

Leçon sur l'empathie et les bonnes actions



Plan de la leçon

1. Apprendre ce qu'est réellement l'empathie
2. Apprendre à se mettre à la place de quelqu'un d'autre
3. Apprendre à donner son opinion sans juger
4. Apprendre comment fonctionnent les bonnes actions
5. Qu'avons-nous appris aujourd'hui ?

Introduction

Les leçons axées sur le développement des aptitudes sociales sont une excellente occasion pour chaque enfant de partager ses intérêts, de s'exprimer en toute sécurité et d'être perçu comme un membre valorisé du groupe. C'est particulièrement important pour les élèves qui éprouvent des difficultés avec les tâches d'apprentissage quotidiennes. Ces activités de renforcement des compétences leur permettent d'obtenir une certaine reconnaissance de la part de leurs camarades.

1. Qu'est-ce que l'empathie ?

Commencez la leçon en expliquant le plan de la leçon (ci-dessus).

Avant d'expliquer le concept d'empathie aux élèves, essayez d'en faire une définition collective avec eux. De cette façon, vous aiderez les élèves à se sentir plus à l'aise avec le sujet de la leçon.

Comment procéder ?

Étape 1 : Donnez à chaque enfant une feuille de papier et demandez-leur d'écrire un mot qu'ils associent avec l'empathie (3 min).

Étape 2 : Une fois qu'ils ont terminé, ramassez-les et disposez-les sur le tableau/une grande feuille de papier, autour du mot EMPATHIE. Formez une carte des mots en regroupant les synonymes.

Étape 3 : Lisez la définition (proposition ci-dessous, mais vous pouvez en rechercher d'autres) et discutez des similitudes avec leurs associations.

Définition

L'empathie est la capacité non seulement de comprendre mais aussi d'être sensible aux sentiments des autres et de se mettre à leur place. L'empathie est très importante dans toutes nos relations, qu'elles soient personnelles ou professionnelles, car elle nous aide à comprendre les réactions des autres et à nous adapter à chaque cas particulier.

Note pour l'enseignant

Si un de vos élèves a un problème d'écriture, vous pouvez lui proposer une autre forme d'expression de cette association, comme les gestes ou la parole. L'important est de participer à l'exercice.

2. Se mettre à la place de quelqu'un d'autre

Expliquez aux élèves que pour se mettre à la place de quelqu'un d'autre, ils devront comprendre et être capables d'exprimer leurs propres émotions. Il y a des exercices que tout le monde peut faire pour essayer de se mettre à la place de quelqu'un d'autre afin de voir comment il réagirait/se sentirait.

Voici un exercice que vous pouvez essayer :

Mettez vos élèves par deux avec quelqu'un de la classe qu'ils ne connaissent pas ou avec qui ils ne passent pas beaucoup de temps. Cela leur donnera l'occasion de faire connaissance et de parler d'une chose qu'ils ont vécue et de ce que cela leur a fait ressentir. À la fin de la semaine, les élèves raconteront l'expérience de leur camarade de classe avec leurs propres mots et diront comment ils l'auraient vécue s'ils étaient à leur place.

Quelques sujets de conversation à conseiller

- Décris-toi
- Comment te sens-tu ? (à demander tous les jours) et pourquoi ?
- Que t'est-il arrivé récemment ?
- De quoi es-tu fier ?
- De quoi as-tu peur ?

À la fin de la tâche, les deux élèves diront trois choses qu'ils admirent chez l'autre et tenteront de décrire une situation vécue par leur camarade en répondant aux questions suivantes :

- Que s'est-il passé ?
- Qu'a-t-il/elle ressenti quand c'est arrivé ?
- Qu'est-ce qu'il/elle en pense maintenant ?
- Comment réagirais-tu dans cette situation ?

Vous pouvez leur donner le modèle suivant à remplir à la fin de la journée pour vous assurer qu'ils se souviennent de ce qui a été dit et se préparent pour la tâche finale. A la fin de la semaine, lorsque vos élèves auront appris à mieux se connaître, vous pourrez créer un cercle de discussion avec toute la classe. Offrez-leur un espace de confiance pour partager l'expérience de l'élève qu'ils ont appris à connaître, en lui disant ce qu'ils admirent chez lui/elle et comment ils se seraient réagi à leur place.

Voici un exemple du document qu'ils pourraient remplir :

METS-TOI À LEUR PLACE

- Parle à ton camarade.
- Comment se sent-il/elle aujourd'hui et pourquoi ?
- Demande lui de te raconter une de ses expériences.
- Écris tes réactions.

TON NOM :

LE NOM DE TON CAMARADE:

DATE :

1. COMMENT SE SENT-IL/ELLE AUJOURD'HUI ?	3. QUE S'EST-IL PASSÉ?	5. COMMENT TE SENTIRAIS-TU ?
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
2. POURQUOI SE SENT-IL/ELLE COMME ÇA ?	4. QU'A-T-IL/ELLE RESENTI ?	6. QUE PEUX-TU APPRENDRE DE CETTE EXPÉRIENCE ?
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

 Ce projet a été financé avec le soutien de la Commission européenne. Ses contenus ne reflètent que le point de vue des auteurs, et la Commission ne peut être tenue responsable de l'usage qui pourrait être fait des informations qu'ils contiennent.



Note pour l'enseignant

Les élèves ayant des troubles d'apprentissage éprouvent souvent des difficultés à s'organiser. Vous pouvez fournir à vos élèves le modèle précédent ou organiser directement la discussion de groupe où les élèves partagent leurs expériences et leurs sentiments.

3. Pas de jugement

Le jugement peut causer beaucoup de malentendus. C'est pourquoi nous devons tous apprendre à exprimer nos observations et même nos opinions sans juger l'autre, en comprenant que ce que nous croyons n'est pas nécessairement vrai ou la meilleure façon de voir les choses. Cela générera plus de confiance parmi vos élèves.

Voici un exercice à essayer :

Divisez la classe en deux groupes de personnes qui aiment la même chose ou sont d'accord sur quelque chose. En voici quelques exemples :

Le groupe A aime Ed Sheeran	Le groupe B aime Beyoncé
Le groupe A aime Harry Potter	Le groupe B m'aime Méprisable
Le groupe A aime les aliments sucrés	Le groupe B aime les aliments salés
Le groupe A est d'accord avec une citation donnée	Le groupe B n'est pas d'accord

Créez des binômes d'élèves du groupe A avec les élèves du groupe B. Les élèves B observeront les élèves A lors d'une discussion avec leur groupe sur ce qu'ils aiment ou ce sur quoi ils sont d'accord. L'élève B réagira alors uniquement aux interventions de l'élève A.

- Les élèves A donneront leurs arguments pour expliquer pourquoi ils aiment ce chanteur/cette chanteuse/ce film/cette nourriture... ou seront d'accord avec cette citation et devront faire un effort particulier pour laisser suffisamment de temps de parole à tous leurs camarades. Ils s'efforceront également d'éviter tout commentaire dépréciatif sur l'opinion de l'autre groupe.



- L'élève B écoutera la conversation en silence, même s'il n'est pas d'accord avec ce que l'élève A dit. À la fin de cette conversation, les élèves B partageront leur opinion en se basant sur ce qu'aura dit l'élève qu'ils observaient et devront s'assurer qu'ils n'expriment aucun jugement concernant l'opinion de cette autre élève.

Voici quelques exemples :

Au lieu de dire ...

Il ne sait pas chanter.

Elle est stupide.

Ce film est ennuyeux.

Il n'est pas drôle du tout.

Dites ...

Je préfère d'autres chanteurs.

Je ne suis pas d'accord avec ce qu'elle dit.

Je préfère les films d'action.

Personnellement, je n'aime pas l'humour noir.

Note pour l'enseignant :

Les élèves Dys sont parfois timides et luttent avec les activités de groupe. Pour les encourager (ainsi que leurs autres camarades de classe qui auraient moins confiance en eux), essayez de trouver un moyen amusant de diviser les élèves en groupes. Voici quelques jeux pour briser la glace :

- Demandez à vos élèves d'écrire leur chanteur, leur film ou leur plat préféré sur une petite feuille de papier. Prenez les 2 éléments qui ont le plus de fans et écrivez-les sur le tableau. Ensuite, demandez à vos élèves de se diriger vers celui qu'ils préfèrent. Vous pouvez également le faire en organisant un vote commun.
- Vous pouvez écrire une citation célèbre, telle que "Gagner ne signifie pas toujours être le premier. Gagner signifie que vous avez fait mieux que jamais auparavant " par Bonnie Blair et leur demander de donner un mot auquel cela les fait penser. Écrivez les mots/opinions similaires ensemble sur deux côtés opposés du tableau pour créer les deux groupes.



4. Bonnes Actions

Une fois que l'on comprend ses propres émotions et celles des autres, on se sent plus à l'aise pour les aider et se rapprocher d'eux. Cependant, l'empathie ne concerne pas seulement les gens à proximité. Il est important d'être gentil avec tout le monde afin de rendre ce monde meilleur. C'est pourquoi les bonnes actions sont importantes.

Voici trois options parmi lesquelles vous pouvez choisir pour parler de bonnes actions avec vos élèves :

A) Regarder un film : Avez-vous vu le film "Pay it forward" ?

Cette activité peut se faire avec des élèves plus âgés, car il s'agit d'un long métrage que les plus jeunes ne voudront peut-être pas encore regarder. Le film parle d'un garçon qui propose un plan pour rendre le monde meilleur. Il décide d'aider trois personnes qui devront prendre le relais au lieu de lui rendre la pareille. Cela signifie qu'ils doivent chacun aider trois autres personnes et leur demander de faire de même.

B) Regarder un clip vidéo : "Un Homme Debout" par Claudio Capeo

Cliquez ici pour le voir sur YouTube

Cette chanson parle des sans-abri et appelle tous les êtres humains à être plus généreux et plus aimables les uns envers les autres. Dans le clip vidéo, on peut voir des personnes se montrer gentilles envers de parfaits inconnus qui seront alors gentils envers un autre inconnu et ainsi de suite, créant une chaîne de bonté.

C) Regarder un court métrage animé : Court métrage animé de CGI : "Mr Indifferent" par Aryasb Feiz | CGMeetup

Cliquez ici pour le voir sur YouTube

Ce projet a été financé avec le soutien de la Commission européenne. Cette publication n'engage que son auteur et la Commission n'est pas responsable de l'usage qui pourrait être fait des informations qui y sont contenues.



Ce court métrage montre à quel point la gentillesse peut être transformatrice. La stratégie du personnage principal est de faire semblant d'être aveugle pour susciter ce même moment transformateur chez quelqu'un d'autre.

Ce que vous pouvez faire :

Choisissez l'une des trois options ci-dessus. Organisez une courte discussion de groupe avec vos élèves pour recueillir leurs opinions sur ce qu'ils ont vu. Ecrivez quelques idées au tableau et demandez-leur de former des groupes de 4-5 élèves pour développer leur propre stratégie. Celle-ci peut s'inspirer de celle du film ou de la chanson, mais ils doivent y ajouter leur propre touche personnelle. Ensuite, laissez les groupes présenter leur stratégie à leurs camarades de classe de la façon suivante :

- Dessins, listes à puces, représentations visuelles
- La narration comme moyen d'illustrer leur stratégie
- Présenter un spectacle devant la classe

Vos élèves peuvent utiliser ce modèle pour organiser leurs réflexions avant de présenter leur stratégie selon les points suivants :

- Les problèmes qu'ils veulent résoudre avec leur stratégie
- Ce qu'ils veulent réaliser
- Comment ils comptent s'y prendre
- Comment la stratégie peut-elle être utilisée par un maximum de personnes ?
- Pourquoi pensent-ils que c'est une bonne stratégie (argumentation) ?
- Comment veulent-ils le présenter à leurs camarades de classe ?



RENDRE LE MONDE MEILLEUR

En groupes de 4-5, trouve une stratégie simple pour rendre le monde meilleur.
N'oublie pas de choisir un moyen de la présenter à la classe !

DATE :

Le nom de ton groupe :

1. PROBLÈME

3. COMMENT LE FAISONS-NOUS ?

5. EN QUOI EST-CE UTILE ?

2. QUE FAIT-ON ?

4. COMMENT DIFFUSER LA STRATÉGIE ?

6. COMMENT PRÉSENTE-T-ON LA STRATÉGIE À LA CLASSE ?



Ce projet a été financé avec le soutien de la Commission européenne. Ses contenus ne reflètent que le point de vue des auteurs, et la Commission ne peut être tenue responsable de l'usage qui pourrait être fait des informations qu'ils contiennent.



Note pour l'enseignant :

Les élèves atteints de troubles Dys bénéficient souvent davantage des activités qui leur permettent de montrer leur créativité. En réalité, cela sera probablement aussi plus agréable pour tout le monde. Apportez-leur le soutien nécessaire pour structurer leur travail d'équipe et leur permettre de proposer d'autres moyens de communiquer leur stratégie à leurs camarades de classe.

5. "Après le cours d'aujourd'hui, je sais que..."

Formez un cercle dans la salle de classe où chaque élève doit terminer la phrase. Cela vous permettra de déterminer dans quelle mesure les objectifs spécifiques ont été atteints.

Ce projet a été financé avec le soutien de la Commission européenne. Cette publication n'engage que son auteur et la Commission n'est pas responsable de l'usage qui pourrait être fait des informations qui y sont contenues.



Erasmus+