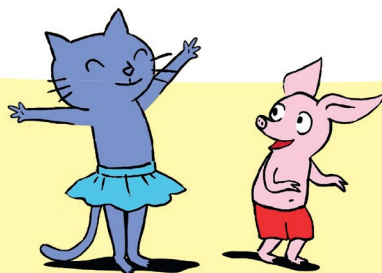


QU'EST-CE QUI NOUS REND HEUREUX ?

FICHE
10



Offert par

Bayard
Jeunesse
Éducation

Le point philo

La recherche du bonheur semble être une préoccupation universelle, intemporelle et en même temps très singulière et subjective (nous aurions tous une définition très personnelle des ingrédients nécessaires à notre bonheur). Qu'est-ce qui peut permettre de définir une vie heureuse ? Certain(e)s diront une vie aventureuse (voyages, rencontres, expériences rares et fortes, plaisirs des sens), certain(e)s diront au contraire la tranquillité et la sécurité, d'autres avoir beaucoup de biens matériels, vivre dans le confort, voire dans le luxe (belle maison, piscine, objets désirés, etc.), certain(e)s mettront l'accent sur la qualité des relations humaines (famille, amour, amitié).

Pour le philosophe grec Épicure, le bonheur consiste d'abord à prendre conscience du temps qui passe, à savourer la joie d'être vivant et de profiter du moment présent. L'épicurisme désigne aujourd'hui la capacité à profiter de la vie, à relativiser les soucis du quotidien. Mais Épicure situe le bonheur dans les plaisirs simples et surtout accessibles : désirer des plaisirs vains est nécessairement source de désillusion, de rancœur et donc de malheur. L'excès des plaisirs peut nuire à la santé et engendrer des douleurs. Les stoïciens, eux, opposent le plaisir (forcément éphémère) au bonheur (défini comme un état durable). Ils contestent ainsi l'importance accordée aux plaisirs

des sens qui sont futiles et trompeurs.

Autre piste de réflexion, « bon heur », du latin *augurium*, signifie « bonne chance ». La vie heureuse nous serait accordée par la fortune, comme une grâce qu'il nous faudrait seulement espérer sans certitude de l'obtenir. Mais y a-t-il des façons d'être, de vouloir et d'agir qui nous permettraient de l'atteindre par la seule force de notre volonté ? Peut-on choisir d'être heureux ? Il sera alors intéressant d'interroger ces petites croyances et dictons qu'ont pu déjà entendre les enfants pour réfléchir avec eux si le bonheur dépend ou non de nous (se souhaiter « bonne chance », « croiser les doigts »).

MINCE, CE N'ÉTAIT PAS PRÉVU !

La discussion sur le bonheur peut conduire à évoquer le malheur ou la tristesse : « Moi, je suis malheureux parce que mon papi est mort. » Il faudra alors généraliser la réflexion pour se dégager de l'emprise émotionnelle et rassurer avec des mots simples. On pourra aussi proposer à l'élève concerné de prolonger l'échange à part, en dehors de l'atelier de philosophie. Si le problème évoqué touche à des problèmes graves liés à l'intégrité de l'individu (« Tu sais, moi, je suis malheureux parce que mon papa, il n'est pas gentil avec moi »), il est de notre responsabilité de le signaler : « Si tu veux bien, on va essayer de comprendre ce qui se passe, pour t'aider à être plus heureux(se). Mais cela ne regarde pas les autres. Alors, on va en parler à deux, lorsque les autres ne seront plus là... Et ensemble, on va continuer à réfléchir à ce qui nous rend heureux(les). »

Quelques exemples de questions pour réfléchir en amont des ateliers. Quelques problématiques qui pourront être travaillées dans les ateliers (à hauteur d'enfant) :

- Qu'est-ce que le bonheur ?
- Quels sont les ingrédients nécessaires à une vie heureuse ?
- Y a-t-il des recettes pour être heureux(se) ?
- Le bonheur dépend-il de nous ?
- Peut-on apprendre à être heureux(se) ?
- Pourquoi n'avons-nous pas tous la même définition du bonheur ?
- Peut-on être heureux(se) aux dépens des autres ?
- Peut-on être méchant(e) et heureux(se) ?
- Pourquoi dit-on que « l'argent ne fait pas le bonheur ? »

MAINTENANT, ÉCHANGÉONS !

VOUS POUVEZ FAIRE UNE SÉANCE À PARTIR DU POSTER OU DU DESSIN ANIMÉ, OU LES DEUX.

- ① Échange à partir de l'affiche
 - ② Échange à partir du dessin animé
 - ③ Les deux, en deux séances !
- Les questions figurant dans « Poursuivre l'échange » sont utilisables dans l'une et/ou l'autre séance.
- Penser à utiliser la fiche générale pour la mise en place (fixer le cadre, les règles, proposer un rituel).

Une séance... à partir de l'affiche



DÉCRIRE

Qu'y a-t-il sur cette affiche ?

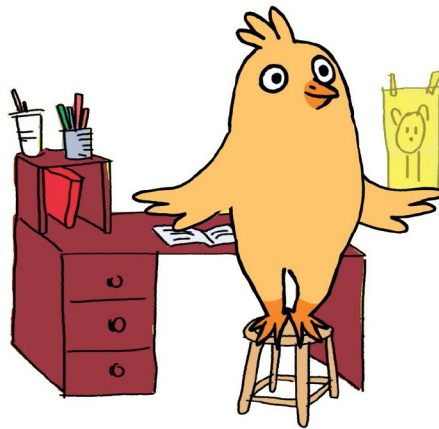
Combien y a-t-il de personnages ? Les connaissez-vous ? De qui s'agit-il ? Combien de fois Mina est-elle dessinée ? Que fait Mina quand elle est représentée au milieu de l'affiche ? Que fait Mina dans toutes les autres vignettes (décrire chacune des situations) ? Avec qui est-elle ? Comment est son « visage » ?

COMPRENDRE

À votre avis, pourquoi Mina est-elle représentée dans toutes ces situations ? Qu'est-elle en train de faire en réalité (suggérer éventuellement : rêver, penser) ? Est-ce que vous aimez cette affiche ? Qu'est-ce qui vous plaît dans ce poster, qu'est-ce qui ne vous plaît pas ? Aimerez-vous être à la place de Mina ? Est-ce que vous trouvez que Mina a l'air plutôt triste, ou plutôt heureuse, quand elle est dans le fauteuil et qu'elle pense ?

DONNER SON AVIS

Est-ce que vous aimeriez être comme Mina sur l'affiche : quand elle fait quoi (elle danse, joue de la guitare, partage un gâteau avec Chonchon...) ? Qu'est-ce qui la rend heureuse, d'après vous, dans chacune des situations ? À votre avis, qu'est-ce qui se passe dans la tête de Mina, quand elle est assise et qu'elle a l'air heureuse ?



pensez-vous comme Mina et Plume (non), ou comme Raoul (oui) ?

À votre avis, pourquoi cela rend-il Chonchon heureux de battre Raoul ?

→ **S'interroger sur certaines questions présentées dans le dessin animé :**

Pensez-vous, comme Mina (1'56), qu'on n'est pas tous heureux pour les mêmes raisons ?

Peut-on être heureux(se) sans s'en rendre compte (Chonchon, 2'10) ? Peut-on être triste et heureux(se) en même temps (Plume, 2'22) ?

PROLONGER

Et si on parlait un peu de l'affiche ?

→ Que voit-on sur cette affiche ?

Qu'y a-t-il sur cette affiche ? Combien y a-t-il de personnages ? Les connaissez-vous ? De qui s'agit-il ? Combien de fois Mina est-elle dessinée ? Que fait Mina quand elle est représentée au milieu de l'affiche ? Que fait Mina dans toutes les autres vignettes (décrire chacune des situations) ? Avec qui est-elle ? Comment est son « visage » ?

LIEN AVEC LE DESSIN ANIMÉ...

→ Est-ce que vous vous souvenez de ce que Mina est en train de faire ? Que s'est-il passé dans l'histoire (on peut reconstituer l'histoire avec les masques) ?

Pourquoi pense-t-elle à toutes ces situations : qu'est-ce que cela lui fait quand elle y pense ? Et vous, aimeriez-vous être comme Mina : dans quelle situation ?



POURSUIVRE L'ÉCHANGE

Et si on parlait... du bonheur en général ?
Le bonheur : qu'est-ce que c'est dans la vie
de tous les jours ?

À L'ÉCOLE, EN CLASSE

→ À quelle occasion, peut-on être heureux(se) à l'école ? Qu'est-ce qui peut rendre heureux(se) quand on est en classe ou dans la cour de récréation ? Qu'est-ce qui nous rend heureux(se) dans ces moments-là ? Est-ce que tout le monde est heureux(se) dans les mêmes occasions ?

DANS LA VIE HORS DE L'ÉCOLE

→ Quand on n'est pas à l'école, à la maison ou dans la famille, pendant les vacances, qu'est-ce qui peut rendre heureux un enfant de votre âge ?

LE BONHEUR ET NOUS

- Comment ça fait dans notre corps quand on est heureux(se) ?
- Qu'est-ce qui se passe dans notre tête quand on est heureux(se) ?
- Comment on se sent ? Comment on le sait ?

APPROFONDIR

- Mais alors, qu'est-ce qui nous rend heureux(se) ?
On va maintenant essayer de dire ce que cela veut dire, « être heureux(se) ».

OPPOSER

- Trouver des contraires à l'expression « être heureux(se) ».
- Donner des exemples de situations qui peut rendre malheureux(se).
- Trouver des mots qui ne définissent pas du tout le bonheur.

COMPARER

- Être heureux(se)/Être joyeux(se)
- Être heureux(se)/Avoir ce qu'on veut
- Trouver des mots proches du mot bonheur

FAIRE DES HYPOTHÈSES/DES EXPÉRIENCES DE PENSÉES

- Imaginer d'avoir trois souhaits à réaliser pour être heureux(se).

PROBLÉMATISER

- Est-ce qu'on serait vraiment heureux(se) si l'on pouvait toujours avoir tout ce qu'on veut, tout de suite ?
- Est-ce que quand on n'a pas ce que l'on veut, on est forcément malheureux(se) ?
- Est-ce qu'on peut être heureux(se) et malheureux(se) en même temps (par exemple, heureux(se) que cela soit son anniversaire, et malheureux(se) parce que sa meilleure copine n'a pas pu venir) ?



SE PRONONCER

Chacun d'entre vous va me dire :

→ Pour moi, être heureux(se), c'est...

Chacun d'entre vous va nous dire :

→ Pour moi, être le plus heureux(se) possible, ce serait...

FINALEMENT, QU'EST-CE QU'ON S'EST DIT ?

NOUS VOUS SUGGÉRONS DE RÉALISER UNE AFFICHE AVEC DES ÉLÉMENTS BARRÉS (PAS DU TOUT), UN SIGNE ÉGAL (MÊME CHOSE QUE) ET QUELQUES PHRASES POUR EXPLIQUER CE QUE C'EST « POUR NOUS ».

→ De quoi avons-nous parlé aujourd'hui ? → Qu'avons-nous dit de très important ?

→ Si on devait expliquer à un petit bébé ce que cela veut dire, « être heureux(se) », que pourrions-nous lui dire tous ensemble : qu'est-ce que c'est « être heureux(se) » ?

Prolonger la réflexion

JE RÉFLÉCHIS TOUT SEUL

Consigne :

→ Dessine un moment où un enfant de ton âge est très heureux.

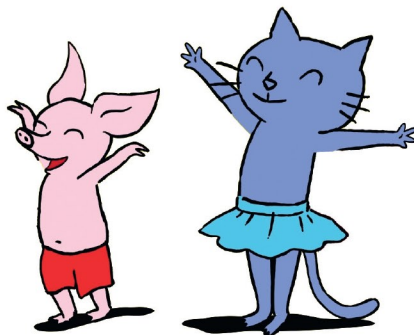
TOUS ENSEMBLE !

→ Faire une affiche avec deux colonnes : Être heureux(se), ce n'est pas.../Être heureux(se), c'est...

→ Mimer avec son visage « être heureux(se) », faire décrire les parties du visage, ce qu'elles font.

→ Exprimer avec son corps ce que l'on ressent quand on est heureux(se).

→ Demander à ses parents (et faire une affiche) sur ce que c'est que le bonheur pour eux.



Des lectures pour approfondir

- *La gigantesque petite chose*, Beatrice Alemagna, Autrement Jeunesse.
- *L'éphémère*, Stéphane Sénagas, Kaléidoscope
- *Qui est le plus heureux ?*, Isabelle Simon, Zang Hengjing, L'initiale
- *Le bonheur et le malheur*, Brigitte Labbé, Michel Puech, Jacques Azam, Milan, coll. « Les goûters philo »