



Zoom sur le monde intérieur

## LES CONTEXTES D'UTILISATION DU PROGRAMME À LA DÉCOUVERTE DE SOI

En raison de sa grande polyvalence, le programme peut être utilisé dans divers contextes selon les besoins de l'enfant.

- **Au plan scolaire**

Le programme peut être appliqué au niveau de l'école, d'un cycle, de la classe ou pour un élève. Dans ces situations, il peut être mis à profit de différentes façons.

- Comme support à la gestion de la classe  
D'une part, la principale tâche de l'enseignant est de gérer l'apprentissage pour que les élèves apprennent et réussissent dans un climat de classe favorable à leur développement global. Pour ce faire, l'enseignant doit gérer ce qui va au-delà des matières scolaires c'est-à-dire le comportement, l'affectif, les relations, le potentiel, les problèmes afin que les élèves soient disponibles aux apprentissages. D'autre part, dans le but de faire des choix éclairés pour leur réussite scolaire et personnelle, les élèves doivent réaliser des apprentissages non seulement dans les matières scolaires, mais aussi dans l'autogestion de leur vie. En effet, ils doivent apprendre à gérer leur comportement, leurs émotions et travailler leur estime de soi. En ce sens, le programme *À la découverte de soi*, par le biais d'outils pertinents, répond à ces besoins sociaux et affectifs de la personne.
- Comme moyen de prévention ou correction de comportements dérangeants  
Le programme est davantage axé sur le côté **préventif** des problématiques pouvant être vécues par les enfants, tout en permettant une approche **corrective** par rapport à une problématique particulière. Ainsi, pour éviter certains problèmes potentiels, des apprentissages fondamentaux sont à réaliser par les enfants comme le démontre le tableau suivant.

## Apprentissages des élèves sur la connaissance de soi

Apprentissages à réaliser pour...	Outils développés	Problèmes potentiels
Gérer les émotions et s'autocontrôler	<ul style="list-style-type: none"> <li>Continent Émotif</li> <li>OC: l'autocontrôle</li> </ul>	Agressivité, conflits, crise, impulsivité, immaturité
Connaître son potentiel	<ul style="list-style-type: none"> <li>Continent Unique</li> </ul>	Faible estime de soi, manque de confiance en soi, d'affirmation de soi, dévalorisation
Être attentif et concentré	<ul style="list-style-type: none"> <li>OC: l'attention et la concentration</li> </ul>	Manque d'attention et de concentration
Développer des habiletés sociales et résoudre des conflits	<ul style="list-style-type: none"> <li>Continent Unique (pays des Liens)</li> <li>OC: les habiletés sociales</li> </ul>	Relations non harmonieuses, conflits, impulsivité, rejet, intimidation
Faire des choix constructifs dans le sens de la réussite scolaire	<ul style="list-style-type: none"> <li>Continent Logique</li> <li>Continent Indique</li> </ul>	Manque d'effort, de persévérance, d'organisation, manque d'autonomie
Augmenter la motivation	<ul style="list-style-type: none"> <li>Continent Logique</li> <li>OC: la motivation</li> </ul>	Manque de motivation, passivité
Respecter les besoins du corps	<ul style="list-style-type: none"> <li>Continent Biologique</li> </ul>	Incapacité à se détendre, non-acceptation de son corps, problème de poids, sédentarité
Résoudre des problèmes	<ul style="list-style-type: none"> <li>Continent Indique</li> </ul>	Tous les problèmes ci-haut mentionnés.

### OC : Outils Complémentaires

- Pour le développement des compétences sociales et émotionnelles

Le tableau suivant montre que de multiples activités du programme *À la découverte de soi* permettent de développer l'ensemble des compétences sociales et émotionnelles telles que mentionnées dans le CASEL (2012). De façon plus précise, les activités présentes dans chaque continent sont associées à des compétences particulières.

Les composantes de la personne	Activités disponibles dans les continents intérieurs du programme éducatif	Les compétences sociales et émotionnelles selon le CASEL (2012)*
Le corps	Continent Biologique	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conscience de soi</li> <li>• Autogestion</li> </ul>
Les émotions	Continent Émotif OC : Autocontrôle	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conscience de soi</li> <li>• Autogestion</li> <li>• Conscience sociale</li> </ul>
L'être	Continent Unique OC : Les habiletés sociales	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conscience de soi</li> <li>• Habiletés relationnelles</li> <li>• Conscience sociale</li> </ul>
La tête	Continent Logique OC : l'attention-concentration OC : la motivation	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conscience de soi</li> <li>• Prise de décision responsable</li> </ul>
Le guide intérieur	Continent Indique	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conscience de soi</li> <li>• Prise de décision responsable</li> </ul>

#### OC : Outils Complémentaires

\*CASEL : Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (2012). *The 2013 CASEL guide: Effective social and emotional learning programs - Preschool and elementary school edition*, Chicago, KSA-Plus Communications, 75 p.

- Comme support aux intervenants scolaires.  
Les intervenants scolaires peuvent utiliser le programme éducatif comme moyen de prévention ou correction de comportements dérangeants et pour le développement des compétences sociales et émotionnelles.
- **Au plan familial**  
Les parents ou les grands-parents peuvent à l'aide d'activités du programme :
  - créer un moment d'intimité avec l'enfant en s'appropriant le contenu des histoires.
  - partager plus en profondeur avec l'enfant les notions de l'histoire en faisant, à leur rythme et selon les disponibilités de la famille, les activités prévues au programme dans les outils. Ces moments privilégiés constituent des temps d'échanges, de partage et favorisent les liens d'attachement.
  - voir une partie du programme selon les difficultés de l'enfant (attention-concentration, motivation, gestion des émotions, estime de soi).

- **Au plan communautaire**

Un éducateur, intéressé à offrir des activités du programme, forme un groupe d'enfants et les guide selon deux modalités :

- *Par thèmes* : le programme est vu à partir d'un thème donné selon les besoins des enfants. Le nombre d'heures et de rencontres varie selon le thème. Les thèmes vus sont la gestion des émotions, la découverte des richesses, les besoins du corps, les choix constructifs, la résolution de problème, le développement des habiletés sociales, l'affirmation de soi, la motivation, l'attention et la concentration et l'autocontrôle.
- *Par parcours* : le programme est vu en totalité et est échelonné sur quatre parcours en deux ans (70 heures). Chaque parcours comporte des rencontres de 2.5 heures qui peuvent avoir lieu toutes les deux semaines.

- **Au plan social**

- Un intervenant social peut voir en partie le programme, selon les besoins des enfants qu'il accompagne.

