

L'empathie

Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir.

⇒ Apprendre à développer des relations constructives.

Au préalable, un travail a été réalisé pour comprendre ce qu'est l'empathie.

Objectif séance 2 :

- Développer son empathie en se mettant à la place des autres.

Durée : 55 min

Matériel : feuilles avec les 6 smileys ; post-it de 6 couleurs différentes ; 6 feuilles blanches ; feuilles de situation.

Déroulement :

1. Rappel :

5 min - Questions :

- « Qu'est-ce que l'empathie et à quoi sert-elle ? »

2. Définir ce qui provoque les émotions : activité (mallette NAH livret 4/les émotions/séquence 4).

10 min - Afficher les smileys (en page 2) au tableau puis distribuer les post-it de couleurs aux élèves et leur demander de compléter.

- « Ecrivez sur les post-it : »

⇒ Bleu : ce qui vous dégoûte

⇒ Jaune : ce qui vous rend joyeux

⇒ Vert clair : ce qui vous rend triste

⇒ Rose : ce qui vous met en colère

⇒ Orange : ce qui vous surprend

⇒ Vert foncé : ce qui vous effraie

- « Déposez vos post-it sous chacun des smileys. »



⇒ Synthèse

3. Mise en situation : activité (mallette NAH livret 4/les émotions/séquence 4)

20 min - Elèves répartis en groupes + une feuille A, B, C ou D par groupe (en page 3)

- Rappel au tableau des 6 émotions primaires + d'autres émotions (honte, jalousie, culpabilité, envie, embarras, fierté...)
- ⇒ Synthèse

4. Trace écrite collective :

- « Comment avez-vous fait pour déterminer ces émotions ? »
- « En quoi l'empathie permet-elle de respecter Autrui ? »

La séance est issue de La mallette NAH :

<https://nonauharcelement.ac-versailles.fr/la-mallette/>



Situation 1

Voici deux situations. Pour chacune d'elles vous devez définir la ou les émotions qui peuvent être ressenties et argumenter les différents points de vue au sein de votre groupe.

Comment peut-on l'aider ?

Un camarade de ta classe reçoit tous les jours des insultes.

Une camarade de ta classe fait des choses dangereuses devant d'autres élèves.

Situation 2

Voici deux situations. Pour chacune d'elles vous devez définir la ou les émotions qui peuvent être ressenties et argumenter les différents points de vue au sein de votre groupe.

Comment peut-on l'aider ?

Un camarade de ta classe envoie des messages vulgaires à une fille et envoie des copies d'écran à ses amis.

Une camarade de ta classe envoie de nombreuses photos d'elle sur les réseaux.

Situation 3

Voici deux situations. Pour chacune d'elles vous devez définir la ou les émotions qui peuvent être ressenties et argumenter les différents points de vue au sein de votre groupe.

Comment peut-on l'aider ?

Un camarade de ta classe est le leader du groupe et oblige les autres à agir.

Une camarade de ta classe suit les idées d'un groupe alors qu'elle n'est pas d'accord.

Situation 4

Voici deux situations. Pour chacune d'elles vous devez définir la ou les émotions qui peuvent être ressenties et argumenter les différents points de vue au sein de votre groupe.

Comment peut-on l'aider ?

Un camarade vient d'arriver dans l'école, il reste en retrait.

Un camarade ne réagit pas quand on l'insulte.