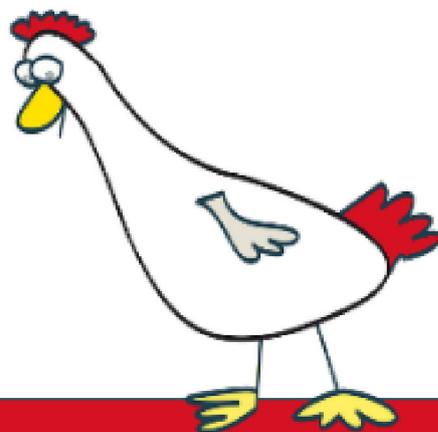




CPAS
CHARLEROI
PRÉVENTION
& SANTÉ MENTALE



LA COCOTTE À PAPOTTE

Outil développé par l'équipe Prévention et Promotion de la Santé
de la Direction Prévention, Santé Mentale et Urgence sociale
du CPAS de Charleroi

EDITEUR RESPONSABLE : OLIVIER JUSNIAUX, 13, BLD JOSEPH II, 6000 CHARLEROI



CPAS
CHARLEROI

Avec le soutien de la Wallonie



Infos sur <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/fr/>

Concept :

- ◆ Cette cocotte s'inspire d'exercices bien connus en matière d'estime de soi qui sont le blason et le portrait chinois.
- ◆ La différence fondamentale réside dans le fait qu'il s'agit d'une cocotte en papier et qu'il est ainsi facile d'en faire une activité collective ludique et aléatoire.
- ◆ Cette activité a été conçue sur base de la théorie de Germain DUCLOS sur les composantes de l'estime de soi.

Objectif :

Faire émerger individuellement et aléatoirement du groupe des éléments de connaissance de soi, d'appartenance au groupe et de compétence/réussite qui peuvent être renforcés par le regard que les participants se portent mutuellement.

Public cible :

Tous les professionnels de l'action psychosocioéducative (enseignants, assistants sociaux, psychologues, éducateurs, ...) qui souhaitent travailler le renforcement de l'estime de soi et des compétences psychosociales (travail social individuel et/ou de groupe).

Public final :

Enfants à partir de 7-8 ans.

Matériel/contenu :

✓ Une cocotte en papier version PDF à imprimer en couleur (idéalement en A3) à plier et à découper.

→ couper la moitié des « triangles-questions » une fois la cocotte terminée pour ne révéler qu'une question lors du dépliage.

→ 8 « Triangles-questions » :

- ✓ Raconte ton dernier petit bonheur.
- ✓ Parle-nous d'une personne importante.
- ✓ Raconte-nous ton plus grand rêve.
- ✓ Raconte-nous ton plus grand fou-rire.
- ✓ Parle-nous de quelque-chose que tu aimes.
- ✓ Raconte-nous un souvenir important.
- ✓ Pour devenir mon ami(e), il faut...
- ✓ Parle-nous de ce que tu sais bien faire.



CPAS
CHARLEROI

Avec le soutien de la Wallonie



Infos sur <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/fr/>

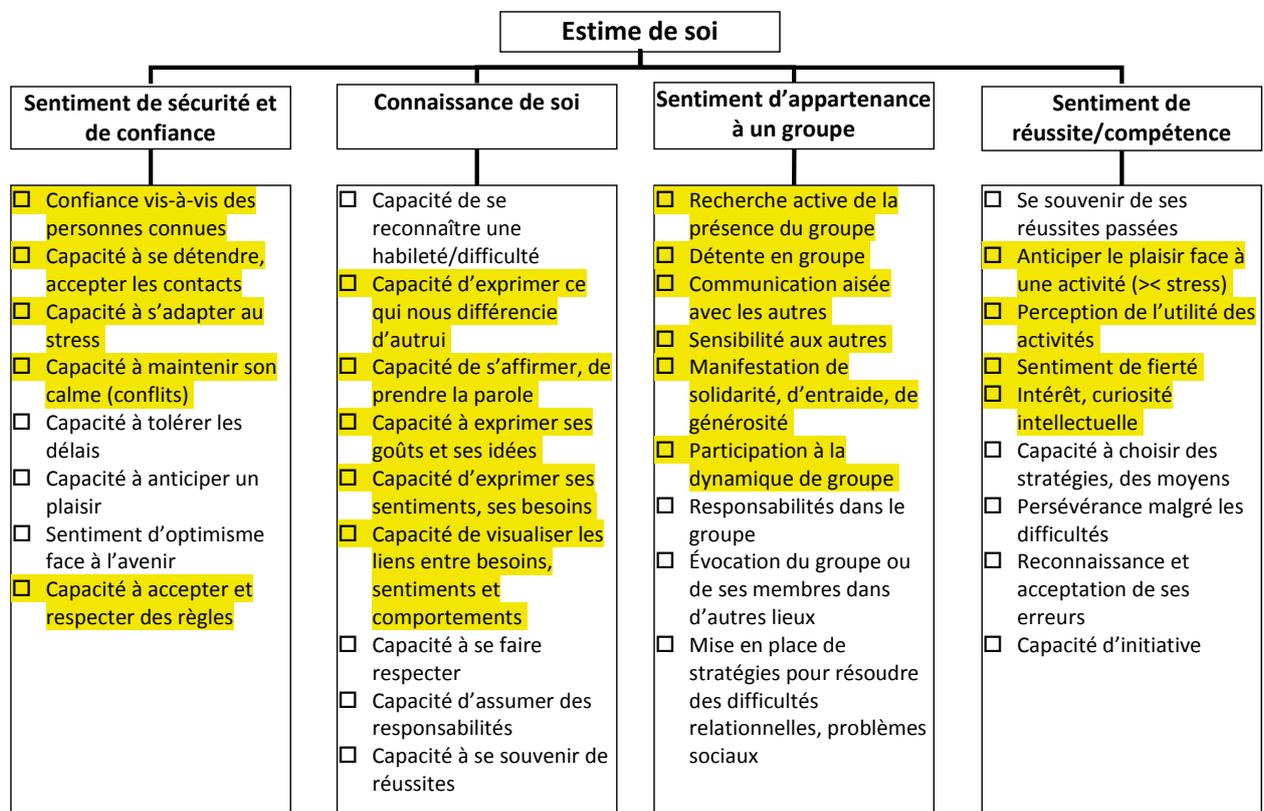
Conseils d'utilisation :

- ◆ Le groupe doit se connaître suffisamment avant de mettre en place cette activité (certaines questions demandent que les enfants se sentent en confiance pour oser répondre).
- ◆ Pour commencer, l'enfant qui joue dit un chiffre au hasard. L'enfant qui tient la cocotte déplie l'origami en fonction du nombre choisi. Une fois arrivé sur la cocotte ouverte, l'enfant choisit la puce de couleur qu'il souhaite et répond à la question cachée par-dessous. Et ainsi de suite, à tour de rôle...
- ◆ Veillez à ce que ce ne soit pas toujours le même enfant qui tient la cocotte mais bien le dernier à avoir répondu à une question.

Où se le procurer ?

- ◆ Auprès de l'équipe Prévention et Promotion de la Santé de la Direction Prévention, Santé Mentale et Urgence sociale du CPAS de Charleroi. pps@cpascharleroi.be
- ◆ A télécharger à l'adresse suivante : : www.cpascharleroi.be/fr/sante-mentale/pour-les-professionnels/promotion-de-la-sante/outils-en-promotion-de-la-sante

La Cocotte à papottes renforce les compétences de l'estime de soi suivantes :



SOURCES :

- ◆ Image de la poule : <https://pixabay.com/fr/poule-poulet-volaille-comique-2425165/> (image libre de droits).
- ◆ Tableau de l'estime de soi : Duclos G. (2004). L'estime de soi un passeport pour la vie. Montréal : Édition de l'Hôpital Sainte-Justine.



Cet outil pédagogique est protégé par les licences des Creative commons : <http://creativecommons.fr/licences/>

Attribution / Pas d'utilisation commerciale / Partage dans les mêmes conditions

