



# Programme de Développement Affectif et Social

Ecole Elémentaire Canet Jean Jaurès/ Planning Familial

2013-2014

Cette année, les enfants de CM2 de l'école Canet Jean Jaurès ont continué à expérimenter le PRODAS comme ils le font depuis la Grande section de maternelle.

Nous avons réalisé ce document à partir de leurs descriptions et de leur avis.



## PRODAS, ça veut dire quoi au juste?

C'est un programme qui vient du Québec, ça veut dire **Programme de Développement Affectif et Social**, là bas ils en font tous les jours, nous on en a fait une fois par semaine. En PRODAS on développe **la conscience de soi** (connaître ses ressentis, les nommer, savoir si ils sont positifs ou négatifs), **la réalisation de soi** (c'est un peu comme **l'estime de soi**, le fait de savoir ce qu'on sait faire et les progrès qu'il reste à faire, se servir de ses capacités de façon positive et pas pour embêter les autres ou les rabaisser) et **l'interaction sociale** (c'est le fait de comprendre ce que les mots, les comportements des autres font chez nous et de comprendre ce que nos mots ou nos comportements font chez les autres)



## Cercle Magique? C'est quoi?

On y parle de **thèmes différents à chaque fois** (« un endroit où on se sent bien », « quelque chose qu'on voudrait faire plus tard »...), tous ceux qui veulent parler peuvent le faire mais personne n'est obligé. Dans le cercle on ne se coupe pas la parole et personne ne fait de commentaires sur les histoires, on ne se moque pas des autres, quand on rit, c'est ensemble. **Ces règles** nous aident à nous sentir en confiance et à pouvoir parler. Le maître ou la maîtresse est là aussi, participe comme nous, raconte ses histoires..

Mais il n'y a pas que le cercle, on fait aussi des **activités** comme « dire comment on se sent en jouant un animal, mimer les ressentis, faire des scénettes pour chercher ensemble des façons de résoudre les conflits... »

Ça sert à mieux se connaître, à avoir une bonne estime de soi, à être plus à l'écoute des autres, à mieux communiquer avec eux, à être plus autonome et responsable. Bref: ça aide à se sentir bien.



## Et ça vous plait?

Le plus souvent on aime participer, raconter nos histoires et écouter celles des autres. Parfois il y a certains thèmes qu'on trouve plus intéressants, qui nous inspirent plus ou sont plus joyeux. C'est un moment où la plupart d'entre nous se sentent bien.

Ce qui est vraiment désagréable c'est de devoir rester assis, quand il y en a certains qui ne respectent pas les règles du cercle, ou quand il y en a qui parlent trop doucement et qu'on n'entend rien. Certaines fois il y a des thèmes pas intéressants ou qui nous inspirent pas

Souvent on se rend compte qu'on s'est servi de ce qu'on a appris dans le cercle, même en dehors. On a mieux écouté, on ne s'est pas moqué, on arrive mieux à dire nos ressentis et ce qui nous gêne.

Certains animent des cercles en famille!



Merci!

« C'est quand même pas facile  
pour les enfants d'exprimer  
ce qu'ils ont sur le cœur ! »

Isia, 5 ans, 1<sup>ère</sup> année de PRODAS