carte-prénom avec de la Patafix® sur l'émotion de la feuille **Météo de l'humeur** qui correspond à ce qu'il ressent aujourd'hui.

Modalités - supports :

- Feuille A3 « **Météo de l'humeur** » à afficher au mur
- Pâte à fixer (Patafix®)
- Petits cartons « **Prénom** »



Étape 4 : Exploration et échanges sur le « NON »

 **Durée :** 15 min

Objectif :

- Faire émerger les représentations des enfants autour du « non »

Description :

L'animateur lit à voix haute les pages 9 à 27 du livre « **Le petit livre pour apprendre à dire non !** » Il invite les enfants à poser des questions s'ils ont besoin d'explications ou envie de réagir.

À la fin de la lecture, il questionne les enfants sur :

- Ce qu'ils ont pensé de ce livre
- Comment et à quoi ils peuvent dire « non » ?
- Si c'est facile ou difficile de dire « non » ?

Modalité – support :

- Livre : « **Le petit livre pour apprendre à dire non !** ».

Technique :

- Lecture du livre « **Le petit livre pour apprendre à dire non !** »

Étape 5 : Expérimentation de l'assertivité

 **Durée :** 20 min

Objectifs :

- Partager et échanger autour de l'expression corporelle de l'assertivité
- Repérer comment dire « non »

Techniques :

- Comme-ci ou Comme-ça
- Méthode 1-2-3

Modalités – supports :

- Fiche activité « **Comme-ci ou Comme-ça** ».
- Fiche astuce « **Méthode 1-2-3** » en A3.
- Fiches astuce « **Méthode 1-2-3** » en A4, pour la remettre à chaque enfant.
- **Pochette Kit'Suit**
- Fiche activité « **Méthodes 1-2-3** », un exemplaire pour l'animateur, et un exemplaire pour chaque enfant.

Description :

L'animateur propose aux enfants de se mettre debout et leur demande de marcher suivant les consignes qu'il leur donne à partir de la **colonne « comme-ci »** ou de la **colonne « comme-ça »** de la fiche activité « **Comme-ci ou Comme-ça** ».

Par exemple, pour la **colonne « Comme-ci »**, l'animateur demande aux enfants de marcher avec les épaules voutées et la tête basse. Au bout de quelques instants, il demande aux enfants de se comporter de la manière complètement opposée. Il ne donne pas d'indication aux enfants sur le comportement opposé. Il les laisse réfléchir et agir. Une fois la marche réalisée, l'animateur invite les enfants à exprimer leur ressenti et quelle est, selon eux, la marche la plus affirmée, celle qui montre le plus d'assurance.

L'animateur explique la Méthode 1-2-3 à l'aide de la **fiche astuce « Méthode 1-2-3 »** imprimée en A3.

Il remet à chaque enfant une **fiche astuce « Méthode 1-2-3 »** en format A4 à ranger dans leur **Pochette Kit'Suit**.

Ensuite, chaque enfant pioche une situation à résoudre (préalablement découpée dans la fiche activité « **Méthode 1-2-3** ») et tente d'y répondre à l'aide de la Méthode 1-2-3.



Étape 6 : Partage et appropriation

🕒 **Durée :** 5 min

Objectif :

→ Transférer dans le cadre de la vie quotidienne

Description :

L'animateur questionne les enfants sur leur vécu de l'atelier, il les encourage à mettre en mots leurs ressentis, en quoi cette expérience a été différente de ce qu'ils vivent habituellement et ce qu'ils retiennent d'utile, pour eux dans leur vie quotidienne.

Modalité – support :

→ Fiche « **Le débriefing : les étapes clés** ».

Technique :

→ Débriefing

Étape 7 : Bilan du cycle d'ateliers

🕒 **Durée :** 15 min

Objectif :

→ Porter un regard critique sur le cycle des 7 ateliers

Description :

L'animateur montre aux enfants un feutre et leur demande d'imaginer que ce feutre est une baguette magique.

Il invite les enfants, chacun leur tour, à répondre à ces 3 questions :

- « *Est-ce que j'ai aimé les ateliers ? Pourquoi ?* »
- « *Si je pouvais faire disparaître quelque chose des ateliers que je n'ai pas aimé, ça serait quoi ?* »
- « *Si je devais garder quelque chose pour toujours des ateliers, grâce à ma baguette magique, qu'est-ce que ça serait ?* »

Modalité – support :

→ Un grand feutre

Technique :

→ « La baguette magique ».

Étape 8 : Clôture de l'atelier

🕒 **Durée :** 5 min

Objectif :

→ Favoriser le retour à soi par un rituel et signifier la fin de l'atelier

Description :

L'animateur propose aux enfants d'aller modifier ou non sa « **Météo de l'humeur** » en remplaçant son émotion par une autre s'il le souhaite. Puis il invite les enfants à se remettre en cercle pour s'applaudir et se féliciter pour tous les apprentissages des ateliers.

Modalités – supports :

→ Feuille A3 « **Météo de l'humeur** » à afficher au mur

→ Pâte à fixer (Patafix®)

→ Petits cartons « **Prénom** »

Technique :

→ « À bientôt »

