

Que feriez-vous?

Cette leçon aide les élèves à comprendre l'empathie et comment l'activer dans des situations quotidiennes à l'école et à la maison grâce à une activité de discussion de scénarios. En fonction de vos élèves et du temps imparti, cette activité peut être modulée selon vos besoins ; les élèves peuvent travailler en petits groupes ou en grand, choisir de parler, d'écrire et de présenter leurs idées ou d'utiliser le jeu de rôle à la place. Les élèves pourraient travailler indépendamment sur leurs réponses, puis faire une réflexion, une paire, un partage. Il existe de nombreuses façons de travailler sur les situations présentées dans la feuille de travail de clôture. Notez que plus de temps est accordé à la fin de cette leçon (Autonomisation et conclusion), alors planifiez votre temps en conséquence.

BienveillanceSous-concept(s)

Compassion, empathie, gentillesse

Calendrier de la leçon

45 minutes

Matériaux nécessaires

- ☐ Quelle est la chose gentille à faire ?
Feuille de travail

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
ÉMOTIONNEL.**

Voir la dernière page pour les détails.

Objectif de la leçon

Les étudiants vont :

- Comprendre la définition de l'empathie.
- Réfléchissez à des situations hypothétiques qui déclenchent l'empathie et formulez une réponse.

Lien avec l'enseignant/Prendre soin de soi

La compassion et l'empathie vont de pair. Lorsque vous ressentez ce tiraillement de compassion, vous êtes souvent capable d'exprimer de l'empathie simultanément. La semaine dernière, nous nous sommes concentrés sur une plus grande attention aux personnes souvent oubliées dans votre communauté. Cette semaine, le défi va encore plus loin. Choisissez une personne de votre communauté avec qui sympathiser et mettez-vous à sa place pendant une journée. Comment est leur journée ? Quelles difficultés pourraient-ils rencontrer ? Quel pourrait être le moment fort de leur journée ? Si possible, essayez de vivre un jour comme ils le feraient. Si ce n'est pas possible, essayez de visualiser la journée ou de tenir un journal à ce sujet. La compassion nous amène à ressentir des émotions. Cependant, la véritable empathie nous permet de nous mettre carrément à la place de l'autre, avec ses hauts et ses bas, ses luttes et ses célébrations. Cet exercice simple peut vous aider à pratiquer plus facilement l'empathie avec toutes les personnes différentes, tant au niveau local qu'international.

Conseils pour les apprenants diversifiés

- Prendre des notes ou faire une présentation peut être difficile pour certains élèves. Pour vous assurer que tous les élèves sont dans une situation où ils peuvent maximiser leur participation et leur engagement, vous pouvez organiser les groupes à l'avance.

- Lisez d'abord chaque scénario à haute voix avant de diviser les groupes pour vous assurer qu'ils sont entendus correctement et clairement.
- Faites circuler la salle pendant que les groupes travaillent pour aider à assurer l'inclusion de tous les membres.



Partager

3-5 minutes

Dans notre dernière leçon, nous avons parlé de la façon dont nous pouvons faire preuve de compassion et prendre soin des autres. Nous nous sommes écrit des lettres décrivant comment nous pourrions prendre soin des autres dans notre communauté. Vous recevrez ces lettres quand vous ne vous y attendez pas et j'espère qu'elles vous rappelleront l'impact que vous pouvez avoir lorsque vous vous souciez des autres !

Réfléchissez une minute à qui prend soin de vous. Appelez le nom de quelqu'un qui s'occupe de vous; aller!

Cela devient un peu bruyant et chaotique, mais c'est amusant de remplir l'air avec le son des enfants reconnaissant ceux qui s'occupent d'eux. S'il est difficile de reprendre le contrôle après environ 30 secondes à 1 minute d'appels, demandez aux élèves de le faire de manière plus organisée.



Inspirer

3-5 minutes

C'était vraiment stimulant d'entendre parler de toutes les personnes qui s'occupent de nous. Nous venons de remplir l'air avec les noms de personnes qui s'en soucient ! N'est-ce pas cool?

Maintenant, dans la leçon n° 2 où nous avons parlé des choses que nous pourrions faire pour «donner cinq» à quelqu'un d'autre, pour aider quelqu'un d'autre à faire face au stress et pour l'aider à résoudre un problème, j'ai mentionné le mot empathie. Quelqu'un a-t-il une idée de ce que signifie ce mot ?

Invitez les élèves à répondre.

L'empathie signifie que nous sommes capables de comprendre les sentiments ou le point de vue d'une autre personne parce que nous avons vécu la même expérience ou une expérience similaire. Ainsi, par exemple, si l'un de vous se casse le bras, je peux compatir ou comprendre votre douleur et votre frustration parce que moi aussi je me suis cassé le bras. N'hésitez pas à modifier cet exemple pour qu'il soit vrai pour vous.

Lorsque nous avons de l'empathie pour une autre personne, nous sommes capables de répondre véritablement à ses émotions et à ses sentiments d'une manière qui fait que cette personne se sent entendue et comprise.

L'empathie peut aussi fonctionner dans les moments d'excitation et de joie ! Si vous partez en voyage spécial à Disney World, par exemple, je peux compatir ou comprendre votre enthousiasme parce que j'ai été à Disney World et je

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

sais à quel point c'est incroyable. Je peux être excité pour toi parce que je sais tout le plaisir que tu vas avoir.

L'empathie est une émotion vraiment puissante.



Habiller

7-10 minutes

Ok, maintenant vous allez vous diviser en six groupes différents. Chaque groupe reçoit un scénario à lire, puis répond aux questions. Une fois tous les groupes terminés, nous nous réunirons en grand groupe pour examiner chaque scénario et la réponse de votre groupe à celui-ci. Vous devez donc choisir un lecteur, un preneur de notes et au moins un présentateur.

Vous pouvez demander aux élèves de prendre des notes sur du papier bloc-notes, sur leur feuille de scénario ou sur un grand bloc-notes autocollant qu'ils peuvent accrocher derrière eux au tableau en guise de mini-présentation visuelle.

Utilisez le "Quelle est la chose gentille à faire?" feuille de travail ci-dessous. Donnez aux élèves environ 10 minutes pour lire leur scénario et discuter de leurs réponses.



Refléter

5 minutes

Prenez le temps pour chaque groupe de présenter. Cela peut être à la fin de la journée dans le cadre de la stratégie de récapitulation ou de ticket de sortie. Lors de la présentation, les étudiants peuvent gagner un ticket de sortie.

Assurez-vous de souligner l'empathie dans la discussion; chaque scénario demande aux élèves s'ils ont été dans une situation similaire. Demandez : « Qu'avez-vous ressenti ? Qu'est-ce qui a fait la différence pour vous ? » Ouvrez-le aux autres membres du groupe plus large.



Idées d'extension

- Les élèves peuvent interpréter les idées sur les cartes de scénario (au lieu de les présenter), ou ils peuvent jouer un rôle et ensuite demander à un élève du groupe de poser des questions à l'auditoire ou d'expliquer son interprétation.
- Les élèves peuvent écrire d'autres scénarios qu'ils voient ou ont expérimentés et vous pouvez les enregistrer pour de futurs jeux de rôle, des invites de journal et un renforcement de concept général.
- La section Partage pourrait être convertie en une « toile d'entraide » où, au lieu que tout le monde crie en même temps, les élèves se tiennent en cercle, une personne tenant une pelote de laine. Lorsque cet élève dit le nom d'une personne qui s'occupe de lui, il lance le fil à une autre personne qui dit le nom de quelqu'un qui s'occupe d'elle. Ils tiennent leur morceau de fil puis le lancent à une autre personne qui fait la même chose. Cela continue jusqu'à ce que tout le monde ait parlé et qu'il reste une grande toile d'entraide !



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

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.

<https://casel.org/guide/kindness-in-the-classroom/>

Quelle est la gentille chose à faire ?

Scénario 1:

Melissa, Joe et Christina n'aiment pas faire les corvées à la maison. Lorsque leurs parents leur demandent de sortir les poubelles et de promener le chien, ils se plaignent et ne veulent pas aider.

- Comment les enfants peuvent-ils faire preuve d'attention et de respect envers leurs parents ? Comment réagiriez-vous dans cette situation ?
- Parfois, nous ne faisons pas ce qu'il faut, même si nous savons que nous devrions le faire. Pourquoi pas ?
- Que pouvez-vous faire pour répondre à vos parents d'une manière que vous et eux aimeriez ?

Scénario 2 :

Alicia est vraiment ravie d'une nouvelle jupe. Lorsqu'elle le porte à l'école le lendemain, certaines filles s'en moquent. Monique est la meilleure amie d'Alicia et voit les filles se moquer d'Alicia.

- Comment Monique peut-elle faire preuve d'attention et de respect envers Alicia ?
- Comment réagiriez-vous si vous étiez Monique ? Si vous étiez Alicia ? Avez-vous déjà été dans cette situation ?
- Que pouvez-vous faire pour défendre vos amis d'une manière bienveillante et respectueuse ?

Scénario 3 :

La sœur cadette de Gwen, Isabel, veut jouer avec Gwen tout le temps. Lorsque les amis de Gwen arrivent, Isabel ne les laisse pas seuls et Gwen est très ennuyée.

- Comment Gwen peut-elle être gentille avec Isabel ?
- Comment réagiriez-vous si vous étiez Gwen ? Si vous étiez Isabelle ? Avez-vous déjà été dans cette situation ?
- Comment pourriez-vous être plus patient et inclusif avec vos frères et sœurs ou avec vos amis ?

Scénario 4 :

Mme Martinez fait toujours des choses gentilles pour les enfants du quartier; surtout pour Josie et ses amis. Elle prépare des biscuits pour eux, vient les chercher après l'école lorsque leurs parents travaillent et les écoute lorsqu'ils ont un problème.

- Comment Josie et ses amis peuvent-ils montrer leur gratitude à Mme Martinez ?
- Avez-vous déjà été dans une situation similaire à Josie et ses amis ? Qu'est-ce que tu as fait ?
- De quelles manières pouvons-nous être reconnaissants envers les autres lorsqu'ils font des choses gentilles pour nous ?

Scénario 5 :

Michael est en 4e année à votre école. Il pique et dérange constamment les autres enfants de la classe, manque de respect envers l'enseignant et est un clown de classe. Les élèves ont du mal à se concentrer et veulent que Michael arrête mais ont peur de lui. Antonio est son meilleur ami et décide de lui parler des problèmes.

- De quelles manières respectueuses Antonio peut-il parler à Michael de la façon dont il agit ?
- Comment réagiriez-vous si vous étiez Antonio ? Si vous étiez Michel ? Avez-vous déjà été dans cette situation ?
- Il pourrait être tentant de traiter Michael de la même manière qu'il traite les autres. Comment pouvez-vous être gentil même si cela peut être difficile à faire ?

Scénario 6 :

Eric joue dans une équipe de baseball de la Petite Ligue et n'aime pas tous les déchets que les gens laissent sur le terrain de baseball après les matchs.

- Que peuvent faire Eric et ses amis pour résoudre le problème des déchets sur le terrain de baseball ?
- Comment réagiriez-vous si vous étiez Eric et ses amis ? Avez-vous déjà vu un problème comme celui-ci et ne savez pas exactement quoi faire ?
- Nous ne prenons pas toujours le temps de comprendre ce que nous pouvons faire pour résoudre de gros problèmes. Qu'est-ce qui nous en empêche ?

