

Comment est-ce que je me sens?



Concept
Compétences sociales



Durée
10 à 15 minutes

Questions pour susciter une réflexion

- Comment pouvez-vous savoir ce que quelqu'un d'autre ressent?
- Quand avez-vous ressenti une émotion semblable? Qu'avez-vous dit ou fait? Qu'avez-vous pensé?

Consignes

Les élèves jouent à un jeu de type charades pour activer leurs connaissances préalables servant à reconnaître et à identifier les émotions des autres.

- 1 Divisez la classe en petits groupes ou en équipes. Vous pouvez également jouer au jeu avec toute la classe.
- 2 Un élève pige une carte du jeu de [cartes d'émotions](#). Chaque carte décrit une émotion différente.
- 3 L'élève mime l'émotion décrite sur la carte qu'il a pignée. Ils ne peuvent pas utiliser de mots!
- 4 Le premier élève (ou groupe) qui devine la bonne émotion reçoit un point. L'élève (ou groupe) avec le plus de points à la fin gagne!

Message aux élèves : reconnaître et comprendre comment d'autres personnes se sentent dans une situation est la première étape pour faire preuve d'empathie. En vous mettant à la place de l'autre peut parfois dire mettre de côté votre propre point de vue et vos sentiments.

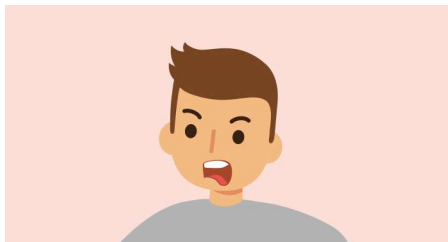
Matériel nécessaire

- [Comment est-ce que je me sens? - cartes](#)
- Ordinateurs (tablettes, téléphones) avec connexion Internet (si vous voulez enregistrer et télécharger des vidéos de l'activité)

Artefacts

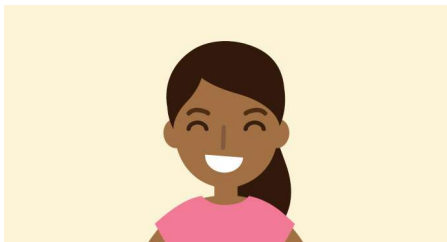
Vous pouvez prendre des photos des élèves qui miment l'émotion et les télécharger dans leurs **Scénarimage**. Ils pourront alors réfléchir à une situation où ils ont ressenti cette émotion.

Comment est-ce que je me sens? – Cartes



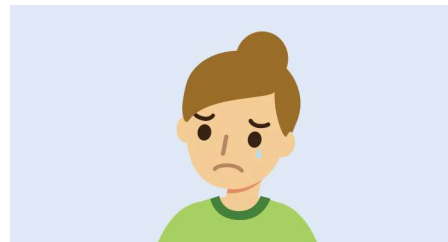
Fâché

Quelqu'un a pris le dernier petit gâteau. Tu voulais le manger plus tard. Personne n'a demandé ta permission.



Heureux

Tu vas assister aujourd'hui à un match de basketball professionnel. Tu y vas avec ton meilleur ami.



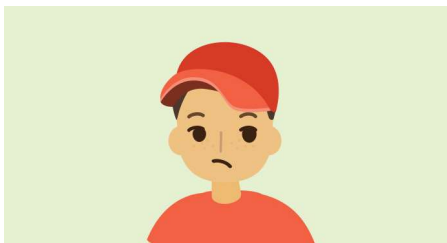
Triste

Tes amis t'ont dit que tu ne pouvais pas t'asseoir avec eux à l'heure du lunch. Tu ne sais pas pourquoi ils sont méchants envers toi.



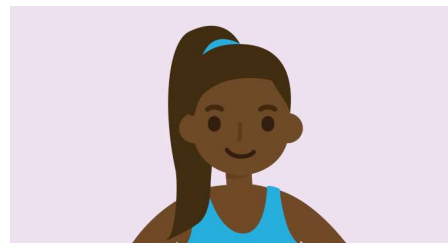
Excité

C'est le premier jour des vacances d'été. Tu peux faire tout ce que tu veux aujourd'hui!



Las

Tu as terminé tes devoirs. On t'a dit d'attendre tranquillement. Il n'y a rien à faire.



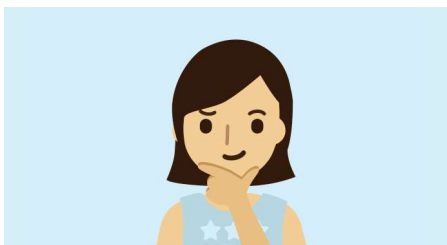
Fier

Tu as couru 2 fois autour de la piste. C'est la première fois que tu le fais sans t'arrêter.



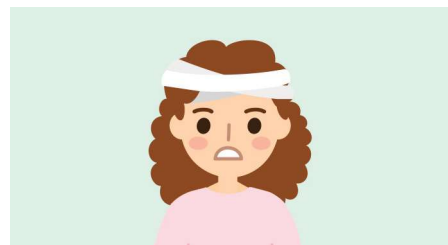
Effrayé

Ton chien s'est échappé de la cour. Tu ne sais pas où il est. Tu vis sur une rue achalandée.



Curieux

Tu peux voir la lune de près à travers un télescope. Tu te demandes à quoi ressemblerait un voyage dans l'espace.



Blessé

Tu t'es frappé la tête sur un bureau en tombant. Tu saignes de la tête et tu souffres.