



### Séquences à partir des pages 8-11

#### *Peut-on être heureux tout seul ?*

Un enfant qui n'a pas d'ami, c'est inquiétant pour les adultes, bizarre pour les autres enfants. Le diagnostic s'aggrave quand l'enfant en question prétend « être heureux tout seul ». Une certaine conception commune voudrait qu'il faille être entouré, relié, connecté pour être du moins épanoui, si pas heureux. L'être humain ne pourrait-il pas être heureux tout seul ? Certains, comme le philosophe Aristote, affirment que les hommes sont faits pour vivre ensemble et que le bonheur ne peut-être trouvé qu'en société. Pourtant, nous éprouvons souvent du bonheur ou du plaisir à nous perdre dans la nature, loin du monde, à nous retrouver seuls, à profiter de moments privilégiés seul à seul. Alors, qu'en est-il ?

Pourquoi serions-nous plus heureux en société que tout seul ? Est-ce parce qu'on peut compter sur les autres, sur leur aide, sur leur bienveillance ? Ou est-ce parce que le plaisir de partager est inscrit en nous ? Lorsqu'on interroge les conceptions du bonheur qui prévalent dans la société, on constate que la chasse au bonheur est de plus en plus considérée comme une quête individuelle. L'idée dominante est qu'on doit s'en sortir par soi-même, qu'on peut décider de son bonheur, en être l'artisan. Paradoxe, puisqu'il faut donc, à la fois être entouré, et à la fois montrer *qu'on réalise seul son propre bonheur*.

Cette réflexion sur le lien entre le bonheur et la solitude met en jeu les notions propres au rapport à soi et celles propres à la vie sociale. Qu'est-ce qui serait une vie sociale heureuse ? Qu'est-ce qu'une vie solitaire réussie ? On peut poser ces questions sans spécialement scinder les deux axes, qui peuvent cohabiter au sein d'une existence réussie. Autrement dit, pourquoi, pour certaines choses, la solitude est-elle essentielle, et pour d'autres, le partage important ?





### Séquences à partir des pages 8-11



#### **EXERCICE PHILO :** **« Faut-il partager pour être heureux ? »**

Cet exercice vise, au niveau du fond, à questionner la signification du bonheur en s'interrogeant sur le bonheur, le partage et la solitude. Peut-on vivre seul des moments de bonheur ou faut-il les partager ? Peut-on accéder seul au bonheur ou faut-il partager pour être heureux ? Au niveau de la forme, c'est un exercice de problématisation se basant sur la distinction ainsi que sur la recherche d'implications.

#### **1. Distinguer : les bonheurs partagés, mes bonheurs à moi**

La problématisation d'une notion à l'aide des distinctions qui peuvent émerger en son sein est un exercice très fructueux. Ici, il s'agit de s'interroger sur la notion de bonheur en tentant de distinguer différents types de bonheurs : les bonheurs partagés, et les bonheurs vécus seuls.

Cette première phase débute avec une émergence des représentations des élèves sur le bonheur, afin de recueillir leurs opinions (15 min.)

- Demandez aux élèves, pour les plonger dans le bain : « Qu'est-ce qu'être heureux ? Est-ce qu'on peut être heureux tout seul ? » (voir question du fil rouge). Après quelques réponses, qui seront certainement hésitantes contradictoires et qui évoqueront peut-être aussi la difficulté de répondre à cette question, proposez-leur de commencer plus lentement en se posant d'abord cette première question : « Quand suis-je heureux ? » Demandez-leur de trouver un moment où ils se sont sentis heureux, chacun pour soi. Laissez-leur 3 minutes de réflexion.
- Invitez les élèves qui le veulent à partager leur moment avec l'ensemble de la classe et notez l'essentiel de ces interventions au tableau.
- Amenez-les ensuite à s'interroger avec les réflexions suivantes : « Avez-vous remarqué que certains de vos moments de bonheur ont été vécus seuls, et certains avec d'autres personnes ? Et même, que parfois c'était essentiel d'être seul, et parfois, essentiel d'être avec d'autres ? » (*si jamais* - cela peut arriver- les enfants n'évoquent que des bonheurs qu'ils ont partagés avec d'autres, amenez-les alors à la réflexion en faisant simplement remarquer ce fait).
- En passant en revue les différents moments de bonheur inscrits au tableau, demandez à l'ensemble de la classe de distinguer, entre les différents moments de bonheurs, ceux qui ont été vécus seuls – et parmi eux, ceux pour lesquels il était important d'être seul – et ceux qui ont été vécus en compagnie d'autres personnes – et ceux pour lesquels il était important d'être en compagnie.

Ensuite, proposez-leur de réaliser un exercice qui permettra de poser ces questions de bonheurs vécus seuls / bonheurs partagés (15 min.).

- Distribuez le document « Que faut-il partager pour être heureux ? » (voir annexe 1, pp. 10-13)
- Laissez-les faire individuellement l'exercice 1.

#### **2. Rechercher des implications : Oui parce qu'alors / Oui mais alors**

Dans cette deuxième phase (40 min.), il s'agit d'envisager les implications liées à nos conceptions sur les moments de bonheur, de les mettre en tension et de les confronter afin de faire surgir les contradictions.





### Séquences à partir des pages 8-11

- Proposez aux enfants de se mettre en groupes de trois et d'abord, de mettre en commun leurs réponses à l'exercice I ; ensuite, de réaliser en groupe l'exercice II.
- Attirez à nouveau l'attention de l'ensemble de la classe et demandez aux différents groupes de partager leurs différentes réponses.
- Séparez le tableau en quatre. Pour chaque élément, notez au fur et à mesure, dans les cases des deux colonnes (« oui parce qu'alors » / « oui mais alors ») et des deux lignes (partager / garder pour soi) les conséquences amenées par les enfants.

### 3. Relever les enjeux et les idées principales - problématiser

Cette troisième phase (30 min.) vise, à travers une discussion collective, à la recherche d'enjeux (qui permettra de pointer et de clarifier les idées principales), et à la problématisation (qui consiste à mettre en doute et à nuancer). Ces étapes sont essentielles à la recherche de sens.

- Après cette mise en commun, distinguez les idées qui expriment l'importance de partager / l'importance de garder pour soi un moment de bonheur. Ensuite, demandez aux enfants d'expliquer les phrases « oui, parce qu'alors », à l'aide de la question : « en quoi partager ou garder pour soi ce quelque chose peut nous faire plaisir ? ».
- Par exemple : « si on partage le chocolat, parce qu'alors l'autre profite aussi du chocolat, qu'est-ce qui nous fait plaisir ? Est-ce que cela veut dire que cela nous fait plaisir de faire plaisir à l'autre ? – plaisir de faire plaisir ». « Si on garde pour soi le chocolat, parce qu'alors on en a plus, qu'est-ce qui nous fait plaisir ? Qu'on en profite plus ? – plaisir de profiter ». Plusieurs idées peuvent être amenées, selon les réponses qu'auront apportées les enfants : plaisir de réfléchir, plaisir de faire ce qu'on veut / d'être libre >< plaisir de discuter, plaisir de montrer qui on est, plaisir d'être aidé, ...
- Notez les idées importantes relevées.
- Pour chacune de ces idées, amenez-les ensuite à réfléchir à la question de pourquoi c'est important d'être avec quelqu'un / d'être seul en posant, à point nommé, différentes questions. Par exemple\* : « Est-ce que c'est important d'être seul pour réfléchir ? Pourquoi ? Ne peut-on pas réfléchir à plusieurs ? Est-ce qu'il y a des personnes qui réfléchissent mieux avec d'autres, et d'autres, seules ? Est-ce qu'il y a des choses auxquelles on préfère réfléchir avec d'autres, et d'autres, seul ? Pourquoi ? »
- Enfin, à partir de la question du partage et de la solitude en relation avec le bonheur, il pourrait être intéressant d'élargir le débat aux questions suivantes : est-ce que vivre tout seul des moments de bonheur, c'est la même chose qu'être heureux tout seul ? Et : est-ce que les petits bonheurs, c'est la même chose que le bonheur avec un grand B ? Quelle est la différence entre le bonheur et la satisfaction ?
- Annoncez : « Au début de l'activité, nous nous sommes demandé ce qu'est le bonheur, et pour cela, nous avons réfléchi à des moments où nous avons ressenti du bonheur. Donc, nous avons relevé plusieurs « bonheurs » (au pluriel), et ensuite nous avons distingués différents types de bonheurs (ceux pour lesquels il est important de partager, ceux pour lesquels il est important d'être seul). Il y a donc bien des moments de bonheur où on peut être heureux tout seul, et même, où il est essentiel, important d'être tout seul. Mais est-ce que cela veut dire qu'on peut être heureux tout seul ? Et est-ce que les moments de bonheur, ce qu'on appelle aussi les « petits bonheurs », c'est la même chose que LE bonheur ? Qu'en pensez-vous ? »

\*Pour vous aider à la réflexion, voir les réponses et contre-arguments dans le plan de discussion « As-tu besoin des autres pour être heureux ? » dans O. BRENIFIER, *Le bonheur, c'est quoi ?*, Nathan, Paris, 2013, p. 66





### Séquences à partir des pages 8-11

Voici un plan de discussion pour vous aider à traiter de ces questions.

- Est-ce que pouvoir vivre seul des moments de bonheur, c'est la même chose que pouvoir être heureux seul ?
- Est-il possible de pouvoir vivre seul des moments de bonheur, mais de ne pas pouvoir accéder seul au bonheur ? Est-il possible de ne pas pouvoir vivre seul des moments de bonheur, mais de pouvoir accéder seul au bonheur ?
- Est-il possible de partager un moment de bonheur avec quelqu'un ? Est-il possible de partager le bonheur tout court avec quelqu'un ?
- Est-ce que ressentir du bonheur à un moment donné, c'est être heureux tout court ? Si non, quelle est la différence ?
- Comment pourrait-on appeler autrement un bonheur ressenti à un moment donné ?
- Qu'est-ce qu'être heureux tout court ? Qu'est-ce que le bonheur ?
- Est-ce que le bonheur est un état passager ou un état durable ?
- Est-ce que le bonheur, cela doit être fugitif ?
- Si le bonheur est quelque chose qui dure, est-il possible de le partager tout le temps ?
- Qu'est-ce que cela veut dire, partager un moment de bonheur ? Qu'est-ce que cela veut dire, partager le bonheur ?
- Est-ce que je peux partager mon bonheur avec plusieurs personnes différentes ?
- Est-ce que si quelqu'un est important ou essentiel à mon bonheur, cela veut dire que je suis heureux avec lui ?
- Est-ce qu'être heureux seul signifie être seul ? Qu'est-ce que pourrait signifier ne pas être seul, mais être heureux seul ?
- Est-ce qu'être heureux seul signifie être heureux sans rien partager avec personne ? être le seul à être heureux au milieu d'autres personnes ? être heureux seul en partageant des moments de bonheur avec d'autres personnes heureuses seules ?
- Est-ce qu'on a besoin des autres, ou pas ? Peux-tu donner des exemples ou des arguments qui expliquent qu'on a parfois besoin des autres, ou pas ?
- Est-ce qu'on a besoin des autres pour être heureux ?
- Peut-on être heureux en vivant toujours tout seul ? Si oui, pourquoi ? Si non, pourquoi ?

#### 4. Clôture

Vous pouvez clôturer cet exercice à l'aide du jeu des pages 4-5. Demandez aux enfants de faire le jeu, et ensuite, à côté de la ligne qu'ils auront tracée sur la carte, de tracer une autre ligne de couleur différente aux endroits où ils aimeraient bien être accompagnés.





## Séquences à partir des pages 8-11

### ANNEXE 1 : Fiche de l'élève « Que faut-il partager pour être heureux ? »

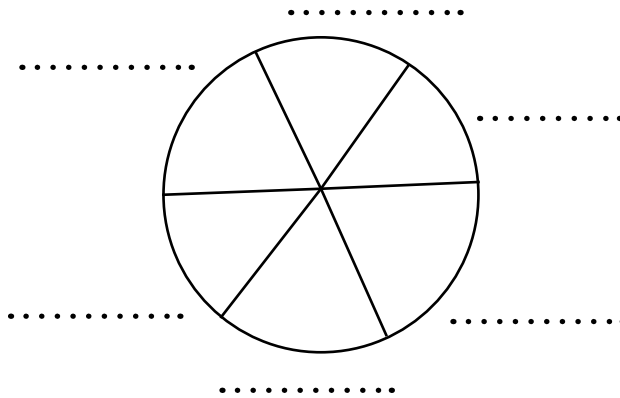
#### 1. Que faut-il partager ?

Voici une liste de choses qui peuvent se partager.

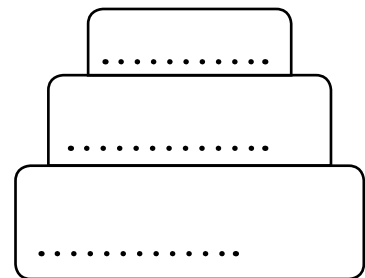
- une promenade dans la nature
- ton chez-toi
- ton rire
- ton travail
- ton goûter
- une aventure
- un jeu de société
- le dernier morceau de chocolat
- un secret
- une histoire drôle

Pour les choses qu'il t'arrive de vouloir partager, inscris la lettre correspondante dans « la tarte des plaisirs partagés ». Pour les choses que tu es sûr de vouloir garder pour toi, inscris-les dans « mon gâteau à moi ».

#### Tarte des plaisirs à partager



#### Mon gâteau à moi tout seul



#### 2. Oui parce qu'alors / Oui mais alors

Pour chacune de ces choses, demande-toi si cela peut devenir un moment de bonheur et ensuite, essaie de réfléchir :

> Qu'est-ce qui en fera un moment de bonheur si tu le partages (Oui, parce qu'alors...) et qu'est-ce qui t'embêtera si tu le partages (Oui, mais alors...) ?

> Qu'est-ce qui en fera un moment de bonheur si tu le gardes pour toi (Oui, parce que...) et qu'est-ce qui t'embêtera si tu le gardes pour toi (Oui, mais...) ?

Tu peux inscrire plusieurs phrases dans chaque case. Tu n'es pas obligé de remplir toutes les cases.





# Dossier pédagogique

## Philéas & Autobule

n°45

### Séquences à partir des pages 8-11

Une promenade dans la nature, c'est un moment de bonheur...

	Oui, parce qu'alors...	Oui, mais alors...
1. ...si tu la partages		
2. ...si tu la gardes pour toi		

Ton chez-toi, c'est un moment de bonheur...

	Oui, parce qu'alors...	Oui, mais alors...
1. ...si tu le partages		
2. ...si tu le gardes pour toi		

Ton rire, c'est un moment de bonheur...

	Oui, parce qu'alors...	Oui, mais alors...
1. ...si tu le partages		
2. ...si tu le gardes pour toi		

Ton travail, c'est un moment de bonheur...

	Oui, parce qu'alors...	Oui, mais alors...
1. ...si tu le partages		
2. ...si tu le gardes pour toi		





# Dossier pédagogique

## Philéas & Autobule

n° 45

### Séquences à partir des pages 8-11

Ton goûter, c'est un moment de bonheur...

	Oui, parce qu'alors...	Oui, mais alors...
1. ...si tu le partages		
2. ...si tu le gardes pour toi		

Une aventure, c'est un moment de bonheur...

	Oui, parce qu'alors...	Oui, mais alors...
1. ...si tu la partages		
2. ...si tu la gardes pour toi		

Un jeu de société, c'est un moment de bonheur...

	Oui, parce qu'alors...	Oui, mais alors...
1. ...si tu le partages		
2. ...si tu le gardes pour toi		

Le dernier morceau de chocolat, c'est un moment de bonheur...

	Oui, parce qu'alors...	Oui, mais alors...
1. ...si tu le partages		
2. ...si tu le gardes pour toi		





# Dossier pédagogique

## Philéas & Autobule

n°45

### Séquences à partir des pages 8-11

Un secret, c'est un moment de bonheur...

	Oui, parce qu'alors	Oui, mais alors...
1. ...si tu le partages		
2. ...si tu le gardes pour toi		

Une histoire drôle, c'est un moment de bonheur...

	Oui, parce qu'alors...	Oui, mais alors...
1. ...si tu la partages		
2. ...si tu la gardes pour toi		

