

# Empathie



Concept  
Compétences sociales



Durée  
15 à 60 minutes



Niveau recommandé  
3e année

## À propos de cette leçon

Dans cette leçon, les élèves approfondissent leur connaissance des émotions, et explorent la qualité d'empathie. Ils analyseront des personnages dans diverses situations et partageront leurs propres expériences pour mieux comprendre d'autres points de vue et élaborer des façons de faire preuve d'empathie.

## Objectifs de la leçon

À la fin de cette activité, les élèves seront en mesure de

- Comprendre ce qu'est l'empathie et pourquoi c'est important;
- Faire preuve d'empathie en réponse à divers scénarios;
- Créer des lunettes d'empathie qui aident les autres à comprendre leur propre point de vue.

## Question fondamentale

Pourquoi l'empathie est-elle importante?

## Compétences de préparation à l'avenir

Empathie

Compassion

Communication

Respect des autres

## Répartition de la leçon

10 à 15  
minutes

### Activité 1 – Comment est-ce que je me sens?

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

15 à 20  
minutes

### Activité 2 – Cartes d'empathie

L'objectif de cette activité est de permettre aux élèves de pratiquer l'empathie en analysant ce qu'un personnage pourrait penser, ressentir, faire ou dire dans un exemple de scénario.

20 à 25  
minutes

### Activité 3 – Lunettes d'empathie

Dans cette activité, les élèves créent des lunettes d'empathie que leurs camarades peuvent porter pour mieux comprendre leur point de vue.

5 à 10  
minutes

### **Activité finale – Les élèves évaluent leur capacité d'empathie**

Demandez aux élèves de mettre à jour leur répertoire de compétences dans Xello pour refléter ce qu'ils ont appris et pratiqué sur le sujet de l'empathie.

## Point d'entrée sur Xello

Dans la section **Compétences**, les élèves peuvent évaluer leur propre niveau d'empathie. Avant de le faire, utilisez cette leçon pour les aider à comprendre l'empathie et à instaurer la confiance en leur propre compétence.

## Vocabulaire de la leçon

- Empathie
- Perspective
- Respect
- Compassion
- Point de vue

# 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.



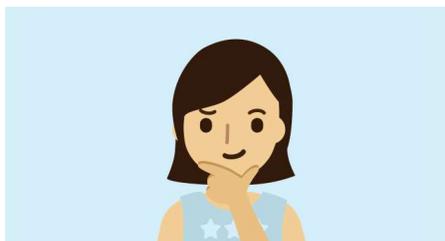
### Fier

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.

# Cartes d'empathie



Concept  
Compétences sociales



Durée  
15 à 20 minutes

## Questions pour susciter une réflexion :

- Pourquoi devriez-vous savoir comment les autres se sentent?
- Comment l'empathie peut-elle changer le comportement de quelqu'un?
- Comment le fait de ne pas faire preuve d'empathie pourrait empirer une situation?

## Consignes

L'objectif de cette activité est de permettre aux élèves de pratiquer l'empathie en analysant ce qu'un personnage pourrait penser, ressentir, faire ou dire dans un exemple de scénario.

- 1 Divisez les élèves en petits groupes.
- 2 Distribuez des [cartes d'empathie](#) à chaque élève.
- 3 Remettez des [énoncés d'empathie](#) à chaque groupe.
- 4 Demandez aux élèves de choisir un énoncé à partir des cartes que vous venez de leur remettre. Chaque personne dans un groupe devrait choisir un énoncé différent.
- 5 Demandez aux élèves de remplir la carte d'empathie, décrivant ce que la personne pourrait ressentir dans le scénario.
- 6 Une fois que les élèves ont eu l'occasion de remplir leurs cartes, demandez à des volontaires d'expliquer la leur.

**Message aux élèves :** il faut beaucoup de pratique pour arriver à comprendre comment quelqu'un peut se sentir. Plus vous essayez, plus vous vous améliorerez!

## Matériel nécessaire :

- [Feuille de travail Carte d'empathie](#)
- [Énoncés d'empathie](#)
- Ordinateurs (tablettes, téléphones) avec connexion Internet (si vous voulez télécharger les artefacts des élèves)

## Artefacts

Demandez aux élèves de télécharger leurs cartes d'empathie dans leurs **Scénarimage** ou de créer une présentation en classe.

# Carte d'empathie

Dessine et décris ce qui se passe dans ton invite.

Comment la personne se sent-elle?

Qu'est-ce que la personne pense?

Qu'est-ce que la personne dit?

Qu'est-ce que la personne fait?

Nom : \_\_\_\_\_

## Cartes d'empathie – Invites



### INVITE À L'EMPATHIE

Noah est intimidé par un élève plus grand que lui à l'heure du lunch.

### INVITE À L'EMPATHIE

Liam a gagné le premier prix à la foire artistique de l'école.

### INVITE À L'EMPATHIE

Edmond arrive d'Haïti et il est nouveau à l'école.

### INVITE À L'EMPATHIE

Georgia veut suivre sa grande sœur et ses amies, mais elles ne veulent pas d'elle.

### INVITE À L'EMPATHIE

Personne ne se présente à la fête organisée pour célébrer le 12<sup>e</sup> anniversaire de naissance de James.

### INVITE À L'EMPATHIE

Darius est choisi pour le rôle principal dans la pièce de l'école.

## Cartes d'empathie – Invites



### INVITE À L'EMPATHIE

Tiana est la dernière à être choisie pour l'équipe de basketball lors du cours d'éducation physique.

### INVITE À L'EMPATHIE

Isaiah voit un autre élève en train de voler le vélo de quelqu'un.

### INVITE À L'EMPATHIE

Molly n'a pas étudié pour le test de mathématiques que le professeur est en train de distribuer.

### INVITE À L'EMPATHIE

Hiba vient de marquer le but gagnant au grand match de soccer.

### INVITE À L'EMPATHIE

Le frère aîné de Kabir s'apprête à s'enrôler dans l'armée.

### INVITE À L'EMPATHIE

La mère de Jada est censée aller la chercher à l'école, mais elle est en retard.

# Lunettes d'empathie



Concept  
Compétences sociales



Durée  
20 à 25 minutes

## Questions pour susciter une réflexion

- Comment l'empathie peut-elle vous aider à bâtir des amitiés plus profondes en classe?
- Quels sont les genres de réponses qui démontrent que vous avez de l'empathie pour quelqu'un?

## Consignes

Dans cette activité, les élèves créent des lunettes d'empathie que leurs camarades peuvent porter pour mieux comprendre leur point de vue.

- 1 Remettez les [modèles de lunettes](#) et demandez aux élèves de se découper une paire à tour de rôle. Assurez-vous de découper les verres afin qu'ils puissent voir!
- 2 Demandez aux élèves de penser à un moment où ils se sont sentis vraiment heureux, en colère, excités, ou ils ont vécu toute autre émotion forte qu'ils veulent explorer. Demandez-leur d'écrire ce qui s'est passé d'un côté (l'intérieur) des montures.
- 3 Sur l'extérieur des lunettes, demandez aux élèves d'écrire ou de dessiner ce qu'ils pensaient, ressentaient, disaient ou faisaient au même moment. C'est la partie qu'ils veulent que les autres élèves comprennent mieux.
- 4 Demandez aux élèves d'échanger leurs lunettes et de lire au sujet de l'expérience des autres.
- 5 Demandez aux élèves de porter les lunettes de leur partenaire et de trouver des réponses empathiques. Ce sont des questions ou des déclarations qui montrent qu'ils comprennent comment leur camarade se sentait (par exemple, vous avez sûrement eu très peur quand votre chien s'est enfui).
- 6 Inscrivez quelques réponses au tableau, et discutez de ce qui fait en sorte qu'une réponse est empathique.

**Message aux élèves :** porter les lunettes d'un autre élève peut vous aider à comprendre comment et pourquoi il a réagi d'une certaine manière à un certain événement. Tout comme porter vos lunettes peut aider un autre élève à comprendre votre point de vue. Que pouvons-nous faire d'autre pour comprendre le point de vue de quelqu'un d'autre?

## Matériel nécessaire

- [Modèle Lunette d'empathie](#)
- Ordinateurs (tablettes, téléphones) avec connexion Internet (si vous voulez télécharger les artefacts des élèves)

## Artefacts

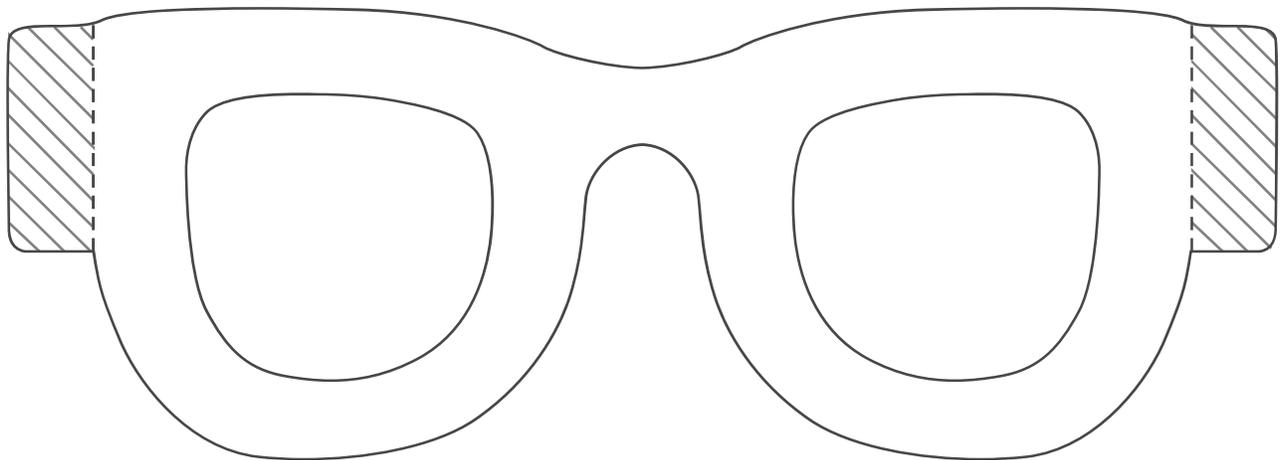
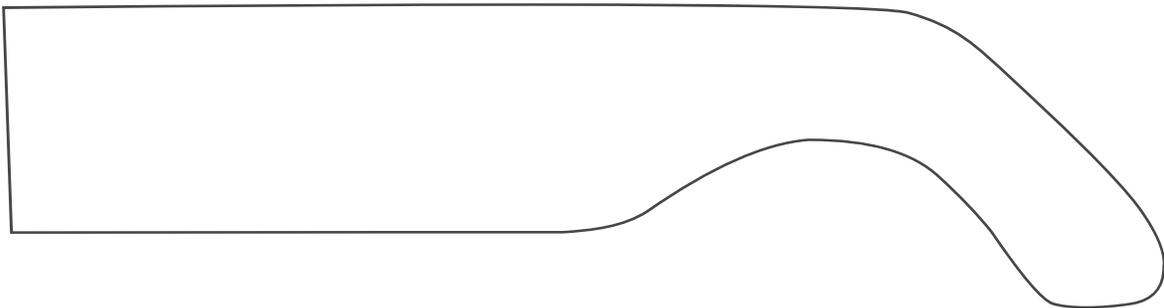
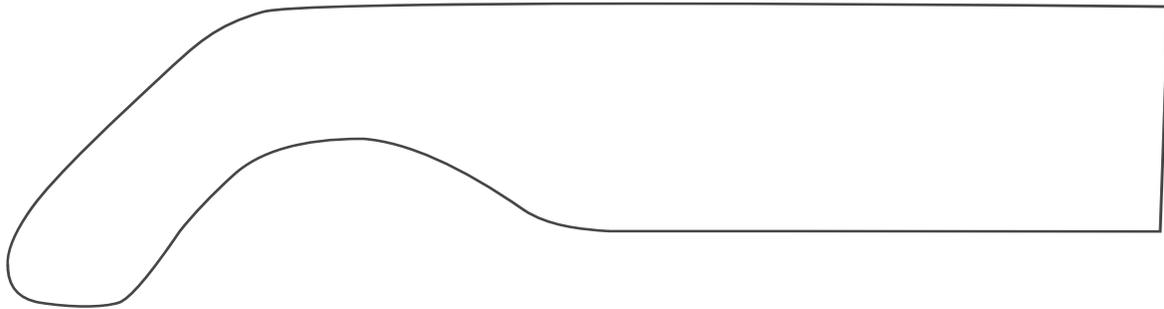
Téléchargez des photos d'élèves qui portent les lunettes d'empathie dans leurs **Scénarimage**, où ils peuvent réfléchir à ce qu'ils ont appris au sujet de voir les choses du point de vue de quelqu'un d'autre.

# Optiques d'empathie – Modèle

— Couper

--- Plier

/// Coller



Nom : \_\_\_\_\_