

# Responsabilité

Cette semaine, les élèves apprennent à avoir des limites saines afin qu'ils puissent prendre les mesures appropriées vers la responsabilité. On rappelle aux étudiants qu'ils ne sont pas responsables de tout, mais il y a certaines choses dont ils sont entièrement responsables. L'objectif est de donner aux élèves un sentiment de conscience de leurs responsabilités personnelles, sociales et publiques et d'apprendre à maintenir des limites saines pour eux-mêmes, avec les autres et même avec la technologie.

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

START  
HERE

### Anneaux de responsabilité

Cette leçon présente aux élèves l'idée des limites et de l'espace, et où nos responsabilités se situent dans les diverses limites spatiales que nous partageons avec nous-mêmes et les autres. (Voir la page 3 pour les détails de la leçon.)

## Mini-leçons

**Pour les petits  
groupes**  
15 minutes



### Pas ma responsabilité

Rappelez-vous que nous ne devons pas nous sentir responsables de tout. Nous ne pouvons être responsables que de ce que nous pouvons personnellement contrôler. En petits groupes à l'aide d'un tableau en T, cartographiez les choses qui sont toujours sous votre contrôle et celles qui ne le sont pas. Le reste de la journée, concentrez-vous sur les choses que vous pouvez contrôler et assumez la responsabilité de ces choix. Pour les choses incontrôlables, établissez des limites saines pour vous rappeler que ces choses ne vous appartiennent pas nécessairement aujourd'hui.

**Idée d'extension:** Réfléchissez à quelques techniques que nous pouvons utiliser pour aider à calmer notre corps et notre cerveau afin de faire des choix responsables et de maintenir des limites saines lorsque des choses que nous ne contrôlons pas nous arrivent.

**Pour les partenaires**  
15 minutes



### C'est OK de dire non

Parfois, nous sommes dans des situations où on nous demande de faire quelque chose avec lequel nous ne sommes pas à l'aise ou que nous savons que nous ne devrions pas faire. Si nous n'avons pas le respect de soi et des limites personnelles saines, nous pourrions être tentés d'être irresponsables et de faire un mauvais choix. Et parfois, ces mauvais choix sont en fait de bons choix. Par exemple, on vous demande de faire du baby-sitting mais vous devez étudier pour votre test d'anglais ce soir-là. Vous ne voulez pas décevoir la mère qui vous a demandé, mais il est plus responsable de dire non à sa demande. Cela peut être difficile, cependant. Avec votre partenaire,

pratiquez plusieurs stratégies du « non » pour vous aider à rejeter les situations qui vous font transgresser vos limites ou qui ne sont tout simplement pas de bons choix personnels pour vous. Certaines stratégies incluent :

- Disque rayé (répéter "non" encore et encore)
- Changeant de sujet
- Dire "merci" pour l'offre/l'invitation/l'opportunité, mais cela ne fonctionnera pas dans mon emploi du temps pour le moment
- Faire preuve d'empathie (« Je comprends que vous êtes dans une situation difficile, mais je ne suis pas en mesure de vous aider pour le moment. »)
- Expliquez-vous et/ou proposez une idée alternative ("Les bruits forts me mettent vraiment mal à l'aise, donc je ne serais pas un bon ami au concert parce que je serais assez stressé. Mais, je pourrais vous rejoindre au café après!").

**Pour les particuliers**  
15 minutes



### **Mon espace personnel**

Distribuez le diagramme de l'espace personnel utilisé dans la leçon principale. Demandez aux élèves de noter les responsabilités qui relèvent de ces limites pour eux personnellement. Ensuite, demandez-leur de réfléchir/d'écrire un journal à ce sujet : comment peuvent-ils maintenir des limites saines lorsqu'ils sont confrontés à quelqu'un qui franchit une ligne de démarcation ou qui est perturbateur ou irresponsable dans les espaces sociaux et publics ? Par exemple, si un ami tourne constamment autour de votre casier et que vous avez besoin d'espace, que pouvez-vous dire ou faire pour être respectueux tout en maintenant une frontière personnelle ou intime saine ? Les élèves peuvent consigner leur réflexion dans un journal.

**Axé sur la technologie**  
15 minutes



### **Des frontières saines avec la technologie**

Discussion en grand groupe ou invites de journal : comment la technologie a-t-elle eu un impact sur nos capacités à maintenir des limites saines ? Comment la technologie nous empêche-t-elle de maintenir des limites saines ? Comment pouvons-nous utiliser l'autodiscipline pour imposer des limites saines avec la technologie ? [par exemple, pas de téléphone à table, pas d'Internet après une certaine heure de la nuit, pas de système de télévision/de jeu dans la chambre, etc.] (Reportez-vous au document sur l'espace personnel et/ou aux informations de la leçon principale).

# Anneaux de responsabilité

Cette leçon présente aux élèves l'idée des limites et de l'espace, et où nos responsabilités se situent dans les diverses limites spatiales que nous partageons avec nous-mêmes et les autres.

## Calendrier de la leçon

30 minutes

## Matériaux nécessaires

- ❑ Document sur les anneaux de responsabilité
- ❑ Prolongation facultative :  
Le Washington Post a publié un article qui explique les limites de l'espace personnel pour les personnes de différents pays ; cela pourrait être une extension ou une extension technologique intéressante pour les étudiants qui ont besoin/veulent plus de défis : [https://www.washingtonpost.com/news/worldviews/wp/2017/04/24/how-close-is-too-close-depends-on-where-you-live/?utm\\_term=.0848e250ce9c](https://www.washingtonpost.com/news/worldviews/wp/2017/04/24/how-close-is-too-close-depends-on-where-you-live/?utm_term=.0848e250ce9c)

## 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 :

- Évaluer les limites saines
- Identifier les responsabilités qui relèvent des frontières spatiales intimes, personnelles, sociales et publiques

## Lien avec l'enseignant/Prendre soin de soi

Parfois, il est utile de penser à nos responsabilités à travers une variété de lentilles : droits vs responsabilités, limites personnelles et professionnelles et sources de responsabilité. Chacun nous donne une nouvelle perspective sur ce qui est une responsabilité et ce qui ne l'est pas. Par exemple, vous avez droit à un environnement de travail sûr et positif. En tant que tel, vous êtes responsable de contribuer à cet environnement sûr et positif. Quelle est la culture du personnel de votre école ? Comment sont les relations avec les enseignants ? Quelle est la teneur de la salle de repos du personnel ? Les enseignants et les administrateurs sont-ils sur la même longueur d'onde ? Quelles responsabilités avez-vous en tant que membre de cette communauté pour assurer un environnement de travail sûr et positif ? Qu'en est-il de vos limites personnelles et professionnelles au travail ? Si vous avez des élèves qui ont des difficultés personnelles et, par conséquent, apportent leur agressivité, leur tristesse ou leurs frustrations dans votre classe, quelle est votre responsabilité ? Votre responsabilité est d'enseigner à ces enfants et d'assurer un environnement de classe propice à l'apprentissage pour tous les élèves. Il n'est pas de votre responsabilité de «réparer» leur situation familiale ou d'évaluer et de résoudre personnellement leurs problèmes de santé mentale ou émotionnelle. Fixez des limites personnelles et professionnelles en ne prenant pas leurs problèmes personnellement et recherchez d'autres professionnels de l'école ou des services publics pour aider vos élèves de la manière dont ils ont besoin d'être aidés. Qu'en est-il de savoir d'où viennent vos responsabilités ? Savez-vous pourquoi vous faites ce que vous faites ? Vous êtes-vous créé des responsabilités ou vous ont-elles été confiées par quelqu'un d'autre ? Connaître la source de vos responsabilités peut vous aider à les hiérarchiser et à être plus efficace. Prenez le temps aujourd'hui d'évaluer vos droits et responsabilités, de fixer certaines limites que vous devez définir et de comprendre pourquoi vous faites ce que vous faites.



## Partager

5-7 minutes

Dans cette unité, nous parlons de responsabilité. Combien d'entre vous, depuis la semaine dernière, ont eu l'occasion de prendre la responsabilité de

quelque chose ou de faire un choix responsable, évité blâmer les autres ou être malhonnête en accomplissant ce qu'on vous a demandé de faire ? (Invitez les élèves à partager s'ils le souhaitent.)

Bien! Continuez à travailler là-dessus ! En fait, cela fait du bien de prendre la responsabilité de quelque chose, même si cela signifie assumer quelque chose que vous avez oublié de faire ou choisir pas à faire. Non pas que ça fasse du bien de décevoir les gens, mais ça fait du bien de corriger ces situations.



## Inspire

15 minutes

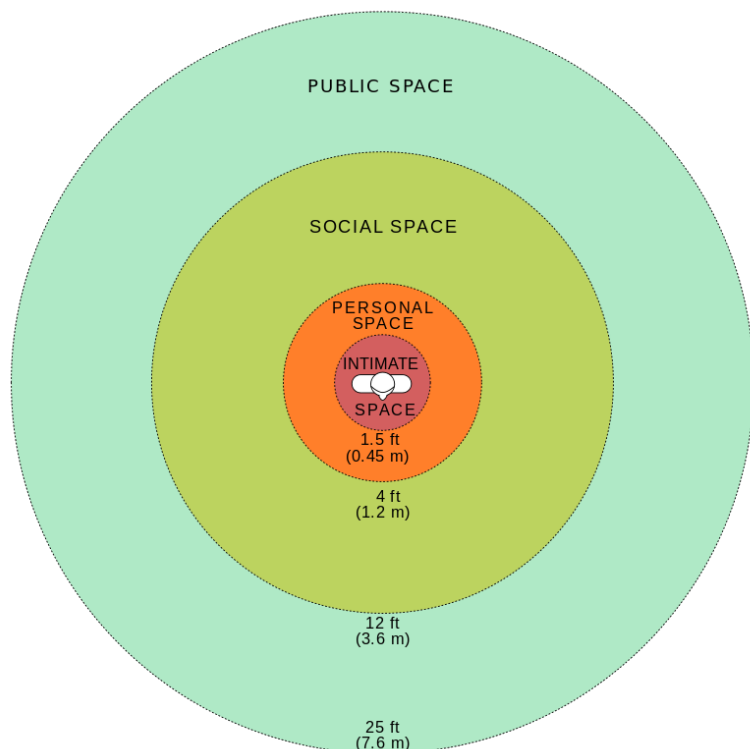
Cette semaine, nous allons parler des limites de responsabilité. Parfois, on a l'impression que nous devons être responsables de tout et de tous. En vieillissant, vous aurez plus de responsabilités et il peut être difficile de savoir où s'arrête cette ligne. La vérité n'est pas que tout est de votre responsabilité. En tant que classe, en tant qu'école, dans votre famille, il y a des responsabilités partagées. Nous intervenons tous pour que les choses fonctionnent. Et, si vous commencez à faire des choses qui sont techniquement la responsabilité de quelqu'un d'autre, il n'apprendra pas à remplir son rôle dans le groupe et vous serez submergé par trop de choses à faire et à penser. Il est donc important d'avoir de bonnes limites avec les gens lorsque vous décidez de ce qui relève ou non de votre responsabilité.



## Habiliter

20 minutes [Recommandation: Divisez ceci en deux parties de 10 minutes ; Partie 1 pour l'explication et partie 2 pour l'activité. Cela prolonge le temps de la leçon, mais cela peut être nécessaire.]

Pour nous aider à savoir où se situe la limite de responsabilité, il est utile de savoir quelles sont nos limites personnelles. Regardons cette image :



(Source : WebHamster, 2009, [CC BY-SA 3.0](#))

*Projetez l'image sur le tableau intelligent ou dessinez-la sur le tableau blanc, mais les élèves auront également besoin d'une impression pour l'activité finale, vous pouvez donc également la distribuer aux élèves dès maintenant.*

Votre espace intime englobe généralement les premiers 18 pouces autour de vous. Donc, à partir de votre corps vers l'extérieur d'environ 1 ½ pied (environ 17-18 pouces), c'est votre espace. Certaines personnes disent que si vous tendez les bras, tout ce qui se trouve à distance des bras et à l'intérieur est votre espace intime. Et, plus vous êtes proche, plus cela devient intime ou privé. Vous n'êtes pas obligé de tolérer que les gens vous frappent au visage, par exemple, ou vous touchent si vous ne le voulez pas. Ce 1 ½ pied est votre responsabilité et la vôtre seule. De même, l'espace intime de quelqu'un d'autre est le sien. Ne présumez pas que quelqu'un vous veut dans son espace sans invitation. Il est important de se rappeler que vous n'êtes pas responsable de l'espace intime de quelqu'un. Par exemple, il n'est pas de votre responsabilité de vous assurer que tout le monde autour de vous est heureux, même si c'est gentil de votre part de demander comment vous pouvez aider si vous voyez quelqu'un est triste et d'être un bon ami. Mais, s'ils choisissent de rester mécontents ou s'il n'est pas sûr pour vous de vous engager avec cette personne, ce n'est pas à vous de "réparer le problème". Votre travail consiste à être responsable de votre propre espace intime et de votre bien-être.

En dehors de cet espace intime, cependant, nous entrons dans des espaces plus partagés. Environ quatre pieds du bord de votre espace intime est appelé espace personnel. C'est là que vous avez toujours l'impression que c'est votre espace, mais que d'autres personnes vont et viennent, s'asseyant à côté de vous au déjeuner, passant à côté de vous dans le couloir et traînant avec vous en classe ou à la maison. Parfois, vous pouvez avoir l'impression que les gens sont dans votre espace intime (comme s'ils sont assis juste à côté de vous au déjeuner, par exemple), mais ils fonctionnent dans un état d'esprit d'espace plus personnel ou même social. Ils ne veulent pas être trop proches, mais c'est à quel point la table du déjeuner est bondée. Votre espace personnel peut toujours vous appartenir en grande partie, mais rappelez-vous que votre espace personnel croisera également l'espace personnel d'autres personnes, vous devez donc être gracieux. Cependant, ce qui se passe dans votre espace personnel relève également en grande partie de votre responsabilité. La façon dont vous traitez cette personne assise à côté de vous au déjeuner relève de votre responsabilité. Ils ont également la responsabilité d'être un bon copain pour le déjeuner.

De 4 pieds à 12 pieds, c'est ce qu'on appelle l'espace social. C'est là que vous passez du temps avec des amis, travaillez avec des coéquipiers, interagissez à l'école ou à la maison, ou même dans des espaces communautaires plus petits. Ici, la responsabilité est partagée par ceux qui se trouvent dans l'espace. Toute personne occupant ou partageant un espace social doit respecter ceux qui se trouvent dans cet espace avec elle.

De 12 pieds à 25 pieds, nous entrons dans "l'espace public". Il s'agit de vos restaurants publics, de vos magasins, de vos rues, de vos trottoirs, du campus de l'école dans son ensemble et parfois de la salle de classe. Comme l'espace social, nous avons la responsabilité d'agir de manière appropriée, bienveillante et utile dans ces espaces, mais nous ne sommes pas personnellement responsables de tout ce qui se passe dans ces espaces. Si les files d'attente sont folles au magasin, par exemple, ce n'est pas notre responsabilité de réparer, bien qu'il soit de notre responsabilité d'attendre patiemment.

### Activité:

Je vais distribuer à chacun de vous un document sur ces anneaux spatiaux, puis je vais vous lire à haute voix diverses responsabilités que nous avons. Je veux que vous écriviez cette responsabilité dans le ring où vous pensez que c'est le plus approprié. *Distribuez la feuille de travail Anneaux de responsabilité et lisez la liste suivante, en donnant aux élèves le temps d'écrire entre les deux. Ils peuvent aussi simplement écrire le numéro.*

1. Brosser tes dents
2. Rendre ses devoirs à temps
3. Être un bon ami
4. Respect des règles de l'école
5. Pratiquer votre instrument avant le concert
6. Dire des choses gentilles sur soi
7. Faire un compliment aux autres
8. Travailler dur sur vos maths
9. Assis tranquillement dans la bibliothèque
10. Nettoyer après avoir mangé votre déjeuner
11. Nettoyer sa chambre à la maison
12. Prendre soin d'un grand-parent
13. Attendre patiemment en ligne dans un magasin
14. Faire signe à un voisin
15. Partager des choses positives en ligne



### Refléter

5-7 minutes

Voyons où vous avez placé les choses que je viens d'énumérer. Vérifiez vos réponses et si vous mettez quelque chose dans un anneau différent de ce que j'ai lu ici, parlons de vos idées. Notez que certains pourraient être argumentés pour des espaces différents comme indiqué ci-dessous.

1. Se brosser les dents - intime
2. Rendre ses devoirs à temps - social
3. Être un bon ami - personnel/social
4. Suivre les règles de l'école - social/public
5. Pratiquer votre cor avant le concert - social
6. Dire des choses gentilles sur vous-même - intime
7. Faire un compliment aux autres - social
8. Travailler dur sur vos maths - personnel
9. Assis tranquillement dans la bibliothèque - personnel/social
10. Nettoyer après avoir mangé votre déjeuner - personnel/social
11. Nettoyage de votre chambre à la maison - personnel/social
12. Prendre soin d'un grand-parent - social
13. Attendre patiemment en ligne dans un magasin - public
14. Faire signe à un voisin - social/public
15. Partager des choses positives en ligne - public

Il est important de se rappeler que, bien que nous ayons la responsabilité d'être gentils, attentionnés, serviables et respectueux dans tous les espaces, certains espaces (comme notre espace intime et personnel) relèvent de notre seule responsabilité, tout comme l'espace intime et personnel d'une autre personne. leur responsabilité. Il est important de s'en souvenir et de ne pas donner à quelqu'un d'autre le pouvoir sur votre espace intime ou personnel ou de prendre le pouvoir sur l'espace intime ou personnel de quelqu'un

d'autre. Ce sont des espaces dans lesquels vous devez être invité. Les espaces sociaux et publics sont cependant plus fluides. Parfois, nous constaterons que des choses se produisent qui ne relèvent pas de notre responsabilité, mais parfois nous découvrirons que nous pouvons être utiles et faire preuve de responsabilité (comme pratiquer notre cor afin que nous puissions contribuer de manière positive au concert). Ce n'est pas nécessairement notre responsabilité de nous assurer que tout le groupe sonne bien, mais c'est notre responsabilité de nous assurer que nous sonnons bien ! Cela peut être une chose difficile à penser, mais passez un peu de temps à évaluer où sont vos responsabilités et comment vous les remplissez. N'assumez pas de responsabilités qui ne vous appartiennent pas et n'abandonnez pas les responsabilités qui vous appartiennent.

# Anneaux de responsabilité

