



---

# **Programme Soft Skills**

## **Formation Enseignants**

**Support de Formation Complet**

---

Groupe Scolaire Sanaa

Public cible : Enseignants du primaire (6-11 ans)

Version 1.0 - Janvier 2025

**Programme Soft Skills - Grande Section Sanaa**

# Table des Matières

1.	Introduction au Programme	30 min
2.	Fondements Théoriques	1h
3.	Neurosciences du Développement Socio-Émotionnel	1h
4.	Les 4 Compétences du Programme	1h30
5.	Techniques d'Animation	1h30
6.	Gestion des Situations Difficiles	1h
7.	Évaluation Qualitative	45 min
8.	Mise en Pratique	45 min

## Annexes

- A. Ressources Complémentaires
- B. Fiches Pratiques
- C. Calendrier Type de Formation Continue
- D. Lexique



# LIVRET DU PARTICIPANT

## Formation Enseignants

- Année scolaire 2024-2025
- Document confidentiel - Usage interne
- Développer les compétences socio-emotionnelles de nos élèves\*

---

---

---

# 1. PRESENTATION DU PROGRAMME

## Notre Vision

Le programme Soft Skills de GS Sanaa vise a former des citoyens equilibres, capables de communiquer efficacement, de gerer leurs emotions, de faire preuve d'empathie et de cooperer harmonieusement avec les autres.

Notre conviction : **les competences socio-emotionnelles s'enseignent et se developpent des le plus jeune age**. En integrant ces apprentissages au coeur de notre projet educatif, nous preparamos nos eleves a reussir non seulement academiquement, mais aussi dans leur vie personnelle et sociale.

## Objectifs du Programme

1. Former des eleves emotionnellement intelligents capables de reconnaître et gerer leurs emotions
2. Developper des competences relationnelles solides pour une vie en societe harmonieuse
3. Ancrer ces apprentissages dans nos valeurs islamiques et marocaines
4. Outiller les enseignants avec des methodes pedagogiques adaptees

## Les 4 Competences Cles

Notre programme se concentre sur quatre competences fondamentales interconnectees :

Competence	Definition	Icone
Ecoute Active	Capacite a porter une attention complete a l'autre, a comprendre son message et a y repondre de maniere appropriee	Oreille
Gestion des Emotions	Capacite a identifier, comprendre et reguler ses propres emotions de maniere constructive	Coeur
Empathie	Capacite a se mettre a la place de l'autre, a comprendre ses sentiments et ses perspectives	Mains jointes
Cooperation	Capacite a travailler ensemble vers un objectif commun, en valorisant la contribution de chacun	Puzzle

## Structure en 3 Phases

Le programme s'articule autour de trois phases progressives adaptees au developpement de l'enfant :

### Phase 1 : FONDATIONS (CP-CE1)

- Objectif : Decouvrir et experimenter les bases des soft skills
- Activites ludiques et sensorielles

- Vocabulaire情绪nel de base
- Premières expériences de coopération
- Rituels simples et répétitifs

## Phase 2 : DEVELOPPEMENT (CE2-CM1)

- Objectif : Approfondir et pratiquer les compétences acquises
- Situations plus complexes
- Reflexion et analyse
- Transfert vers la vie quotidienne
- Autonomie croissante

## Phase 3 : LEADERSHIP (CM2-6ème)

- Objectif : Devenir acteur et mentor des soft skills
- Projets collectifs ambitieux
- Rôle de tuteur auprès des plus jeunes
- Auto-évaluation et fixation d'objectifs
- Intégration dans tous les domaines

## Calendrier Annuel Résumé

Periode	Competence Focus	Activites Clees
Sept-Oct	Ecoute Active	Rituels d'écoute, jeux d'attention
Nov-Dec	Gestion des Emotions	Roue des émotions, techniques de calme
Jan-Fev	Empathie	Jeux de rôles, perspectives multiples
Mars-Avril	Coopération	Projets de groupe, défis collectifs
Mai-Juin	Intégration	Projets transversaux, évaluation

- Fréquence recommandée : 1 à 2 séances de 45 minutes par semaine

## 2. CADRE THEORIQUE SIMPLIFIE

### Les Soft Skills en Bref

#### Qu'est-ce qu'une soft skill ?

Les **soft skills** (ou compétences douces) sont les compétences comportementales, relationnelles et émotionnelles qui permettent à une personne d'interagir efficacement avec les autres et de s'adapter à son environnement.

- Contrairement aux compétences académiques (**savoir lire, calculer, etc.**), les soft skills concernent le savoir-être plutôt que le savoir-faire technique.

#### Pourquoi les enseigner dans le primaire ?

- Le cerveau est malleable** : La plasticité cérébrale est maximale pendant l'enfance
- Les habitudes se forment tôt** : Les patterns émotionnels et relationnels s'ancrent dès le jeune âge
- Prévention des difficultés** : Un bon développement socio-émotionnel prévient les problèmes comportementaux
- Reussite scolaire** : Les élèves émotionnellement compétents apprennent mieux

#### Les 5 domaines de l'intelligence émotionnelle (Goleman)

- Conscience de soi** : Reconnaître ses émotions
- Maitrise de soi** : Gérer ses émotions
- Motivation** : Se fixer des objectifs et persévérer
- Empathie** : Comprendre les émotions des autres
- Aptitudes sociales** : Gérer les relations

### Valeurs Islamiques et Marocaines Associées

Notre programme s'enracine profondément dans les valeurs de notre patrimoine spirituel et culturel.

#### Tableau de Correspondance

Compétence	Valeur Islamique	Traduction	Application
Ecoute Active	Husn al-istimaa (حسن الاستماع)	L'excellence dans l'écoute	Ecouter avec respect et attention
	Sabr (الصبر)	La patience	Attendre son tour sans interrompre
	Amana (الأمانة)	La fidélité	Transmettre fidèlement ce qu'on entend
Gestion des Emotions	Al-Wa'i (الوعي)	La conscience de soi	Reconnaitre ses émotions

Competence	Valeur Islamique	Traduction	Application
	Hilm ( ███ )	La clemence	Maitriser sa colere
	Shukr ( ███ )	La gratitude	Reconnaitre les bienfaits
Empathie	Rahma ( ███ )	La misericorde	Avoir le coeur doux pour les autres
	Ihsan ( ███ )	L'excellence	Faire le bien aux autres
	Tawadu ( ███ )	L'humilité	Comprendre que les autres ont aussi leurs difficultes
Cooperation	T'a'awun ( ███ )	L'entraide	S'aider mutuellement
	Jamaâ ( ███ )	L'esprit de groupe	Travailler ensemble pour un objectif commun
	Insaf ( ███ )	L'équité	Reconnaitre la contribution de chacun

## Hadiths et Sagesses de Reference

*"Le croyant pour le croyant est comme un edifice dont les parties se soutiennent mutuellement." Hadith (Bukhari)*

*"N'est pas fort celui qui terrasse les gens, mais celui qui se maitrise quand il est en colere." Hadith (Bukhari)*

*"Nul d'entre vous n'est vraiment croyant tant qu'il n'aime pas pour son frere ce qu'il aime pour lui-meme." Hadith (Bukhari)*

*"Les misericordieux, Allah leur fait misericorde." Proverbe islamique*

## 3. MEMO PAR COMPETENCE

### 3.1 ECOUTE ACTIVE

#### Definition

L'ecoute active est la capacite a **porter une attention complete** a une personne qui parle, a **comprendre son message** au-delà des mots, et a **montrer a l'autre qu'on l'a entendu** par des reponses appropriees.

C'est ecouter avec ses oreilles, ses yeux ET son coeur.

#### Indicateurs Observables

L'eleve qui maitrise l'ecoute active :

Niveau	Comportements observables
Debutant	Regarde celui qui parle, reste silencieux
En developpement	Hoche la tete, attend son tour, ne coupe pas la parole
Acquis	Reformule ce qu'il a entendu, pose des questions pertinentes
Expert	Detecte les emotions derriere les mots, adapte sa reponse

#### 5 Activites Phares

1. **Le Telephone Arabe** - Transmettre un message fidelement en chaine
2. **Le Jeu du Silence** - Identifier les sons environnats les yeux fermes
3. **Le Journaliste en Herbe** - Interviewer un camarade et restituer son portrait
4. **Le Miroir Verbal** - Reformuler exactement ce que l'autre a dit
5. **L'Histoire a Plusieurs Voix** - Ecouter et continuer une histoire collective

#### Phrases Cles a Utiliser

- Pour modeliser :

*"Je t'ecoute avec mes oreilles et mon coeur."*

- Pour encourager :

*"J'ai vu que tu regardais Ahmed pendant qu'il parlait. C'est ca, bien ecouter !"*

- Pour corriger :

*"Attends, laisse Fatima finir sa phrase. Tu pourras parler ensuite."*

- Pour valider :

*"Est-ce que tu peux me redire ce que Karim vient d'expliquer ?"*

- Pour connecter aux valeurs :

*"Bien écouter, c'est un cadeau qu'on fait à l'autre. C'est Husn al-istimaa."*

## Erreurs Courantes à Éviter

Erreur	Consequence	Alternative
Faire semblant d'écouter	L'élève apprend l'hypocrisie	Modéliser une écoute authentique
Interrompre les élèves	Ils reproduiront ce comportement	Attendre systématiquement la fin des phrases
Écouter en faisant autre chose	Devalorisation du message	S'arrêter et établir le contact visuel
Reformuler à la place de l'élève	Dépendance à l'adulte	Poser des questions pour guider
Punir le non-écoute	Association négative	Transformer en jeu positif

## 3.2 GESTION DES EMOTIONS

### Definition

La gestion des émotions est la capacité à **identifier ce qu'on ressent**, à **comprendre pourquoi** on ressent cela, et à **choisir comment réagir** de manière constructive plutôt que de subir ses émotions.

Toutes les émotions sont légitimes ; c'est notre réaction qui peut être adaptée ou non.

### Indicateurs Observables

L'élève qui gère bien ses émotions :

Niveau	Comportements observables
Débutant	Nomme l'émotion qu'il ressent quand on lui demande
En développement	Identifie seul son émotion, utilise un outil de régulation
Acquis	Exprime son émotion avant de déborder, anticipe les situations difficiles
Expert	Aide les autres à nommer leurs émotions, adapte sa stratégie au contexte

## 5 Activités Phares

1. **La Roue des Emotions** - Identifier et nommer les 6 emotions de base
2. **Le Thermometre Emotionnel** - Evaluer l'intensite de ses emotions
3. **Mon Journal des Emotions** - Tenir un carnet quotidien de ses ressentis
4. **La Boite a Outils du Calme** - Decouvrir des techniques d'auto-regulation
5. **Le Theatre des Emotions** - Mimer et deviner les emotions

## Phrases Cles a Utiliser

- Pour accueillir :

*"Je vois que tu ressens quelque chose de fort. Tu peux me dire ce que c'est ?"*

- Pour valider :

*"C'est normal de se sentir en colere quand quelqu'un prend notre jouet."*

- Pour guider :

*"Tu es tres fache. Qu'est-ce qui pourrait t'aider a te calmer ?"*

- Pour responsabiliser :

*"Ton emotion est legitime. Comment tu choisis de reagir ?"*

- Pour connecter aux valeurs :

*"Le Prophete (paix sur lui) a dit que le fort est celui qui se maîtrise quand il est en colere."*

## Erreurs Courantes a Eviter

Erreur	Consequence	Alternative
"Ne pleure pas" / "Ce n'est rien"	L'enfant apprend a nier ses emotions	"Je vois que tu es triste"
"Tu n'as pas de raison d'avoir peur"	Invalidation du ressenti	"Qu'est-ce qui te fait peur exactement ?"
Punir l'expression de la colere	Repression emotionnelle	Accompagner vers l'expression adaptee
Ignorer les signaux d'alerte	Escalade emotionnelle	Intervenir tot, avant le debordement
Vouloir resoudre trop vite	L'enfant ne developpe pas ses strategies	Guider sans faire a sa place

## 3.3 EMPATHIE

### Definition

L'empathie est la capacité à **se mettre à la place de l'autre** pour comprendre ce qu'il ressent et ce qu'il vit, **sans jugement**, et à lui montrer qu'on comprend sa perspective.

C'est "mettre ses pieds dans les chaussures de quelqu'un d'autre" pour voir le monde avec ses yeux.

### Indicateurs Observables

L'élève empathique :

Niveau	Comportements observables
Debutant	Reconnait quand un camarade est triste ou content
En développement	Verbalise ce que l'autre pourrait ressentir
Acquis	Adapte son comportement aux besoins émotionnels de l'autre
Expert	Defend les perspectives différentes, inclut les exclus

### 5 Activités Phares

- 1. Dans Ses Chaussures** - Imaginer ce que ressent une personne dans diverses situations
- 2. Le Procès Equitable** - Défendre le point de vue de quelqu'un avec qui on n'est pas d'accord
- 3. Les Lunettes de l'Autre** - Décrire une situation du point de vue d'un autre personnage
- 4. Le Cercle de Partage** - Écouter et accueillir les expériences des autres
- 5. L'Ami Invisible** - Prendre soin d'un camarade de manière discrète

### Phrases Clés à Utiliser

- Pour stimuler :

*"Comment penses-tu que Youssef se sent en ce moment ?"*

- Pour élargir la perspective :

*"Et si tu étais à sa place, qu'est-ce que tu ressentirais ?"*

- Pour valoriser :

*"Tu as remarqué que Sara était triste et tu es allé la voir. C'est ça, l'empathie !"*

- Pour nuancer :

*"Même si tu n'es pas d'accord avec lui, tu peux comprendre pourquoi il a agi ainsi."*

- Pour connecter aux valeurs :

*"Avoir un coeur doux pour les autres, c'est Rahma, la misericorde."*

## Erreurs Courantes à Éviter

Erreur	Consequence	Alternative
"Mets-toi à sa place !" (en punition)	Association négative avec l'empathie	Utiliser le ton de la curiosité
Forcer à consoler	Fausse empathie, ressentiment	Suggerer, mais respecter le choix
Ne voir qu'un point de vue	Pensée binaire (bon/méchant)	Toujours présenter plusieurs perspectives
Confondre empathie et accord	Croire qu'empathie = approuver	"Comprendre ne veut pas dire être d'accord"
Comparer les souffrances	Invalidation ("c'est pire pour d'autres")	Chaque ressenti est unique et valide

## 3.4 COOPERATION

### Definition

La coopération est la capacité à **travailler avec les autres** vers un objectif commun, en **partageant les tâches**, en **communiquant efficacement** et en **valorisant la contribution de chacun**.

Ensemble, on va plus loin. "Seul, je suis une goutte. Ensemble, nous sommes un océan."

### Indicateurs Observables

L'élève coopératif :

Niveau	Comportements observables
Debutant	Accepte de travailler en groupe sans conflit
En développement	Partage le matériel, attend son tour, encourage
Acquis	Propose des idées, accepte celles des autres, trouve des compromis
Expert	Organise le travail, inclut tous les membres, célèbre les succès collectifs

## 5 Activités Phares

1. **Le Puzzle Géant** - Assembler un puzzle où chaque élève possède des pièces
2. **L'Escape Game de Classe** - Résoudre des énigmes nécessitant plusieurs compétences
3. **Le Projet Collectif** - Créer ensemble une œuvre ou un produit

4. **Le Relais des Defis** - Course ou chaque etape necessite un membre different

5. **La Construction Cooperative** - Batir une structure avec des roles definis

## Phrases Cles a Utiliser

- Pour encourager :

*"J'ai vu que tu as demande de l'aide a ton equipe. C'est intelligent de cooperer!"*

- Pour structurer :

*"Comment allez-vous repartir les taches pour que chacun contribue ?"*

- Pour recentrer :

*"Vous n'etes pas en competition. Vous etes une equipe."*

- Pour valoriser le collectif :

*"Regardez ce que vous avez reussi ENSEMBLE ! Aucun de vous n'aurait pu le faire seul."*

- Pour connecter aux valeurs :

*"La main de Dieu est avec le groupe. Ensemble, nous sommes benis."*

## Erreurs Courantes a Eviter

Erreur	Consequence	Alternative
Mettre en competition les groupes	Competitivite au lieu de cooperation	Objectifs communs, celeboration collective
Laisser un leader dominer	Exclusion des timides	Roles tournants obligatoires
Intervenir trop tot dans les conflits	Dependance a l'adulte	Donner des outils, observer
Evaluer individuellement un travail de groupe	Devalorisation du collectif	Evaluation du processus de groupe
Groupes toujours identiques	Zones de confort, clans	Varier les compositions

## 4. STRUCTURE D'UNE SEANCE TYPE

### Schema General (45 minutes)

Chaque seance suit une structure previsible qui securise les eleves et facilite l'apprentissage.

```

[ACCUEIL ET RITUEL] 5 min
|
v
[ACTIVITE PRINCIPALE] 30-35 min
|
v
[REFLEXION ET CLOTURE] 10 min
|
v
[TRANSITION] Vers la suite
    
```

### 1. Accueil et Rituel (5 minutes)

- Objectif : Creer un sas de transition, preparer les esprits
- Elements possibles :
- Exercice de respiration collective (3 respirations profondes)
- "Comment te sens-tu aujourd'hui ?" (thermometre ou roue)
- Rappel de la seance precedente
- Annonce du theme du jour de maniere engageante
- Petit jeu d'echauffement lie au theme
- Phrase type :

*"Bismillah. Aujourd'hui, nous allons explorer [theme]. Mais d'abord, prenons 3 grandes respirations ensemble..."*

### 2. Activite Principale (30-35 minutes)

- Objectif : Vivre une experience d'apprentissage active
- Structure recommandee :

Etape	Duree	Description
<b>Presentacion</b>	5 min	Expliquer l'activite, les regles, les objectifs
<b>Mise en pratique</b>	15-20 min	Les eleves font l'activite
<b>Variations</b>	5-10 min	Ajustements, defis supplementaires

- Principes cles :
- L'eleve est ACTEUR, pas spectateur
- L'erreur fait partie de l'apprentissage
- L'enseignant observe, guide, mais n'impose pas
- Valoriser le processus autant que le resultat

### 3. Reflexion et Cloture (10 minutes)

- Objectif : Ancrer les apprentissages, faire du sens
- Derolement :

Etape	Duree	Activite
Cercle de parole	5 min	Partage des vecus et decouvertes
Ancrage des valeurs	3 min	Lien avec les valeurs islamiques/marocaines
Engagement personnel	2 min	"Cette semaine, je vais essayer de..."

- Questions type pour la reflexion :
- "Qu'avez-vous appris aujourd'hui ?"
- "Qu'est-ce qui etait facile ? Difficile ?"
- "Comment pouvez-vous utiliser cela dans votre vie ?"

### 4. Transition vers la Suite

- Objectif : Fermer proprement la seance, preparer la transition
- Elements :
- Rangement du materiel (responsabilite collective)
- Rituel de cloture physique (main sur le coeur, cercle, etc.)
- Phrase de transition vers l'activite suivante
- Rappel de l'engagement pris
- Phrase type :

*"Hamdoulillah pour ce que nous avons appris ensemble. N'oubliez pas votre engagement de la semaine !"*

## 5. GESTION DE CLASSE

### Creer un Espace Securise

#### Les 4 piliers d'un espace securise

- Securite physique** : Espace adapte, materiel sur, dispositions favorisant l'echange
- Securite emotionnelle** : Pas de moquerie, emotions accueillies, erreur acceptee
- Securite relationnelle** : Regles claires, respect mutuel, confidentialite
- Securite cognitive** : Pas de bonne/mauvaise reponse, rythme respecte

#### Amenagement conseille

Element	Pourquoi
Cercle de chaises	Egalite, contact visuel pour tous
Coin calme	Refuge pour les emotions fortes
Affichages visuels	Roue des emotions, regles du groupe
Materiel accessible	Autonomie des eleves

### Regles du Cercle de Discussion

#### Les 5 regles d'or

Regle	Formulation enfant	Geste associe
1. J'ecoute	"Quand quelqu'un parle, j'ecoute avec mes oreilles et mes yeux"	Main derriere l'oreille
2. Je respecte	"Je ne me moque jamais, chaque parole est precieuse"	Mains sur le coeur
3. Je demande	"Je leve la main et j'attends mon tour"	Main levee
4. Je garde le secret	"Ce qui est dit dans le cercle reste dans le cercle"	Doigt sur les levres
5. J'ai le droit de passer	"Si je ne veux pas parler, je peux dire 'je passe'"	Geste "stop"

#### Mise en place

- Afficher les regles avec des pictogrammes
- Les rappeler au debut de chaque seance
- Les faire reformuler par les eleves
- Valoriser quand elles sont respectees

## Gerer les Emotions Fortes

### Signes a reperer

Signal	Manifestation	Action
<b>Agitation</b>	Bouge, ne tient pas en place	Proposer un role actif
<b>Retrait</b>	Se replie, ne participe plus	S'approcher discrètement
<b>Colere montante</b>	Visage rouge, poings serres	Intervenir AVANT l'explosion
<b>Pleurs</b>	Larmes, tremblements	Accueillir, proposer le coin calme
<b>Mutisme</b>	Ne répond plus	Ne pas forcer, revenir plus tard

### Protocole d'intervention

- Nommer** : "Je vois que tu ressens quelque chose de fort"
- Valider** : "C'est OK de ressentir ça"
- Proposer** : "Tu veux aller au coin calme / respirer / me parler ?"
- Accompagner** : Rester présent ou déléguer à un pair
- Revenir** : Débriefing quand l'enfant est calme

### Techniques de régulation à enseigner

- Respiration du ballon (gonfler le ventre)
- Comptage à rebours (de 10 à 1)
- La tortue (rentrer dans sa carapace)
- Serrer et relâcher les poings
- Visualisation d'un lieu calme

## Signaux d'Alerte

### Quand consulter ?

Alerter la direction ou le personnel compétent si :

Situation	Action
Un élève révèle une situation de maltraitance	Protocole de signalement
Détresse persistante sur plusieurs séances	Entretien avec les parents + référent
Comportements d'automutilation évoqués	Alerte immédiate
Isolation sévère et prolongée	Surveillance et accompagnement

Situation	Action
Propos tres inquiétants sur soi ou les autres	Signalement

### A retenir

- Vous n'êtes pas seul(e) : des ressources existent
  - Mieux vaut alerter "pour rien" que passer à côté
  - La confidentialité a des limites quand la sécurité est en jeu
  - Documentez vos observations (date, faits, contexte)
- 
- 
-

## 6. EVALUATION EN UN COUP D'OEIL

### Principes de Base

#### Ce que nous evaluons

Nous evaluons	Nous n'evaluons PAS
La progression de l'eleve	L'eleve par rapport aux autres
Les efforts et la participation	Uniquement le resultat
L'application dans la vie reelle	La performance isolee
Le processus d'apprentissage	La conformite a une norme

#### Posture de l'evaluateur

- **Bienveillant** : L'évaluation est au service de l'eleve
- **Observateur** : Regarder sans juger
- **Formatif** : L'évaluation aide a progresser
- **Contextualise** : Chaque eleve a son histoire

### Outils Disponibles

#### 1. Grille d'observation (quotidien)

Observation libre noteé dans un carnet ou sur une grille :

- Date, activite, eleve(s) concerne(s)
- Comportement observe
- Niveau (debutant / en developpement / acquis)

#### 2. Fiche d'évaluation par competence (mensuel)

Critere	Non acquis	En cours	Acquis
Indicateur 1	■	■	■
Indicateur 2	■	■	■
...	...	...	...

#### 3. Auto-evaluation eleve (bimensuel)

L'eleve colorie ou coche :

- Comment je me sens dans cette competence
- Ce que j'ai réussi

- Ce que je veux améliorer

#### 4. Portfolio de compétences (trimestriel)

Recueil de traces :

- Dessins, écrits
- Photos d'activités
- Anecdotes significatives
- Progrès documentés

#### Fréquence des Observations

Type d'évaluation	Fréquence	Responsable
Observation continue	Chaque séance	Enseignant
Notes dans le carnet	Hebdomadaire	Enseignant
Auto-évaluation élève	Toutes les 2 semaines	Elève + Enseignant
Bilan par compétence	Mensuel	Enseignant
Entretien parent	Trimestriel	Enseignant
Synthèse annuelle	Fin d'année	Equipe

## 7. RESSOURCES ET CONTACTS

### Où Trouver les Fiches ?

#### Structure des dossiers

```

Programme_SoftSkills_GS_Sanaa/
|
|-- 01_Programme_Annuel/ (Calendrier, planification)
|-- 02_Fiches_Activites/ (Toutes les activites par phase)
|   |-- Phase_1_Fondations/
|   |-- Phase_2_Développement/
|   |-- Phase_3_Leadership/
|-- 03_Formation/ (Documents formation)
|-- 04_Documents_Parents/ (Communication famille)
|-- 05_Evaluation/ (Grilles et outils)
|-- 06_Matériel_Elève/ (Supports à imprimer)
  
```

#### Accès

- **Dossier partagé** : [A compléter par l'établissement]
- **Version papier** : Bureau de la coordination pédagogique
- **Mises à jour** : Communiquées par email

### Personnes Ressources

Role	Nom	Contact
Coordination Programme	[A compléter]	[Email/Tel]
Référent(e) Cycle 2	[A compléter]	[Email/Tel]
Référent(e) Cycle 3	[A compléter]	[Email/Tel]
Psychologue scolaire	[A compléter]	[Email/Tel]
Direction pédagogique	[A compléter]	[Email/Tel]

### FAQ Rapide

- Q : Que faire si un élève refuse de participer ?

*R : Ne jamais forcer. Proposer un rôle d'observateur. Revenir vers lui en privé. La participation volontaire est un principe fondamental.*

- Q : Comment gerer une classe tres agitee ?

*R : Commencer par des activités courtes et très structurees. Privilégier le mouvement. Instaurer des rituels calmants. La régularité est cle.*

- Q : Un parent s'inquiète de ces "séances d'émotions". Que répondre ?

*R : Expliquer le cadre scientifique et les valeurs islamiques. Montrer le lien avec la réussite scolaire et sociale. Proposer un entretien individuel.*

- Q : Je ne suis pas à l'aise avec mes propres émotions. Comment enseigner cela ?

R : C'est une opportunité d'apprentissage partagée ! Soyez authentique. Modélez le fait de chercher à progresser. Les élèves apprennent de votre humanité.

- Q : Combien de temps avant de voir des résultats ?

*R : Les premiers effets apparaissent en quelques semaines. Les changements profonds prennent plusieurs mois. La constance est essentielle.*

- Q : Puis-je adapter les activités à ma classe ?

*R : Oui, c'est même encourage ! Respectez la structure et les objectifs, mais adaptez le contenu à vos élèves. Partagez vos adaptations avec l'équipe.*

## Notes Personnelles

- Espace réservé pour vos réflexions, questions et observations : \*

- Merci de votre engagement dans ce programme.
  - Ensemble, nous formons les citoyens de demain.\*

- Programme Soft Skills - GS Sanaa
  - Document de formation - Version 1.0\*
  - Année scolaire 2024-2025\*