Le têtard nouveau dans la mare



L'histoire

Toupie est un têtard. Aujourd'hui, Toupie arrive dans une nouvelle mare. Tous les autres se connaissent déjà. Ils nagent en bande et rient de choses que Toupie ne comprend pas.

Toupie reste près des roseaux. « Personne ne voudra jouer avec moi. »

Près d'un caillou, un autre têtard fait des bulles, sans parler à personne. Toupie s'approche un peu. Fait une bulle aussi. L'autre têtard en fait une plus grosse. Toupie rit.

« Tu veux faire la course jusqu'au nénuphar ? »

« D'accord ! »

Ce soir, Toupie ne connaît pas encore toute la mare. Mais Toupie connaît quelqu'un. Et c'est un bon début.

Questions

1. Comment te sens-tu quand tu ne connais personne ?

2. Que pourrais-tu dire ou faire pour commencer à jouer avec quelqu'un ?

Je dessine

Dessine-toi avec un ami ou une amie que tu as, ou que tu aimerais avoir. À quoi jouez-vous ?

Je bouge

Entraîne-toi avec un adulte : approche-toi, souris et dis « Je peux jouer avec toi ? » Puis échangez les rôles.

Phrase magique

« Un seul ami, c'est déjà un bon début. »

Pour l'adulte Cette histoire montre qu'on se fait rarement des amis en groupe, mais un par un : aidez l'enfant à repérer un camarade et à préparer une petite phrase pour commencer.

Le flamant laissé de côté



L'histoire

Flam est un jeune flamant rose. À la récréation, les autres flamants forment une ronde. Quand Flam s'approche, la ronde se referme. « Il n'y a plus de place. »

Flam reste sur une patte, au bord de l'eau. Ça serre fort dans la poitrine. « Qu'est-ce que j'ai de pas bien ? »

La vieille aigrette se pose à côté. « Tu n'as rien de pas bien. Rester sur le côté, ça fait très mal, et ça arrive à tout le monde. Cette ronde-là est fermée aujourd'hui. Regardons s'il y en a d'autres. »

Plus loin, trois petits canards jouent à s'éclabousser. « Tu viens ? » Flam hésite… puis saute dans l'eau.

Questions

1. T'est-il arrivé de rester de côté ?

2. Avec qui te sens-tu bien, à l'école ou ailleurs ?

Je dessine

Dessine une ronde où il y a une place pour toi. Qui te donne la main ?

Je bouge

Tiens-toi sur une jambe, comme Flam. Puis pose l'autre pied : avec deux appuis, on est plus solide. Qui sont tes appuis ?

Phrase magique

« Si une ronde se ferme, une autre peut s'ouvrir. »

Pour l'adulte — Cette histoire reconnaît la douleur de l'exclusion sans en faire la faute de l'enfant ; si la mise à l'écart se répète, parlez-en à l'enseignant.

Les deux perruches fâchées



L'histoire

Kiwi et Mangue sont deux perruches inséparables. Jusqu'à ce matin.

Mangue a raconté à tout le monde que Kiwi avait peur du chat. Kiwi est très en colère. « Tu n'es plus mon amie ! » Kiwi et Mangue se tournent le dos, chacune à un bout du perchoir.

La journée est longue. Le perchoir paraît immense. Les graines n'ont pas de goût.

Le soir, Mangue fait un petit pas. « Pardon. Je n'aurais pas dû le dire. »

Kiwi fait un petit pas aussi. « Ça m'a fait de la peine. »

Encore un pas. Et un autre. Au milieu du perchoir, les plumes se touchent. Une vraie amitié peut se fâcher, et se réparer.

Questions

1. As-tu déjà vécu une dispute avec un ami ou une amie ?

2. Qu'est-ce qui a aidé à faire la paix ?

Je dessine

Dessine un perchoir avec toi d'un côté et ton ami ou ton amie de l'autre. Dessine les petits pas pour se retrouver au milieu.

Je bouge

À deux, mettez-vous dos à dos. Faites un pas en avant, retournez-vous, puis revenez l'un vers l'autre à petits pas.

Phrase magique

« On peut se fâcher et rester amis. »

Pour l'adulte — Cette histoire montre qu'une dispute n'est pas la fin d'une amitié : aidez l'enfant à dire ce qui l'a blessé et à faire, ou à accepter, un premier pas.

Le corbeau moqueur



L'histoire

Grive est une jeune grive au ventre plein de taches. Chaque matin, le corbeau ricane : « Hé, la tachetée ! Tu t'es roulée dans la boue ? » Et quelques oiseaux rient.

Grive fait semblant de ne pas entendre. Mais chaque moquerie reste coincée, comme une petite épine.

Un jour, Grive dit, bien en face : « Arrête. Ce n'est pas drôle pour moi. » Le corbeau ricane encore. Alors Grive va voir la maîtresse hulotte et raconte tout.

« Tu as bien fait de venir, dit la hulotte. Se moquer, ça blesse. Je vais m'en occuper. »

Les taches de Grive sont toujours là. Elles sont très jolies, d'ailleurs. C'est le corbeau qui a dû changer.

Questions

1. T'a-t-on déjà dit des moqueries qui t'ont fait de la peine ?

2. À quel adulte peux-tu en parler ?

Je dessine

Dessine les moqueries comme des épines.
Puis dessine quelqu'un qui t'aide à les enlever.

Je bouge

Tiens-toi debout, les épaules en arrière, regarde devant toi et dis d'une voix forte : « Arrête. Je n'aime pas ça. »

Phrase magique

« Je dis stop, et j'en parle à un adulte. »

Pour l'adulte Cette histoire donne deux gestes à l'enfant : dire « stop » clairement, puis en parler à un adulte. Rappelez que demander de l'aide, ce n'est pas rapporter.

Le petit poisson que l'on poussait toujours



L'histoire

Nacre est un petit poisson argenté. Dans le banc, trois gros poissons poussent Nacre. Tous les jours. Ils cachent ses algues. Ils disent aux autres de ne pas lui parler.

Nacre a mal au ventre le matin. Nacre n'a plus envie d'aller au récif. « Si j'en parle, ce sera pire. »

Mais c'est trop lourd. Un soir, Nacre raconte tout à sa maman.

« Merci de me l'avoir dit. Ce qui t'arrive n'est pas normal, et ce n'est pas ta faute. Ce n'est pas à toi de régler ça. Demain, j'irai parler à la gardienne du récif. »

Le lendemain, des grands veillent. Nacre a maintenant du monde à ses côtés.

Questions

1. Y a-t-il quelqu'un qui t'embête souvent, toi ou un autre enfant ?

2. À quels adultes peux-tu le dire ?

Je dessine

Dessine ta main. Sur chaque doigt, dessine ou écris un adulte à qui tu peux parler si quelqu'un te fait du mal.

Phrase magique

« Ce n'est pas ma faute. Je demande de l'aide. »

Pour l'adulte Cette histoire parle du harcèlement : des gestes ou des mots répétés qui visent toujours le même enfant. Croyez ce que l'enfant vous dit, ne lui demandez pas de se défendre sans aide et alertez l'école sans attendre.

Le caméléon qui voulait plaire



L'histoire

Léon est un petit caméléon. Avec les grenouilles, Léon devient vert et dit : « J'adore la boue ! » Avec les perroquets, Léon devient rouge et rit très fort. Avec les lézards, Léon devient gris et ne dit plus rien.

Tout le monde aime bien Léon. Mais le soir, Léon n'a plus de forces. « C'est quoi, ma vraie couleur ? »

Un jour, Léon ose dire : « Moi, la boue, je n'aime pas trop. Je préfère grimper. »

Les grenouilles haussent les épaules. « Ah bon ? D'accord. » Et une petite rainette ajoute : « Moi aussi, je préfère grimper ! »

Ce jour-là, Léon garde sa propre couleur. Et se fait une vraie amie.

Questions

1. T'arrive-t-il de dire comme les autres pour leur plaire ?

2. Qu'est-ce que tu aimes vraiment, toi ?

Je dessine

Dessine un caméléon avec tes couleurs à toi. Autour, dessine trois choses que tu aimes vraiment.

Je bouge

Dis à voix haute trois phrases qui commencent par « Moi, j'aime… » et une qui commence par « Moi, je n'aime pas… ».

Phrase magique

« Je garde mes couleurs à moi. »

Pour l'adulte Cette histoire aide l'enfant qui s'efface pour plaire : valorisez ses goûts et ses avis, même différents des vôtres ou de ceux du groupe.

Le paresseux qui apprenait à son rythme



L'histoire

Lento est un jeune paresseux. À l'école de la forêt, les singes ont déjà fini quand Lento commence à peine. Les lettres dansent. Les chiffres se mélangent.

« Dépêche-toi ! » « Tu n'as pas encore fini ? » Lento se décourage. « Je n'y arriverai jamais. »

La maîtresse toucan s'assoit près de Lento. « Tu n'apprends pas moins bien. Tu apprends autrement, et à ton rythme. Essayons avec tes pattes : trace la lettre dans le sable. »

Lento trace. Lentement. Une fois, deux fois. La lettre reste dans la tête !

Lento ne finira pas en premier. Mais ce que Lento apprend, Lento ne l'oublie pas.

Questions

1. Qu'est-ce qui est difficile pour toi à l'école ?

2. Qu'est-ce qui t'aide à mieux apprendre ?

Je dessine

Dessine une chose que tu as mis du temps à apprendre, et que tu sais faire maintenant.

Je bouge

Écris ton prénom en très grand, dans l'air, avec ton doigt. Puis avec ton coude. Puis avec ton pied !

Phrase magique

« J'apprends à mon rythme, et j'apprends. »

Pour l'adulte Cette histoire rassure l'enfant qui apprend plus lentement ou autrement : valorisez l'effort plutôt que la vitesse et, si les difficultés persistent, demandez un bilan à un professionnel.

Le colibri qui ne tenait pas en place



L'histoire

Zou est un petit colibri. Dans le corps de Zou, il y a un moteur qui ne s'arrête jamais. Les ailes battent, les pattes gigotent, les idées partent dans tous les sens.

En classe, c'est difficile. « Zou, reste en place ! » « Zou, écoute ! » Zou voudrait bien. Mais le moteur est plus fort.

Le maître hibou a une idée. « Ton moteur est une force, Zou. Il faut juste lui donner des pauses. Avant chaque leçon, tu feras trois tours de l'arbre. Et pendant, tu pourras serrer cette petite pomme de pin. »

Trois tours. Zzzzou ! La pomme de pin dans la patte. Et pendant un moment, Zou écoute. Vraiment.

Questions

1. Quand est-ce difficile pour toi de rester en place ?

2. Qu'est-ce qui aide ton moteur à ralentir ?

Je dessine

Dessine ton moteur intérieur. Est-il petit ou énorme ? De quelle couleur ? Dessine aussi son bouton « pause ».

Je bouge

Agite-toi le plus vite possible pendant dix secondes. Puis deviens une statue pendant dix secondes. Recommence trois fois.

Phrase magique

« Je bouge, puis je me pose. »

Pour l'adulte Cette histoire parle de l'enfant qui a du mal à rester en place : prévoyez des pauses actives et un petit objet à manipuler ; si l'agitation gêne beaucoup le quotidien, consultez un professionnel.

Le perroquet et les secrets



L'histoire

Coco est un jeune perroquet. Tout le monde lui confie des secrets, parce que Coco sait écouter.

Il y a les secrets légers. « Je prépare une surprise pour maman ! » Ceux-là font des bulles dans le ventre. Coco les garde avec plaisir.

Mais un jour, un ami lui chuchote un secret lourd. Un secret qui fait mal au ventre et qui empêche de dormir. « Surtout, ne le dis à personne ! »

Coco ne sait plus quoi faire. Alors Coco va voir grand-mère ara.

« Tu as bien fait, dit grand-mère. Un secret qui fait peur ou qui fait mal, on ne le garde jamais pour soi. Le dire à un adulte de confiance, ce n'est pas trahir. C'est protéger. »

Questions

1. Quelle différence y a-t-il entre un secret léger et un secret lourd ?

2. À qui peux-tu confier un secret trop lourd ?

Je dessine

Dessine deux boîtes : une pour les secrets légers, une pour les secrets lourds. À côté de la deuxième, dessine l'adulte à qui tu peux l'apporter.

Phrase magique

« Un secret qui fait mal, je le dis à un adulte. »

Pour l'adulte Cette histoire apprend à distinguer les secrets joyeux des secrets qui pèsent : dites à l'enfant qu'on peut tout vous raconter, même si quelqu'un a demandé le silence, sans jamais risquer d'être grondé. En cas de révélation inquiétante, contactez un professionnel.

Le zèbre aux rayures différentes



L'histoire

Zig est un petit zèbre. Mais ses rayures ne sont pas comme celles des autres. Elles font des vagues et des tourbillons.

Dans le troupeau, on regarde Zig de travers. « Pourquoi tu es comme ça ? » Zig aimerait bien avoir des rayures toutes droites.

Un jour, une petite gazelle arrive. Pas de rayures du tout ! Tout le monde s'écarte. Zig sait ce que ça fait. Alors Zig s'approche. « Salut. Tu veux brouter avec moi ? »

Le vieux zèbre sourit. « Regardez bien : aucun de nous n'a les mêmes rayures. Ni moi, ni vous. On ne l'avait jamais remarqué. »

Ce jour-là, tout le troupeau compare ses rayures. Et personne n'a les mêmes.

Questions

1. Qu'est-ce que tu as de différent des autres ?

2. Comment peux-tu accueillir quelqu'un qui n'est pas comme toi ?

Je dessine

Dessine un zèbre avec des rayures comme personne : des vagues, des étoiles, des zigzags… C'est ton zèbre unique.

Je bouge

Avec quelqu'un, comparez vos mains, paume contre paume. Trouvez trois différences et trois ressemblances.

Phrase magique

« On est tous différents, et c'est très bien. »

Pour l'adulte — Cette histoire aborde la différence (apparence, origine, handicap, façon d'être) : parlez-en ouvertement et valorisez les gestes d'accueil envers un enfant mis à l'écart.