

# Pourquoi favoriser l'estime de soi ?

\* De nombreuses études démontrent **lien étroit** entre une **faible estime de soi** et l'échec, le décrochage scolaire

\* Ecole = lieu **d'éducation** dans lequel se retrouvent tous les enfants **pour apprendre ensemble et vivre ensemble**

\* Estime de soi = doit **s'intégrer à toute pratique pédagogique** pour être en **capacité d'apprendre** à écouter et à parler dans le respect de l'autre, pour trouver du **sens** à ce qui est proposé et en le mettant **en lien** avec ce que l'on sait déjà.  
→ Nécessite une bonne **connaissance** de son **identité**.



## ✓ LA CONFIANCE ET LA SECURITE

Je me sens **protégé**  
J'**accepte** le contact physique et visuel  
J'apprends à **observer**  
J'**accepte d'attendre**  
Je sais que je **peux être aidé**  
Je sais que je **peux demander** de l'aide  
**J'ose**

## ✓ LA CONNAISSANCE DE SOI :

Je suis **unique**  
Je **connais** la personne que je suis  
Je sais d'**où** je viens  
Je m'**affirme**  
J'éprouve **du plaisir**, de la **fierté**  
Je repère, j'identifie et j'**exprime mes émotions**

*Les principales  
composantes de  
l'estime de soi*

## ✓ L'APPARTENANCE A UN GROUPE

J'ai besoin d'être **reconnu** par les autres  
Je tiens **compte** des autres  
Je **peux compter** sur les autres  
Je **respecte** les autres  
**J'écoute**  
Je **partage**  
Je **coopère**  
Je **communique**  
J'éprouve de l'**empathie**

## ✓ LA REUSSITE

J'ai le droit d'**essayer** et de **réessayer**  
J'identifie mes **erreurs** et mes **réussites**  
J'ai le **droit de me tromper**  
Je deviens **autonome**  
Je développe ma **créativité**  
J'avance à **mon rythme**  
Je **comprends** ce que je viens faire à l'école

## LE RESPECT INCONDITIONNEL DE LA PERSONNE DE L'ÉLÈVE

- Se regarder
  - Se reconnaître
  - S'apprécier
  - Penser en positif
  - Accepter les différences, ne pas se moquer
  - Droit de rire, de faire rire, de rire avec les autres
  - Accepter le reflet de soi-même
  - Oser
- *Importance de l'accueil,*
  - *du premier contact ; repenser l'accueil régulièrement*

## DEVELOPPER DES STRATEGIES ET DES ACTIVITES D'INCLUSION

= créer un climat d'appartenance et de construction de son identité par la découverte régulière de l'autre

- Découvrir l'autre
- Construire des liens
- Se construire avec eux
- Expérimenter son empathie
  - S'affirmer
  - Partager
  - Coopérer
- Prendre du plaisir

**Comment travailler l'estime de soi dans ses pratiques de classe?  
quelques pistes de réflexion**

## RECONNAÎTRE LES EMOTIONS COMME PART ENTIÈRE DE SON IDENTITÉ

- Nécessité de travailler par le corps
- Par les Arts, par la photographie...

## APPRENDRE A FAIRE DES CHOIX

- Faire des choix parmi d'autres qui font aussi leur choix personnel
  - Droit de se tromper
  - Droit d'essayer
  - Droit de faire plaisir ...

## CHANGER DE POSTURE DE L'ENSEIGNANT POUR ENTRAÎNER UNE AUTRE POSTURE DE L'APPRENANT qui soit

- autonome
  - responsable
  - active et solidaire
- Pour coopérer
  - Pour son bien-être
  - Pour apprendre avec les autres