

PRODAS

Programme de Développement
Affectif et Social : un outil pour
prévenir le harcèlement entre élèves

ORIGINES DU PRODAS

Programme développé aux Etats Unis dans les années 60 puis au Québec (Institut Québécois du développement humain) dans les années 80

à partir d'études montrant qu'à 4 ou 5 ans, un enfant est naturellement et spontanément capable d'identifier et de formuler ses besoins et les émotions qu'il ressent .

En grandissant, il perd ses capacités du fait des injonctions de l'éducation et de la société qui induisent un manque de confiance en soi et une incapacité à agir

En France notamment développé par le Mouvement Français pour le Planning Familial, d'abord dans les Bouches du Rhône puis en Occitanie par le Planning de l'Hérault grâce à un fort soutien du Conseil Régional

-Programme à destination des jeunes en milieu scolaire depuis la maternelle, mais aussi utilisé dans des institutions médico-psychologiques, avec des adultes, en Ehpad, ...

Il est reconnu comme probant dans la promotion de la santé des jeunes et le développement des CPS (prévention des addictions, des violences, des conduites à risques) par Santé Publique France.

FONDEMENTS « THÉORIQUES »

- Carl Rogers (1902-1987) Approche Centrée sur la personne
- Thomas Gordon (1918 – 2002) Résolution des conflits Gagnant-Gagnant
- Eugène T. Gendling (1926-2017) : Focusing -Écoute du sens corporel
- Marshall B. Rosenberg (1934-2015) : Communication Non Violente

LES POSTULATS DE DÉPART DU PRODAS :

- Toute personne a en elle-même une valeur intrinsèque
- Toute personne a le droit à l'autonomie
- Toute personne a le besoin et le droit de se sentir acceptée et aimée

LE PRODAS... POUR QUOI FAIRE?

Programme au service du vivre ensemble

- Eduquer au pouvoir de la parole
- Éduquer au pouvoir de l'écoute
- Prévention des conflits
- Accompagnement du développement du jeune
- Prévention du décrochage

Ce programme est une méthodologie éducative et préventive de développement de la personne basée sur l'expression des ressentis.

Il propose des activités permettant d'aider chacun·e

→ à se connaître,

→ à se comprendre,

→ à se respecter et à respecter les autres

en exprimant ses ressentis et ses sentiments, pour ensuite comprendre et respecter les autres. Il vise l'autonomie et la responsabilisation, il s'adapte aux plus jeunes dès l'âge de 4 ans et tout au long de leur scolarité

UN OUTIL: LE CERCLE DE PAROLE

Un « cercle PRODAS » est un groupe de paroles, avec pour particularité de s'attacher aux

« ressentis » et non aux faits.

Le « cercle PRODAS » a pour objet principal de travailler sur les trois facteurs de développement humain qui sont :

- Conscience de soi
- Réalisation de soi
- Interactions sociales

- **Conscience de soi** : c'est le fait de pouvoir identifier, dans une situation, ce qu'on ressent, ce qu'on pense, et la façon dont on se comporte et de pouvoir assumer et communiquer sur ces ressentis

- **Réalisation de soi** : Prendre contact avec ses capacités et ses réussites et en éprouver de la satisfaction pour continuer à les développer. Prendre conscience de ses limites et ses échecs et travailler à devenir plus compétents dans ces secteurs.

- **Interactions sociales** : Prendre contact avec les effets de ses comportements sur les autres, les effets des comportements des autres sur soi, les effets de l'inclusion, l'influence et l'affection dans un groupe où l'on participe

Cela permet d'échanger autour des valeurs portées par chacun·e et de travailler sur les différences, l'acceptation de l'autre, de prendre contact avec les effets de ses comportements sur les autres, les effets des comportements des autres sur soi.

Chacun des 3 facteurs de développement est travaillé à partir de nombreux thèmes, qui sont traités de manière évolutive.

Objectifs du cercle de parole :

- Développer la connaissance de soi , l'estime de soi
- Favoriser l'autonomie et la responsabilité des personnes
- Favoriser la dynamique de groupe par le partage des émotions
- Développer l'empathie et la travailler « l'écoute » et la communication
- Développer la capacité à tirer des connaissances de l'expérience de vie

LE CERCLE DE PAROLE

Groupe de parole à visée
pédagogique et non
thérapeutique

DÉROULEMENT

- I. Aménagement du cercle (matériel-règles)
- II. Présentation du thème
- III. Révélation d'expériences personnelles
- IV. Intégration cognitive d'après le thème
- V. Conclusion
- VI. Evaluation de la séance

EXEMPLES DE THEMES PROPOSES DANS LES CERCLES

MODULE 1

« Je vais vous parler de quelqu'un qui compte pour moi »

« Je vais vous parler de quelqu'un pour qui j'éprouve de la gratitude »

« J'ai aidé quelqu'un ou quelqu'un m'a aidé »

MODULE 2

« Une facette de ma personnalité que j'aime vraiment »

« Ce qui me plaît le plus depuis que je suis adolescent-e »

« Comment je me vois d'ici 2 à 3 ans »

« Ce que les parents peuvent donner de plus important à leurs enfants »

« Pour moi, réussir ma vie, ça serait... »

« J'ai fait une chose dont je suis fier-e »

« Je voulais dire non mais j'ai dit oui »

MODULE 3

« Quelque chose que les autres ne savent pas sur moi »

« J'ai eu du mal à choisir entre deux choses »

« J'ai décidé de changer et j'ai changé »

« J'ai pris une décision trop vite »

« Ce que j'aurais aimé dire à quelqu'un »

« J'ai eu de la difficulté à dire non mais je l'ai fait » « On m'a poussé à faire quelque chose, mais j'ai refusé/ J'ai poussé quelqu'un à faire quelque chose et cette personne a refusé »

« J'ai eu le courage de me montrer vulnérable »

LES « BÉNÉFICES »

Retours élèves:

- On se sent écouté/ On s'écoute vraiment
- On peut parler (le seul endroit !)
- On découvre des choses sur les autres

Retours adultes:

- Cohésion du groupe
- Prévention des conflits
- Relation de confiance
- Repérage situations difficiles
- Révélation de personnalités d'élèves