

Bienveillance

C'est la 3e semaine dans l'unité de soins. Les étudiants se concentreront sur l'empathie et trouveront un terrain d'entente avec les autres, quels que soient leurs antécédents et leur emplacement.

Commencez l'unité avec toute la leçon en classe, puis essayez de suivre au moins deux des mini-leçons avec vos élèves tout au long de la semaine. Chaque mini-leçon est conçue pour présenter des éléments de la leçon principale de manière nouvelle et attrayante.

Leçon principale

**Leçon de classe
entière**
30 minutes



Choisissez votre empathie

C'est la 3e semaine dans l'unité de soins. Les étudiants se concentreront sur l'empathie et trouveront un terrain d'entente avec les autres, quels que soient leurs antécédents et leur emplacement. (Voir page 2 pour les détails de la leçon.)

Mini-leçons

**Pour les petits
groupes**
15 minutes



Luttes communes

Divisez la classe en groupes de 6 à 8. Avec votre petit groupe, sélectionnez un scénario courant que d'autres adolescents vivent à travers le monde, indépendamment de l'argent, de l'environnement, etc. Notez votre idée et indiquez 3 détails à l'appui pour étayer votre réponse. Partagez votre terrain d'entente avec le grand groupe.

Pour les partenaires
15 minutes



Terrain d'entente

Demandez aux élèves de s'associer avec quelqu'un avec qui ils ne sont pas amis ou qu'ils ne connaissent pas très bien. Créez une liste avec votre partenaire mettant en évidence 10 choses que vous avez en commun. Vous ne pouvez PAS inclure d'attributs évidents tels que l'apparence, le grade, le sexe, etc. Creusez plus profondément !

Pour les particuliers
15 minutes



Bienvenue à la maison

Créez une bannière de bienvenue pour un vétéran qui rentre chez lui dans votre communauté. Parlez avec votre VFW local pour obtenir plus d'informations sur le moment où ils pourraient arriver et comment livrer votre bannière. Vous pouvez également créer une bannière de bienvenue à la maison pour tous les vétérans du Vietnam qui n'ont pas reçu un retour heureux.

**Axé sur la
technologie**
15 minutes



Sensibilisation étendue

Divisez-vous en petits groupes. Identifiez une campagne récente que vous ayez prise conscience de grâce à la technologie en particulier. Les exemples peuvent inclure les droits des animaux, l'itinérance, l'intimidation, etc. Comment la technologie vous a-t-elle aidé à prendre conscience et comment pouvez-vous utiliser la technologie pour AGIR et AIDER à sensibiliser maintenant que vous le savez ?

Choisissez votre empathie

C'est la 3e semaine dans l'unité de soins. Les étudiants se concentreront sur l'empathie et trouveront un terrain d'entente avec les autres, quels que soient leurs antécédents et leur emplacement.

Calendrier de la leçon

30 minutes

Matériaux nécessaires

- ❑ Aucun matériel n'est requis pour cette leçon

Carte des normes

Cette leçon s'aligne sur les compétences CASEL, les normes nationales d'éducation à la santé, les normes de la Société internationale pour la technologie dans l'éducation, le cas échéant, et les normes d'État de base communes. Veuillez vous référer au [Carte des normes](#) pour plus d'informations.

Objectif de la leçon

Les étudiants vont :

- Explorez la différence entre la sympathie et l'empathie.
- Développer une compréhension de l'empathie telle qu'elle s'applique à eux personnellement.
- Pratiquer l'empathie dans une variété de scénarios tout au long de leur routine quotidienne.

Lien avec l'enseignant/Prendre soin de soi

Chaque étudiant avec qui vous travaillez est unique. Vous travaillez peut-être avec des étudiants issus de milieux difficiles. Peut-être que vous travaillez avec des étudiants qui ont des foyers très stables et aimants. Peut-être travaillez-vous avec des étudiants qui sont en famille d'accueil ou qui vivent avec une famille élargie ou qui sont sans abri. Peut-être que vous travaillez avec des élèves qui aiment l'école et qui réussissent bien. Vous travaillez peut-être avec des élèves qui n'aiment pas l'école et qui sont en retard par rapport au niveau scolaire. Quelle que soit la situation, recherchez le terrain d'entente que vous partagez avec chaque élève, tant dans ses défis que dans ses réussites. Être capable de comprendre ce qu'ils vivent en dehors de vos soins vous aidera à être plus attentionné et compatissant envers eux lorsqu'ils sont à votre charge. Les élèves de cet âge forgent leur identité et aspirent à être vus et connus. Faire preuve d'empathie envers eux en tant qu'individus contribuera grandement à les aider à faire face aux défis et à se forger une image de soi saine.



Partager

3-5 minutes

Nous sommes à mi-chemin de notre unité sur les soins et nous avons couvert à la fois les soins personnels et la gratitude. Cette semaine, nous nous concentrons sur l'empathie, ce que cela signifie et comment nous pouvons vraiment l'exploiter tout au long de notre vie quotidienne.

En quoi pensez-vous que la sympathie et l'empathie diffèrent l'une de l'autre ?



Inspirer

15 minutes

Le mot empathie est souvent utilisé à la légère, mais beaucoup de gens ont du mal à le définir par eux-mêmes. Une façon de vous aider à créer cette compréhension personnelle est de regarder la différence entre les deux concepts qui sont fréquemment échangés mais qui ont des significations très différentes : la sympathie et l'empathie.

La sympathie est définie comme un sentiment de pitié ou de chagrin pour la situation de quelqu'un d'autre. Des bébés aussi jeunes qu'un an le montrent à leurs parents ou à leurs frères et sœurs lorsqu'ils se blessent. Vous les voyez courir vers la personne au visage triste en lui offrant un câlin et un peu d'amour parce qu'ils reconnaissent leur douleur. Cependant, il y a une grande différence entre se sentir désolé pour quelqu'un et réellement comprendre ce qu'il ressent.

L'empathie est la capacité de vraiment comprendre les émotions de quelqu'un d'autre et de regarder les choses de son point de vue. Nous pouvons nous mettre à leur place et ressentir ce qu'ils ressentent, voir ce qu'ils voient et finalement comprendre la situation de leur point de vue. Nous avons souvent l'impression que ce concept est facile lorsqu'une situation similaire (ou même exactement la même !) s'est produite dans nos vies. Bien que cela soit quelque peu exact, la véritable empathie nous pousse à voir les choses du point de vue de l'autre personne, ce qui est le véritable défi. La façon dont vous interprétez une situation peut (et est souvent) très différente de celle des autres autour de vous.

Explorons cette situation avec une activité commune que nous avons tous vécue à l'école :

- Fermez les yeux et imaginez que je viens d'annoncer que nous avons une assemblée pendant le cours aujourd'hui. Nous partons dans les 3 prochaines minutes.
- D'accord, ouvre les yeux.
- Levez la main si vous vous sentez excité par ce changement soudain.
- Levez-vous si vous vous sentez contrarié/anxieux par ce changement soudain.
- Restez assis si vous vous sentez agacé par ce changement soudain.
- Maintenant, tout le monde regarde autour de vous ; il existe une variété de réponses à la situation exacte. Nous avons tous vécu une assemblée à un moment donné. Cependant, le type d'assemblée, le sujet de l'assemblée et nos préférences personnelles colorent tous notre point de vue sur l'activité. Lorsque vous montrez vraiment de l'empathie, vous pensez d'abord à vous mettre à la place de l'autre personne en fonction de ce qu'elle pourrait ressentir face à la situation. L'observation du langage corporel, des expressions faciales et du ton des mots qu'ils utilisent peut vous aider à faire preuve d'empathie.



Habiliter

15 minutes

Expliquez que la classe va maintenant s'exercer à faire preuve d'empathie en utilisant les compétences ci-dessus. L'enseignant lira deux scénarios à haute

voix. Chaque élève doit choisir la situation avec laquelle il peut le mieux comprendre. Sélectionnez plusieurs élèves pour partager les raisons de leur choix après chaque tour.

Directions:

- Divisez la pièce en Scénario A (avant) et Scénario B (arrière).
- Expliquez que vous allez lire deux scénarios à haute voix. Chaque élève doit réfléchir à la situation avec laquelle il peut mieux comprendre.
- Une fois qu'ils ont pris leur décision, chaque élève doit marcher jusqu'à la zone correspondante de la salle.
- Répétez 3 à 5 fois et assurez-vous que chaque élève explique son choix au moins une fois.

Scénarios :

- Être en retard à l'école ou manquer le bus scolaire
- Oublier son déjeuner vs oublier ses devoirs
- Être victime d'intimidation ou être ignoré
- Échouer à un test ou ne pas connaître la réponse lorsqu'on l'appelle
- Rentrer seul à la maison et quelqu'un vous suit ou être seul à la maison et qu'un étranger frappe à la porte



Refléter

5-7 minutes

Les scénarios choisis aujourd'hui étaient des situations réelles qui peuvent arriver et arrivent tous les jours à des élèves de septième comme vous. Il est extrêmement important de prendre le temps de considérer l'autre personne avant de partager votre compréhension de son expérience.

- Que peut-il se passer si vous ne pensez pas au point de vue de l'autre personne avant de partager votre compréhension ?
- Comment être plus prudent lorsqu'on fait preuve d'empathie ?

N'oubliez pas que certains sujets vous font paniquer tandis que d'autres sont excités par eux. Cependant, l'inverse peut être vrai et vous pourriez accidentellement les offenser avec votre réaction positive à une situation qui leur a causé beaucoup d'anxiété !