



Séance 3

Par ici l'empathie !

Sujet	Être accepté dans ses singularités - accepter celles des autres	
Objectif pédagogique	<ul style="list-style-type: none"> - Vivre une expérience d'écoute empathique - Permettre de prendre conscience et modifier ses attitudes vis à vis des différences (moquerie, rejet, discrimination...) 	
CPS développée	CS1-1 Capacité d'écoute empathique	
Eléments requis / Matériel		
<ul style="list-style-type: none"> - Histoire d'Hugo - Fiche Elève “Ce que nous avons vu” et activité maison x nb d'élèves - Sachet des pauses attentionnelles - Rituel de début - Cadran des émotions - Rituel de fin - Encouragements 	Disposition de la salle	
Les élèves pourront créer de petits espaces pour le temps d'écoute empathique en binôme.		
Déroulé		
<u>Temps / Sujet</u>	<u>Guide</u>	<u>Remarques / Actions animateurs</u>
Rituel : 10 min	Météo émotionnelle avec cadran des émotions.	
Introduction : 10 min	<p>Aujourd'hui, nous allons explorer l'écoute empathique.</p> <p>Pour illustrer ce thème, raconter l'histoire d'Hugo :</p> <p>« <i>Hugo est un garçon de 11 ans plein d'imagination et qui adore dessiner. Cependant, Hugo est dyslexique, ce qui rend la lecture et l'écriture très difficiles pour lui, même s'il fait de son mieux en classe. Il a du mal à suivre et se fait souvent corriger à cause de ses fautes d'orthographe et de lecture.</i></p> <p><i>Hugo ne se sent pas bien. Il pense qu'il est moins intelligent que les autres, même s'il a plein de qualités. Pendant les travaux de groupe, certains élèves ne veulent pas travailler avec lui car ils pensent qu'il va les ralentir. Parfois, ils se moquent de lui quand il hésite en lisant à voix haute. Ces moqueries blessent Hugo et le rendent de plus en plus timide, alors qu'il a beaucoup de bonnes idées à partager.</i> »</p> <p>Discussion :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Comment pensez-vous qu'Hugo se sent quand les autres enfants se comportent ainsi avec lui ? - Imaginez-vous à la place d'Hugo. Comment aimeriez-vous être traités dans une telle situation ? - Est-ce que cela fait écho à un vécu en classe <p>Cette activité a pour but de nous aider à prendre conscience de nos attitudes vis-à-vis des différences, comme les moqueries ou les attitudes discriminatoires, et à les modifier si nécessaire. Le développement de l'empathie est essentiel pour créer des relations positives et respectueuses.</p> <p>Savez-vous ce que c'est l'empathie ?</p> <p>Définir l'empathie : <i>Capacité de s'identifier à autrui dans ce qu'il ressent. Aptitude à percevoir et comprendre le vécu de l'autre (ses émotions, son point de vue, ses besoins...) et à savoir le mettre en mot de façon ajustée.</i></p>	<p>Veiller à changer le nom du personnage de l'histoire si un élève s'appelle Hugo</p> <div style="text-align: center;"> <p>L'histoire d'Hugo Activité en classe</p> </div> <p>L'histoire d'Hugo</p> <p><small>Hugo est un garçon de 11 ans plein d'imagination et qui adore dessiner. Cependant, Hugo est dyslexique, ce qui rend la lecture et l'écriture très difficiles pour lui, même s'il fait de son mieux en classe. Il a du mal à suivre et se fait souvent corriger à cause de ses fautes d'orthographe et de lecture.</small></p> <p><small>Hugo ne se sent pas bien. Il pense qu'il est moins intelligent que les autres, même s'il a plein de qualités. Pendant les travaux de groupe, certains élèves ne veulent pas travailler avec lui car ils pensent qu'il va les ralentir. Parfois, ils se moquent de lui quand il hésite en lisant à voix haute. Ces moqueries blessent Hugo et le rendent de plus en plus timide, alors qu'il a beaucoup de bonnes idées à partager.</small></p>
Activité : 15 min	<p>Étape 1 : Travail en binôme d'écoute empathique.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Demandez aux élèves de se mettre en binôme avec un camarade avec qui il se sent à l'aise. 2. Expliquez la consigne suivante : "L'un de vous va raconter à l'autre une expérience agréable ou désagréable." Les histoires resteront confidentielles au sein du 	Penser à laisser quelques minutes pour ceux qui n'ont pas déjà de situation en tête.

	<p>binômes. L'un raconte et l'autre écoute sans poser de questions. Il faut être attentif aux ressentis plus qu'à l'histoire.</p> <p>3. L'élève qui écoute doit être attentif, puis résumer à celui qui a été écouté son expérience en se centrant sur les émotions, les ressentis, et les sentiments vécus par celui qui raconte. Il doit ensuite vérifier auprès de l'élève qui raconte s'il a bien compris. Si besoin, l'élève qui raconte peut rectifier ce qui n'a pas été compris.</p> <p>4. Inversez les rôles : celui qui racontait écoute et inversement.</p>	<p>Les binômes se répartissent dans l'espace.</p> <p>Après 5 minutes, invitez les binômes à changer de rôle (écoutant-écouté).</p>
<p>Pause attentionnelle 5 min</p>	<p>Afin de remobiliser les capacités d'attention des élèves, une petite pause attentionnelle est la bienvenue.</p> <p>A mi-parcours, faire piocher dans le sachet <u>Pause énergisante</u> ou <u>calme</u> en fonction de la dynamique du groupe</p>	<p><u>Sachets</u> <u>Pauses</u> <u>attentionnelles</u></p>
<p>Restitution : 5 min</p>	<p>Étape 2 : Discussion en classe - débriefing sur l'expérience vécue</p> <p>Posez des questions pour encourager la réflexion et notez les idées au tableau. Soulignez les éléments clés de l'écoute empathique.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Demandez aux élèves : "Qu'avez-vous appris aujourd'hui à travers cette activité ?" "Avez-vous remarqué des points communs entre votre histoire et celle de votre camarade ?" • Pour les élèves racontant : "Comment vous êtes-vous senti quand vous étiez écouté ? Comment vous êtes-vous senti quand la personne reformulait comme vous le souhaitiez et vous montrait qu'elle avait compris ce que vous ressentiez ?" • Pour les élèves écoutant : "Avez-vous réussi à bien résumer ce que disait votre camarade ? Comment lui avez-vous fait comprendre que vous l'écoutiez avec attention et que vous le compreniez ?" <p>L'écoute empathique, c'est-à-dire la capacité de vraiment comprendre ce que ressent l'autre en se mettant à sa place.</p> <p>Identifier les éléments de l'écoute active : Demandez aux élèves d'identifier les éléments qui leur ont permis de pratiquer une écoute active. Par exemple :</p> <ul style="list-style-type: none"> - La manière dont la personne regarde. - Les gestes, les mimiques, et l'attitude corporelle (hocher la tête, sourire, - La reformulation des propos pour montrer qu'on a bien compris (nommer les émotions de l'autre) ou poser des questions pour approfondir - Ne pas interrompre 	
<p>Rituel de fin : 10 min</p>	<p>Chaque fin de séance se présente de la même manière :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lecture et remplissage du “Ce que nous avons vu”, mots à deviner : autre, écouté, accepter, émotions • Présentation de l'activité maison : Complète les billets de l'amitié • Rituel de fin : l'encouragement. Représenter le rituel d'encouragement. <p>Dans votre pochette, vous avez une enveloppe pour ranger vos billets d'encouragement et nous allons apprendre à les utiliser tout au long des séances. Il y a 3 types d'encouragement. Nous allons voir aujourd'hui les encouragements de mise en capacité. Ils correspondent au pictogramme smiley 😊 : « Je sais... », « j'ai confiance... »</p> <div style="text-align: center;"> <p>Je pense que tu vas y arriver parce que..... 😊</p> <p>Je sais que tu es capable de réaliser de grandes choses. 😊</p> <p>J'ai confiance dans tes qualités et forces pour..... 😊</p> <p>Je sais que c'est difficile, mais tu as des ressources en toi pour y arriver. 😊</p> </div> <p>Distribuer la troisième partie de la fiche.</p>	<p>3 Par ici l'empathie! Ce que nous avons vu: L'empathie, c'est la capacité à se mettre à la place de l'autre et à comprendre ses sentiments et son point de vue. Nous avons fait une activité où nous avons partagé un et où nous avons été écoutés. Avec de l'empathie permet d'identifier les autres tels qu'ils sont et de comprendre leurs besoins et leurs besoins. C'est l'écoute empathique c'est être capable de percevoir les besoins de l'autre afin de mieux comprendre ce qu'il vit. Mon mail du fin de séance L'ENCOURAGEMENT Que j'ai reçu: Que j'ai donné: 5 Activité à la maison A faire pour la séance 4 Complète les billets de l'amitié et distribue sans compter Les personnes d'amitié que j'ai reçues: Ce que j'ai ressenti: Les personnes d'amitié que j'ai données: Ce que j'ai ressenti: A découper et distribuer sans modération</p>

3 L'histoire d'Hugo

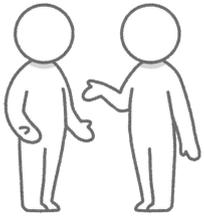
Activité en classe



L'histoire d'Hugo

Hugo est un garçon de 11 ans plein d'imagination et qui adore dessiner. Cependant, Hugo est dyslexique, ce qui rend la lecture et l'écriture très difficiles pour lui, même s'il fait de son mieux en classe. Il a du mal à suivre et se fait souvent corriger à cause de ses fautes d'orthographe et de lecture.

Hugo ne sent pas bien. Il pense qu'il est moins intelligent que les autres, même s'il a plein de qualités. Pendant les travaux de groupe, certains élèves ne veulent pas travailler avec lui car ils pensent qu'il va les ralentir. Parfois, ils se moquent de lui quand il hésite en lisant à voix haute. Ces moqueries blessent Hugo et le rendent de plus en plus timide, alors qu'il a beaucoup de bonnes idées à partager.



3 Par ici l'empathie !

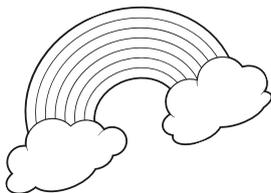


Ce que nous avons vu :

- L'empathie, c'est la capacité à se mettre à la place de l'..... et à comprendre ses sentiments et son point de vue.
- Nous avons fait une activité où nous avons quelqu'un et où nous avons été écoutés.
- Avoir de l'empathie permet d'..... les autres tels qu'ils sont et de comprendre leurs ressentis et leurs besoins.
- **CPS** : L'écoute empathique c'est être capable de percevoir les de l'autre afin de mieux comprendre ce qu'il vit.

Mon rituel de fin de séance

L'ENCOURAGEMENT...



Que j'ai reçu :

Colle ici ton encouragement reçu

Que je me donne :

Colle ici ton encouragement personnel



L'encouragement favorise l'auto-évaluation, c'est reconnaître et apprécier les efforts et les comportements positifs chez l'autre. Ce n'est pas un compliment.

3

Activité à la maison

A faire pour la séance 4



Complète les billets de l'amitié et distribue sans compter



Les preuves d'amitié que j'ai reçues :

Ce que j'ai ressenti



Les preuves d'amitié que j'ai données :

Ce que j'ai ressenti



A découper et distribuer sans modération



Ce que j'aimerais te dire :

De la part de : _____

Demande à tes parents
quelles preuves d'amitié
ils ont déjà reçues



Ce que j'aimerais te dire :

De la part de : _____



Preuves d'amitié :

De la part de : _____