

# Les habiletés sociales



## Les habiletés sociales, qu'est-ce que c'est?

« Les habiletés sociales se définissent par des comportements spécifiques permettant d'interagir efficacement et adéquatement dans différents contextes d'interaction sociale<sup>1</sup>. »

Dans le programme éducatif *Accueillir la petite enfance*, la socialisation est définie comme étant « l'adaptation à la vie en société et la capacité de s'y intégrer harmonieusement. » Le ministère de la Famille et des Aînés précise que le rôle du personnel éducateur est de veiller à l'harmonie des relations interpersonnelles et de permettre à chaque enfant d'avoir une place et de jouer un rôle valorisant dans le groupe.



Les habiletés prosociales	La capacité d'établir un contact avec l'autre.
Les habiletés de communication	L'expression de ses émotions, de ses besoins et de ses désirs.
Les habiletés d'autocontrôle	La capacité d'arrêter son geste et de se calmer. La capacité de tolérer les délais.
Les habiletés de résolution de problème	La capacité de trouver et d'appliquer une solution lors d'une situation problématique.

1. Potvin, Pierre et coll., *Guide d'intervention et d'activités pour prévenir l'abandon scolaire*. Les petits pas, UQTR, 2e édition, juillet 2000, p.164

### **Les habiletés prosociales**

L'enfant apprend à tolérer la proximité de l'autre puis, graduellement, il apprend à prendre contact en saluant, en disant bonjour ou en touchant doucement. Il apprend aussi à refuser le contact de façon socialement acceptable. Faire des demandes pour obtenir un jouet ou pour jouer avec d'autres amis est aussi un apprentissage important pour réussir à établir le contact de façon harmonieuse. Enfin, le fait de pouvoir démontrer de l'empathie, d'être sensible au vécu des autres, constitue une habileté prosociale déterminante dans le développement affectif et social de l'enfant.



### **Les habiletés de communication**

Être habile à communiquer, c'est être capable d'exprimer ses besoins, ses désirs et ses émotions. Communiquer, c'est s'affirmer en disant ce qu'on aime ou n'aime pas, ce qu'on veut ou ne veut pas. Communiquer, c'est poser des questions, répondre aux messages de l'autre et exprimer ses choix.


Parmi les habiletés de communications, l'expression des émotions est particulièrement importante. Cette habileté consiste d'abord à reconnaître ses émotions et celles des autres, pour ensuite être en mesure de les nommer et de les exprimer.

### **Les habiletés d'autocontrôle**

Les habiletés d'autocontrôle consistent d'abord à pouvoir arrêter son geste et à se contrôler. L'arrêt d'agir est la première étape à franchir pour réussir à se calmer, pour réussir à gérer ses émotions ou ses frustrations, pour être capable de respecter les règles, tolérer les délais et attendre son tour.

### **Les habiletés de résolution de problèmes**

La capacité à trouver une solution au problème rencontré ou à négocier une solution acceptable pour tous en situation de conflit, est un apprentissage important dans la démarche de socialisation de l'enfant. L'enfant apprend, à mesure qu'il vit des expériences positives de résolution de problèmes, qu'une difficulté n'est que passagère et qu'il a le pouvoir de changer la donne en trouvant des solutions. L'enfant apprend à résoudre des conflits de manière pacifique et positive. Apprendre à partager fait partie des solutions possibles et contribue positivement à la résolution de conflits.



**Plusieurs chercheurs ont démontrés qu'il existe un lien étroit entre la compréhension et l'expression des émotions et la réduction des troubles de comportement. Le fait de pouvoir faire des liens de cause à effet entre l'émotion ressentie et le geste posé aident considérablement à adopter des comportements sociaux positifs et à développer des habiletés d'autocontrôle.**



# Pourquoi soutenir l'apprentissage des habiletés sociales auprès des enfants d'âge préscolaire?

Dans son document sur les habiletés sociales, le CPE Québec Centre souligne que les enfants qui n'arrivent pas à établir de relations positives avec les autres enfants risquent davantage de vivre des relations problématiques, d'être victimes de rejet ou d'intimidation plus tard dans leur parcours scolaire. Ces difficultés peuvent avoir de graves répercussions à long terme. Des problèmes de santé tels que l'anxiété et la dépression, ainsi que des difficultés d'apprentissage à l'école sont aussi mentionnés.

Le soutien à l'apprentissage des habiletés sociales poursuit donc un objectif de prévention. Favoriser le développement des habiletés sociales aide les enfants à établir des relations harmonieuses, à s'exprimer dans un groupe et à être mieux outillés pour résoudre des problèmes.

**Le fait de guider les enfants, dès leur plus jeune âge, dans l'apprentissage des habiletés sociales favorise leur développement et les oriente vers la réussite.**

**Soutenir les habiletés sociales contribue à une meilleure estime de soi et à un développement optimisé de toutes les dimensions du développement de l'enfant.**

## Comment favoriser le développement des habiletés sociales chez les enfants?

L'éducatrice a la responsabilité de développer un climat chaleureux et accueillant pour tous les enfants. Une attitude d'ouverture, de dialogue et de respect mutuel favorise un climat de confiance indispensable au développement des habiletés sociales.

Des pratiques diversifiées, adaptées aux besoins de l'enfant et à la situation vécue, sont à privilégier :

- Des pratiques éducatives adéquates
- Des activités ludiques
- Des contes

## DES PRATIQUES ÉDUCATIVES ADÉQUATES

### Servir de modèle

Les enfants apprennent par imitation. En mettant soi-même en pratique les paroles, les gestes et les comportements adéquats, on incite les enfants à les adopter. Par exemple, l'éducatrice sert de modèle à l'enfant en formulant des demandes claires, polies et respectueuses : « *Est-ce que tu veux m'apporter la boîte qui est sur l'étagère, s'il te plaît?* » Et en disant : « *Merci.* » On donne aussi un modèle aux enfants en s'excusant auprès d'eux lorsqu'on les a blessés.



### Verbaliser l'intention de l'enfant

Cette stratégie consiste à s'approcher doucement de l'enfant, à nommer son intention et à proposer de l'accompagner :

« *Je pense que tu aimerais bien jouer avec Dany. Est-ce que tu veux qu'on lui demande ensemble?* » Ou encore : « *Je vois que tu aimerais bien avoir ce jouet. Est-ce que tu veux le demander à Léa?* »

### Pratiquer le modelage

Si l'enfant ne maîtrise pas encore suffisamment le langage, on tend la main vers l'autre enfant en disant « *Donne* » ou « *Jouer* ».

Avec un enfant plus vieux, on formule la demande et on soutient l'enfant pour qu'il fasse la demande à son tour : « *Est-ce que je peux jouer avec vous?* » En se tournant vers l'enfant : « *C'est à toi maintenant, demande-leur.* » Ou encore : « *Est-ce que tu peux me faire une place, s'il te plaît?* » « *Vas-y, tu peux le demander, c'est à ton tour.* »

L'enfant doit apprendre que faire une demande n'est pas magique, l'interlocuteur peut refuser. L'enfant qui refuse doit, par contre, le faire de façon socialement acceptable. Il peut avoir besoin d'aide pour y arriver :

« *Dis-lui calmement : non, je n'ai pas terminé.* »

« *Tu peux lui dire : non, j'en ai encore besoin.* »



## Utiliser le renforcement positif

« Je suis contente, je viens d'entendre une belle demande, bravo Antoine. »

« Comme c'est bien demandé Angélique, bravo! »

## Adopter l'approche de résolution de problèmes

Cette approche démocratique, en six étapes, est tirée du livre *Partager le plaisir d'apprendre*. Elle permet aux éducatrices d'accompagner les enfants dans leur démarche de résolution de conflits et d'apprentissage des habiletés sociales.

1. Aborder calmement la situation. « *Qu'est-ce qui se passe?* »
2. Reconnaître les sentiments de chacun.
3. Reformuler le problème en tenant compte des propos des enfants.
4. Demander des idées de solution.
5. Reformuler les solutions et demander aux enfants de décider.
6. Stimuler les enfants pour qu'ils appliquent leur décision.

## Exemple

L'éducatrice : *Qu'est-ce qui ce passe ici? Je vois que Noah est très fâché.*

Noah : *J'étais en train de jouer et Caroline m'a pris mon camion de pompier.*

Caroline : *J'en avais besoin pour éteindre mon feu.*

L'éducatrice : *Oui, tu en avais besoin, mais c'est Noah qui était en train de jouer avec ce camion. Il n'est pas très content. Qu'est-ce qu'on peut faire quand on a un feu à éteindre et qu'un autre ami est en train de jouer avec le camion de pompier?*

Noah : *On peut lui demander de venir éteindre le feu. Moi, je serais le pompier qui arrive pour éteindre le feu.*

Caroline : *Est-ce que tu peux me prêter ton camion pour éteindre mon feu?*

Noah : *Non, je n'ai pas terminé de jouer.*

L'éducatrice : *Noah est prêt à aller éteindre ton feu, est-ce que vous pouvez éteindre le feu ensemble? On a toujours besoin de plusieurs pompier pour éteindre un feu!*

Caroline : *OK, on va l'éteindre ensemble d'accord!*

Noah : *Oui, on va mettre nos chapeaux de pompiers.*

L'éducatrice soutient ensuite les enfants dans leur décision de jouer ensemble. Elle peut offrir du nouveau matériel pour stimuler le jeu symbolique amorcé en proposant, par exemple, d'utiliser un couvre-tuyau de mousse pour faire le boyau d'arrosage, des bottes de caoutchouc pour imiter les pompiers, etc. Le conflit se transforme ainsi, avantageusement, en jeu collectif qui permet aux enfants de développer non seulement d'autres habiletés sociales mais aussi de faire des apprentissages cognitifs, moteurs et langagiers.



## DES ACTIVITÉS LUDIQUES

Le jeu est au cœur du programme éducatif du ministère et du projet *Je grandis en halte-garderie*. L'enfant apprend par le jeu est un des principes de base sur lequel repose l'approche de l'Apprentissage Actif. Les différentes situations de jeu sont donc précieuses pour l'apprentissage des habiletés sociales : jeu symbolique, jeu de groupe, parcours, jeu de société, jeu de construction, etc.

On peut aussi utiliser des jeux ou des activités ludiques spécifiques dans le but d'aborder un thème en lien avec le développement des habiletés sociales. Voici un exemple d'activité très simple, intitulée Le bourdon et le papillon. Cette activité permet de développer des habiletés d'autocontrôle.

### Le bourdon et le papillon

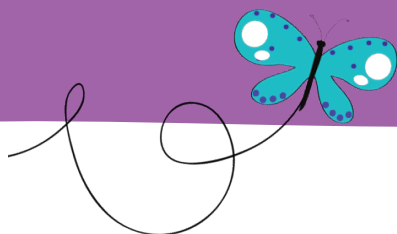
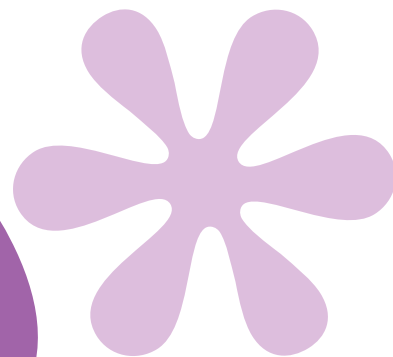
L'enfant apprend à arrêter ses gestes d'excitation et les bruits qu'il produit. Il apprend aussi à prendre conscience de la différence entre un état d'agitation et un état de calme.

#### Déroulement

Les enfants deviennent tous des petits bourdons qui bourdonnent en courant dans tous les sens en butinant des fleurs. Au son du tambour, ils se transforment en papillons qui volent doucement et sans bruit d'une fleur à l'autre. On alterne entre bourdon et papillon à plusieurs reprises avant de s'asseoir avec les enfants pour faire un retour sur le jeu.

#### Discussion

- Est-ce que c'est fatiguant de faire le petit bourdon?
- Comment on se sent lorsqu'on est un petit bourdon, on est calme ou agité?
- Est-ce qu'on a chaud? Je vois des amis qui sont tout rouges. Est-ce qu'on se sent comme ça quand on est un petit papillon?



## DES CONTES

Le conte constitue un allié pédagogique et thérapeutique des plus intéressants. Il permet aux enfants de s'identifier au personnage de l'histoire qui vit des émotions ou une situation spécifique. Le récit les aide à trouver une issue favorable à une problématique vécue et favorise l'apprentissage des habiletés sociales reliées à la thématique traitée.



### *Justin est mauvais perdant*

L'enfant apprend à s'arrêter, à se contrôler et à exprimer qu'il trouve cela difficile de vivre de la frustration.

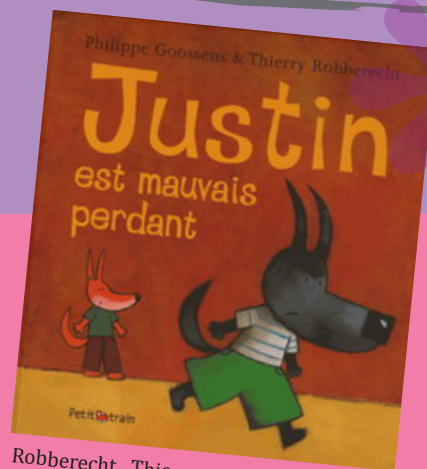
#### Résumé

Le livre *Justin est mauvais perdant* raconte l'histoire d'un petit garçon qui se met en colère lorsqu'il perd au jeu. Il refuse même de faire du sport tellement il a peur de perdre. Sa grand-mère lui dit : « *Tu dois t'ennuyer souvent si tu joues uniquement pour gagner.* » Cette remarque le fait réfléchir. Il change d'avis et va rejoindre ses amis.

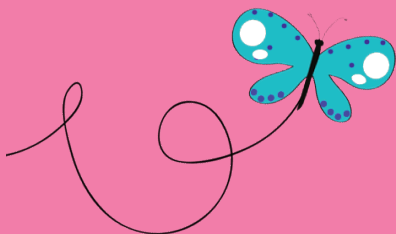
Suite à la lecture du livre, une discussion peut suivre pour permettre aux enfants qui le souhaitent de s'exprimer.

#### Discussion

- Est-ce que toi aussi tu trouves ça difficile de perdre?
- Qu'est-ce qu'on peut faire quand on trouve ça trop difficile?
- Qu'est-ce qui a donné le goût à Justin d'aller jouer avec ses amis?



Robberecht, Thierry, *Justin est mauvais perdant*, Namur, Mijade, 2006, 26p.



### Rédaction

Monique Lynch

### Supervision

Sandrine Tarjon

### Infographie

Marion Ehly

La publication de ce fascicule a été rendue possible grâce au soutien financier d'Avenir d'enfants.



### Édition



AHGCQ  
4245, avenue Laval  
Montréal (Québec) H2W 2J6  
Téléphone : 514 598-1917  
Sans frais : 1 888 598 1917  
Télécopieur : 514 598-5925  
Courriel : assohalte@yahoo.ca  
Site internet : [www.ahgcq.org/projeteducatif](http://www.ahgcq.org/projeteducatif)

## La formation

Une formation est offerte par l'Association des haltes-garderies communautaires du Québec afin de mieux outiller les éducatrices dans leur rôle de soutien des habiletés sociales auprès des enfants. La formation offre des outils vidéo intéressants et des activités d'analyse permettant d'identifier les acquis et les difficultés des enfants dans leur apprentissage des habiletés sociales. La formation axe sur des moyens concrets permettant aux éducatrices d'accompagner les enfants au quotidien.

Un programme d'activités intitulé *Je grandis avec les autres* est offert en complément à la formation. Pour chacun des neuf thèmes développés, il comporte une section pratiques éducatives, une section activités et une section contes.

## Ressources internet

[www.enfant-encyclopedie.com](http://www.enfant-encyclopedie.com)  
[www.mfa.gouv.qc.ca/fr/publication/Documents/programme\\_educatif.pdf](http://www.mfa.gouv.qc.ca/fr/publication/Documents/programme_educatif.pdf)  
[www.institutpacifique.com](http://www.institutpacifique.com)  
[www.naitreetgrandir.net](http://www.naitreetgrandir.net)  
[www.centrepse.d.qc.ca](http://www.centrepse.d.qc.ca)  
[www.educatout.com/](http://www.educatout.com/)

