

Un bol de compassion

Cette leçon se concentre sur l'attention par l'acte de compassion. Les élèves se verront présenter une série de scénarios difficiles et surprenants et parleront ensuite de ce qu'ils pourraient faire dans cette situation.

Sous-Concept(s)

Cempathie, gentillesse

Calendrier de la leçon

45 minutes

Matériaux nécessaires

- ☐ Cartes Scénario (voir ci-dessous)
- ☐ Bol ou boîte

Carte des normes

Cette leçon s'aligne sur les compétences CASEL, les normes nationales d'éducation sanitaire et les normes d'État de base communes. Veuillez vous référer au [Carte des normes](#) pour plus d'informations.



**DÉSIGNÉ PAR CASEL
COMME PROGRAMME RECOMMANDÉ
POUR L'APPRENTISSAGE SOCIAL ET
ÉOTIONNEL.**

Voir la dernière page pour les détails.

Objectif de la leçon

Les étudiants vont :

- Faites preuve de compassion en réfléchissant à des solutions pour des scénarios difficiles.
- Expliquez la compassion par des mots.

Lien avec l'enseignant/Prendre soin de soi

L'acte de compassion envers les autres semble souvent facile pour nous adultes lorsque nous regardons un documentaire émouvant ou un journal télévisé. Cependant, la lutte pour faire preuve de compassion au sein de notre propre communauté est parfois un peu plus difficile. On devient immunisé contre le sans-abri à l'enseigne ou la mère célibataire aux prises avec les colis. Cette semaine, jetez un coup d'œil concentré sur votre communauté, votre école et même votre classe. Qui pourrait être dans le besoin que vous avez peut-être négligé dans le passé ? Faire preuve de compassion envers votre environnement immédiat peut vraiment augmenter la connectivité avec vos élèves, vos pairs et votre communauté dans son ensemble. Lorsque nous sommes connectés, nous sommes présents, alors jetez un coup d'œil autour de vous. Qui est passé entre les mailles du filet ? Comment votre compassion peut-elle vous aider à rester en contact avec votre école ?

Conseils pour les apprenants diversifiés

- Placez les élèves dans divers groupes de 3-4 pour équilibrer les parties orales.
- Utilisez les cartes de scénario à la fin de cette leçon pour aider à la compréhension.
- Ajoutez une carte de scénario difficile "Créez le vôtre" pour les apprenants avancés afin de prolonger la leçon.



Partager

5-7 minutes

Demandez aux élèves de se rassembler à l'heure du cercle/à l'aire de réunion communautaire.

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

- Demandez aux élèves de partager avec leur voisin quelque chose dont ils sont reconnaissants aujourd'hui.
- Si vous le souhaitez, écrivez les remerciements sur les liens de la semaine dernière pour les ajouter à la chaîne plus tard.



Inspirer

Qu'est-ce que la bienveillance ?

10-15 minutes

Expliquez que la compassion est le sentiment que vous ressentez lorsque vous voulez aider quelqu'un qui est dans le besoin. Cette personne peut être un ami, votre professeur, vos parents, un frère ou une sœur ou peut-être même quelqu'un que vous n'avez jamais rencontré ! Lorsqu'une personne est triste, souffre ou a besoin d'aide, nous éprouvons naturellement de la compassion pour elle. Nos cœurs nous disent d'aider. Parfois, nous ne nous arrêtons même pas pour penser à donner cette aide parce que le sentiment de compassion est si fort. Notre désir d'être gentil et attentionné est écrasant et nous passons à l'action ! Quand avez-vous ressenti de la compassion pour votre famille ou vos amis ? Comment avez-vous pu faire preuve de gentillesse et d'attention ?

Expliquez que la compassion peut être ressentie pour des personnes que nous n'avons même jamais vues ou rencontrées. Fournissez des exemples simples de scénarios qui pourraient naturellement conduire à un sentiment de compassion. Certains exemples peuvent inclure un enfant malade, un accident de voiture ou un animal mort.

- Demandez d'autres exemples : avez-vous déjà vu un film qui vous a fait ressentir de la compassion pour l'un des personnages ?
- Lisez *The Lady in the Box* d'Ann McGovern ou regardez cette vidéo pour une lecture à haute voix [The Lady In the Box](#)
- Après la lecture à haute voix, posez les questions suivantes :
 1. *Avez-vous déjà vu quelqu'un dormir dehors dans la rue ou dans le parc ?*
 2. *Comment vous sentez-vous lorsque vous voyez quelqu'un dans le besoin ?*
 3. *Comment aideriez-vous la "Lady in the Box" ?*

Remarque : Il peut s'agir d'un sujet sensible. Préparez-vous à certaines questions que les élèves pourraient se poser sur les raisons pour lesquelles les gens sont sans abri, pourquoi certains en ont plus que d'autres, etc.



Habiliter

20 minutes

Divisez les élèves en équipes de 3 à 5 selon la taille de votre classe. À l'aide d'un bol ou boîte, placez toutes les cartes Scénario dans le bol (assurez-vous de les plier pour que personne ne puisse les voir de l'extérieur).

Invitez deux groupes à la fois. Demandez à un groupe de sélectionner une carte de scénario. Lisez le titre du scénario et décrivez l'action de la carte. Donnez aux deux équipes le temps de discuter du scénario en équipe. Ils

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

doivent répondre à la question : « Que ferais-je si cela m'arrivait ? » Après deux minutes, demandez aux deux équipes d'expliquer leur réponse.
Exemple : J'ai oublié mon déjeuner à la maison.

Equipe 1 :

Nous le dirions au professeur et peut-être qu'elle pourrait nous aider à obtenir un autre déjeuner.

Equipe 2 :

Nous demanderions à notre meilleur ami une partie de leur déjeuner car ils ont toujours un supplément.

Une fois que les deux équipes ont fourni une réponse, posez les questions suivantes :

- *Comment vous sentiriez-vous si cela vous arrivait ?*
- *Comment pourriez-vous montrer de la compassion si vous voyiez cela arriver à quelqu'un de notre classe ?*

Répérez cette activité jusqu'à ce que tous les groupes aient eu au moins deux occasions d'avance.

Essayez 3 équipes à la fois pour plus de défi.



Refléter

5-7 minutes

La compassion est une émotion complexe et peut être difficile à expliquer de manière concrète. L'utilisation de scénarios de la vie réelle au fur et à mesure qu'ils se présentent tout en incorporant ce langage permet aux jeunes enfants d'avoir une base sur laquelle s'appuyer. En période de conflit, utilisez ce même modèle pour aider les deux côtés du désaccord à comprendre et à montrer de la compassion pour l'autre.



Idées d'extension

- Utilisez cette même technique pendant les périodes de conflit avec les élèves tout au long de l'année. Cela déplace l'accent de "mon point de vue est juste" vers celui de la gentillesse et de la compassion pour l'autre personne.
- À l'aide de la carte de scénario "Créez le vôtre" ci-dessous, donnez aux élèves la possibilité de créer le leur et de le mettre en scène dans l'aire de jeu de simulation de votre salle (le cas échéant). La pratique supplémentaire de la compassion est toujours un bon investissement de temps !



DÉSIGNÉ PAR CASEL
COMME PROGRAMME
RECOMMANDÉ POUR

Le Collaboratif pour l'apprentissage scolaire, social et émotionnel (CASEL) examine les programmes SEL fondés sur des données probantes depuis 2003. Kindness in the Classroom® répond au programme SElect de CASEL et est inclus dans le Guide CASEL pour des programmes efficaces d'apprentissage social et émotionnel.

Kindness in the Classroom® a atteint ou dépassé tous les critères de CASEL pour une programmation SEL de haute qualité. Kindness in the Classroom® a reçu la plus haute distinction de CASEL pour une programmation SEL de haute qualité.

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

<p>Un enfant sur la cour de récréation ne avoir un manteau. Il fait froid aujourd'hui.</p>	<p>Ta mère pleure parce que une assiette vient de casser.</p>
<p>Une fille vient de manquer le bus à l'école.</p>	<p>Un garçon a un pneu crevé sur son vélo.</p>
<p>Un chien a aboyé fort comme une fille passé dans la cour de quelqu'un.</p>	<p>Un garçon est tombé des balançoires et écorché sa jambe.</p>
<p>Certains enfants jouent au ballon. Un garçon demande à jouer et ils disent non.</p>	<p>Une fille est assise seule sur les marches à la récréation.</p>