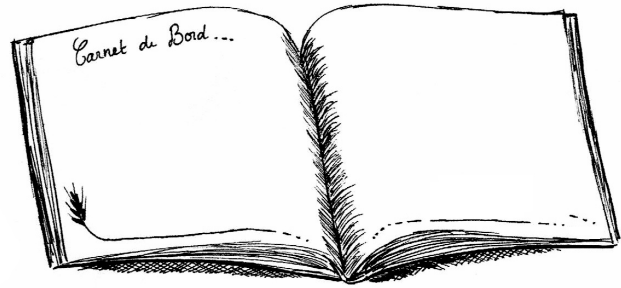


UN OBJECTIF, UN OUTIL

L'ESTIME DE SOI

Grâce au carnet de bord



Notre définition de l'estime de soi

L'estime de soi correspond à la valeur que nous nous accordons. L'estime de soi peut être personnelle ou collective (moi en tant que membre d'un groupe). Effectivement, si une classe ou un groupe de tranche d'âge par exemple jouit d'une perception positive, cela boostera la perception de l'enfant.

L'estime de soi à trois visages

L'amour de soi: il est inconditionnel, ne dépend pas des performances de la personne.
Pour le booster : donner et recevoir de l'amour

La confiance en soi: Est-ce que je me pense capable d'agir ?
Pour la booster : en réalisant moi-même des actes positifs et valorisants

La vision de soi: Toutes les connaissances que nous avons de nous-même.
Pour la booster : recevoir une vision positive

L'estime de soi se construit à partir de trois mécanismes :

Les influences interpersonnelles:

Ce que les autres pensent de moi, ce que j'imagine que les autres pensent de moi et le regard des autres sur des caractéristiques que je possède (genre, origine sociale, ethnique, caractéristiques physiques, ...)

L'observation que je fais de moi-même :

Le regard que je pose sur mes pensées ou mes actes.

La comparaison sociale :

Lorsque je n'ai pas de moyens objectifs pour savoir ce que je vaudrais, je me compare aux autres.



L'estime de soi est fondamentale dans le développement des enfants dans la mesure où elle détermine en partie leur pouvoir d'agir. Or, l'enjeu même de l'éducation auquel nous participons est de sans cesse développer le pouvoir d'agir des enfants.

Notre outil: le carnet de bord

L'outil que nous proposons dans ce journal permet un renforcement de l'estime de soi en intervenant sur les influences interpersonnelles.



Un carnet de bord est construit pour chaque enfant. Il s'agit d'un carnet personnel et individuel où figure plusieurs parties.

Pour chaque journée, un espace est dédié aux activités pratiquées par l'enfant, ce qu'il a réalisé dans cette activité et son appréciation de l'activité. Ce carnet est rempli par l'enfant.

Dans un fonctionnement idéal, un carnet est hebdomadaire.

L'acteur éducatif participe à ce récit construit par l'enfant durant la semaine en **annotant une scène où l'enfant a eu un comportement valorisant, altruiste ou de réussite.**

Ce carnet n'est pas un outil d'évaluation. Il ne s'agit pas de noter par exemple que l'enfant a été sage. Cela le ramènerait au fait qu'il ne l'est pas forcément.

Cela peut se traduire plutôt par « il a aidé un copain à faire ses lacets », « elle a élaboré une stratégie gagnante pour son équipe dans le cadre d'un jeu » ou encore « il a pu partager son goûter avec un copain qui n'en avait pas. » En fin de semaine, le carnet est rendu à l'enfant devant ses parents. Lors de cette restitution, l'acteur éducatif narre l'évènement qu'il a annoté.

Le carnet de bord est outil mémoriel pour l'enfant à multiples bénéfices. Ils enrichit le lien avec les familles. Il permet de conserver une trace. Il offre un support d'expression. Et grâce à ce récit de l'adulte, il valorise l'enfant dans des comportements positifs. Cela produit un double effet. Il aura tendance à les refaire. Et, il renforcera son estime de soi à partir de la valorisation de l'acteur éducatif.