

Reviens avec courage : jeu de rôle

La leçon se concentre sur l'utilisation du courage pour faire de bons choix, même lorsque cela semble difficile à faire. De plus, les élèves ont la possibilité de développer des compétences d'affirmation de soi en disant « non » à la pression négative des pairs. Ces compétences sont développées par le biais de remue-méninges et de jeux de rôle avec une discussion de suivi et des extensions possibles des questions de discussion et de réflexion.

Sous-concept(s) de gentillesse

Vulnérabilité, Humilité

Calendrier de la leçon

35-40 minutes

Matériaux nécessaires

- ❑ Reviens avec
Scénarios Courage Role-Play (voir ci-dessous)

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 :

- Pratiquez des manières respectueuses de dire « non » lorsqu'ils subissent la pression des pairs.

Lien avec l'enseignant/Prendre soin de soi

Avez-vous déjà entendu l'expression « payez au suivant » ? Il fait référence à l'action d'une personne qui fait une bonne action non reconnue pour un étranger en partant du principe que le receveur « la rendra à son tour » en faisant une bonne action pour quelqu'un d'autre. Peut-être que la personne devant vous a déjà payé votre commande de café ou qu'une note positive a été laissée sur votre bureau. Ce sont deux excellents exemples de ce concept simple mais puissant. Cette semaine, cherchez des moyens de répondre avec gentillesse en identifiant trois manières différentes de le transmettre à vos collègues d'une manière ou d'une autre. Passez un peu de temps à réfléchir à de petites surprises pour votre entourage, ajoutez un petit mot avec la bonne action qui l'encourage à faire perdurer la chaîne en transmettant également un peu de gentillesse à l'autre.

Conseils pour les apprenants diversifiés

- Présélectionnez des groupes s'il y a des personnalités fortes qui ne devraient pas (ou devraient !) être dans le même groupe de jeu de rôle.



Partager

5-7 minutes

Dans notre première leçon, nous avons appris qu'il faut parfois du courage pour donner le meilleur de nous-mêmes et essayer de nouvelles choses. Est-ce que l'un d'entre vous a essayé quelque chose de nouveau entre maintenant et cette dernière leçon ? Qu'est-ce que c'était ?

Invitez les élèves à répondre.

Pour cette activité, nous allons réfléchir à la manière dont nos pairs nous influencent. Tout d'abord, quelqu'un définit les pairs.

Invitez les élèves à répondre.

Gelée! Comment pensez-vous que nos pairs et amis peuvent nous influencer de manière positive ?

Invitez les élèves à répondre.

D'accord, qu'en est-il de la façon dont les pairs et les amis peuvent influencer de manière négative ?

Invitez les élèves à répondre.



Inspirer

7-10 minutes

Parfois, nos pairs peuvent nous pousser à faire des choses que nous ne voulons pas faire. Rester en bonne santé émotionnelle et mentale signifie savoir quand écouter nos pairs et quand écouter notre cœur et notre cerveau. Il est important de maintenir notre intégrité afin que nous puissions nous respecter et faire de bons choix. Cela signifie avoir le courage de dire « non » parfois. Pourquoi pensez-vous qu'il faut du courage pour dire non ?

Invitez les élèves à répondre.

Comment pouvez-vous dire « non » lorsque quelqu'un vous presse de faire quelque chose que vous ne voulez pas faire ?

Laissez les élèves faire un remue-méninges pour trouver des façons de dire « non » lorsque quelqu'un fait pression sur eux. Écrivez leurs réponses au tableau ou sur du papier graphique.

S'ils ne proposent pas les cinq stratégies suivantes, assurez-vous de les ajouter :

1. Utilisez une déclaration « non » forte, telle que « non merci » ou « non, je ne suis pas intéressé ».
2. Regardez l'autre personne dans les yeux.
3. Croisez vos bras; votre langage corporel montre que vous n'êtes pas intéressé.
4. Montrez que vous êtes confiant. Ne souriez pas, ne riez pas et ne riez pas nerveusement !
5. Éloignez-vous !

Faites une pratique de 30 secondes en demandant aux élèves de former un grand cercle et, un élève à la fois, à tour de rôle autour du cercle en disant « non » à la personne à leur gauche en utilisant les 5 stratégies. Retournez à leur pupitre après que chaque élève ait dit « non ». Le dernier élève restant dans le cercle vous dira "non" et vous "partirez" tous les deux vers votrebureaux.



Habiler

15-20 minutes

Nous allons maintenant jouer des jeux de rôle qui se concentrent sur ce que nous pouvons faire lorsque les gens nous poussent à faire des choses que nous ne voulons pas faire.

Divisez les élèves en quatre à six groupes et donnez à chaque groupe un jeu de rôle. Donnez à chaque groupe un jeu de rôle. Vous devrez déterminer les rôles suivants :

- Un membre du groupe lira la situation à la classe.
- Un membre du groupe représentera la « pression des pairs » et tentera de faire pression sur les autres pour qu'ils fassent quelque chose de mal.
- Tous les autres membres du groupe devront dire « non » aux pressionsamis en utilisant l'une des compétences dont nous avons discuté et qui est écrite au tableau.

Demandez aux élèves de passer quelques minutes à déterminer comment ils vont jouer le jeu de rôle. Demandez-leur ensuite de jouer les jeux de rôle pour la classe.



Refléter

7-10 minutes

Après tous les jeux de rôle, posez les questions suivantes :

- Selon vous, laquelle de ces situations demanderait le plus de courage pour se lever et faire ce qu'il faut ? Pourquoi?
- Laquelle des techniques que nous avons pratiquées aujourd'hui vous conviendrait le mieux ? Quelles sont les autres façons dont vous pouvez dire « non » ?
- Comment utilisons-nous le courage et le respect de soi dans ces situations ?

Il est important de se rappeler que lorsque d'autres personnes vous voient faire de bons choix avec courage, même lorsqu'il est difficile de dire « non » ou de faire ce qu'il faut, vous influencez positivement les autres. Vous prenez une situation de pression négative des pairs et la transformez en une situation de pression positive des pairs ! À quel point est-ce incroyable ? !



Idées d'extension

- Demandez aux élèves d'écrire leurs propres jeux de rôle.
- Pour renforcer les concepts plus tard (peut-être comme une activité de ticket de sortie), vous pouvez demander aux élèves d'utiliser l'une

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

des stratégies pour quitter la salle à la fin de la journée ou leur faire écrire un journal sur les points suivants :

- Qu'est-ce que la pression des pairs ?
- Quelles sont les manières respectueuses de dire « non » ?
- Qu'est-ce que l'intégrité ?
- Écrivez à propos d'un moment où vous avez subi des pressions pour faire quelque chose que vous ne vouliez pas faire. Qu'est-ce que tu as fait? Comment te sentais-tu?
- Après avoir appris quelques techniques pour dire « non » aujourd'hui, laquelle serait, selon vous, la plus facile à utiliser ?
- Est-il difficile d'être intègre face à la pression des pairs ?



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/>

Revenez avec le jeu de rôle Courage

Scénarios de jeu de rôle	Comment « revenir avec courage » ?
Fumeur Vous rendez visite à vos grands-parents pour l'été et avez rencontré un groupe d'amis qui vous mettent au défi de fumer des cigarettes avec eux. Vous savez que fumer est nocif. Votre oncle a un cancer du poumon et les médecins pensent que le tabac en est la cause.	
Vol Vous êtes dans un magasin et vous voyez un CD que vous voulez acheter, mais vous n'avez pas assez d'argent. Vos amis vous disent qu'ils surveilleront les employés du magasin et les caméras afin que vous puissiez mettre le CD dans votre sac à dos. Tu veux vraiment le CD, mais tu sais que voler, c'est mal.	
Intimidation Vous et un groupe d'amis êtes dans la cour de récréation lorsqu'un élève qui a du mal à contrôler son comportement en classe s'approche de vous. La plupart des enfants se moquent de lui et ne veulent pas être avec lui. Votre meilleur ami vous dit : « Avez-vous vu comment il se comportait en classe aujourd'hui ? Il a fait une crise parce qu'il ne voulait pas faire le problème de maths. Quel perdant !"	
Étranger Vous rentrez de l'école à pied avec votre ami et il pleut à verse. Quelqu'un s'arrête dans une nouvelle voiture de sport rouge vif et vous demande si vous voulez faire un tour. La personne a l'air vraiment sympa, mais vous n'avez jamais vu le chauffeur auparavant. Votre ami veut monter dans la voiture, mais vous pensez que ce n'est pas une bonne idée.	
Debout Votre amie a une nouvelle chemise que vous aimez vraiment, mais un groupe de filles la taquine et lui dit qu'elle est moche. Ces filles disent que vous devez dire à votre amie à quel point elle a l'air idiote dans la chemise.	
Manquer l'école C'est une belle journée de printemps et votre ami vous demande si vous voulez aller au parc et à l'école du fossé. Vous n'avez jamais séché l'école auparavant, mais vous ne voulez pas que votre ami se moque de vous.	