

Empathy Challenge A1

Je peux sympathiser avec d'autres personnes.

Entrepreneurial Culture



Mes sentiments, tes sentiments – Le langage giraffe

Il n'est jamais trop tôt pour les enfants de se comporter de manière empathique. A l'aide d'une panoplie d'exercices, de tâches et de jeux, ils apprennent comment communiquer les sentiments et les besoins et les reconnaître chez les autres. Ils apprennent l'attention et la «communication non violente».



Matériel pour les enseignants

Les documents décrivent les différentes étapes du déroulement du challenge de manière détaillée afin de permettre une mise en œuvre immédiate dans la salle de classe. Le matériel pour les enseignants est utilisé en parallèle du matériel pour les élèves (= fiches de travail).

Le signe « ➡ » désigne des exercices facultatifs destinés à approfondir les connaissances. Les fiches de travail correspondantes se trouvent dans le document « Matériel complémentaire pour les élèves ». Tous les documents sont disponibles sur le site web www.youthstart.eu.

Programme Youth Start Entrepreneurial Challenges

basé sur le modèle TRIO pour l'entrepreneuriat – www.youthstart.eu

Core Entrepreneurial Education				Entrepreneurial Culture						Entrepreneurial Civic Education	
	Idea Challenge		Hero Challenge		Empathy Challenge		Storytelling Challenge		Buddy Challenge		My Community Challenge
	My Personal Challenge		Lemonade Stand Challenge		Perspectives Challenge		Trash Value Challenge		Open Door Challenge		Volunteer Challenge
	Real Market Challenge		Start Your Project Challenge		Extreme Challenge		Be A Yes Challenge		Expert Challenge		Debate Challenge

Le modèle TRIO est une approche d'apprentissage globale qui couvre trois domaines :

« **Core Entrepreneurial Education** » fait référence à la qualification de base de la pensée et de l'action entrepreneuriale : la capacité de développer des idées propres et de les mettre en œuvre de manière flexible et innovante.

« **Entrepreneurial Culture** » promeut une culture d'ouverture à l'innovation, d'empathie, de travail d'équipe et de créativité, d'orientation vers les objectifs et d'initiative propre, mais aussi de prise de risques et de conscience du risque.

« **Entrepreneurial Civic Education** » désigne le renforcement de la compétence sociale en tant que citoyen(ne), la responsabilité envers soi-même, les autres et l'environnement.

Chaque challenge fait partie de l'une des **18 familles de challenges** associées à l'un des niveaux du modèle TRIO. Une famille de challenges peut comprendre plusieurs challenges à différents niveaux d'apprentissage. Les désignations utilisées dans le matériel pédagogique peuvent être classées comme suit :

Niveau primaire (A1), niveau secondaire I (A2), différents niveaux (B1, B2 et C1) au sein de niveau secondaire II. Le niveau suivant respectif se base à chaque fois sur le niveau précédent.



Fiche méthodologique

Sujet	Mes sentiments, tes sentiments – Le langage giraffe
Niveau	A1
Famille de challenges	<p>Empathy Challenge – le challenge attentionné !</p> <p>Pour comprendre une personne il faut pouvoir se mettre à sa place et changer d'optique. Les enfants du niveau primaire s'entraînent à une collaboration empathique par l'articulation de leurs émotions et de leurs besoins. Ensemble ils élaborent des règles de base pour la coexistence en classe. Ensuite, au niveau secondaire I, les élèves apprennent comment résoudre des conflits à travers le « sac de l'amitié ». Traduire ce savoir en économie, c'est le sujet de la carte empathie que les jeunes élaborent au niveau secondaire II. En effet, savoir se mettre à la place de son public cible fait généralement partie de la stratégie d'une entreprise.</p>
Durée	L'introduction du langage girafe devrait s'étendre sur plusieurs semaines et inclure au moins 10 unités d'enseignement. Il pourrait également être mis en œuvre lors d'une semaine de projet. Idéalement, il s'étend en tant que projet de classe ou d'école tout au long de l'année scolaire.
De quoi s'agit-il – l'idée sous-jacente	<p>Une relation attentionnée et respectueuse avec l'autre conduit à un climat satisfaisant et agréable dans la classe. Une compréhension de l'autre présuppose que l'on peut se mettre dans sa peau, de ressentir de l'empathie. Quand je ressens de façon empathique, je change de perspective : j'apprends à ressentir ce qu'il/elle ressent.</p> <p>Pour que cela soit possible, les élèves apprennent à connaître mieux leurs sentiments et les expriment par des mots. Ils apprennent le langage des émotions, du cœur, que l'on appelle le langage girafe (selon la communication de non-violence de Marshall Rosenberg).</p> <p>De même, ils apprennent à distinguer le langage girafe de celui du loup. Utiliser le langage loup implique d'évaluer ce que les autres disent, de les accuser ou de les menacer. Ensemble, les règles de base pour une vie commune dans la classe sont développées. Elles sont fondées sur le fait que les sentiments et les besoins de chaque individu doivent être respectés.</p>
Entrepreneuriat - les compétences selon le cadre de références	<p>Je peux reconnaître les domaines où je suis bon.</p> <p>Je peux terminer des tâches simples.</p> <p>Je peux travailler avec d'autres personnes.</p> <p>Je peux reconnaître mes émotions et celles des autres.</p>



Compétences linguistiques	<p>Je peux exprimer mes propres sentiments.</p> <p>Je peux nommer différents sentiments.</p> <p>Je peux assigner différents sentiments à différentes expressions faciales.</p> <p>Je peux exprimer mes propres besoins.</p> <p>Je peux citer différents besoins.</p> <p>Je peux venir en aide à autrui si je perçois (je le vois ou il me le dit) son mal-être.</p> <p>Je peux formuler une demande.</p>
Lexique (sur des affiches pédagogiques)	Le langage girafe, le langage loup, menacer, accuser, attaquer, mimique, gestuelle, besoin, sentiments de la fiche de travail 9, observation
Vérification des compétences	<p>Évaluation par les pairs : les élèves évaluent les uns les autres et évaluent le nombre de sentiments (langage girafe) qu'ils connaissent.</p> <p>Auto-évaluation : les étudiants s'évaluent eux-mêmes et estiment combien de sentiments ils comprennent et utilisent.</p>
Conditions d'admission	Chaque enfant a déjà connu des situations dans lesquelles la communication a réussi ou a échoué.
Le corps et l'esprit	Le lien www.youthstart.eu vous dirigera vers des exercices de motivation et de concentration (avec vidéos). Certaines pratiques présentées permettent aux élèves de développer leur façon de prendre conscience d'eux-mêmes. Vous pourrez en choisir un ou plusieurs, suivant besoin.
Préparation	<p>Le professeur informe les parents / les tuteurs de l'introduction du langage girafe dans la classe.</p> <p>La fiche d'information L1 « Nous apprenons le langage girafe » (voir « Copies et informations ») sert de préparation à l'enseignant sur le sujet et peut également servir de brochure pour les parents et les tuteurs.</p> <p>L'utilisation des documents L2 à L16 (« Copies et informations ») sera discutée plus en détail sur la présente fiche méthodologique.</p> <p>Au cours du challenge, tous les enfants reçoivent le matériel pour les élèves (fiches de travail 1 à 15, dont trois fiches de travail pour l'approfondissement).</p>
Pour l'étape 1	<p>Comment parle la girafe ?</p> <p>b) Préparer le cœur (p. ex. découper du papier) ; papier à dessin ; copier la fiche L2 une fois, découper les cartes, coller les cartes avec les expressions sur du papier plus épais et coller les cartes avec des explications sur du papier épais d'une autre couleur ; ciseaux, colle.</p> <p>c) Apporter la photo d'une girafe</p> <p>d) Préparer 1 à 2 serviettes bleues (pour les points d'eau)</p>

Empathy Challenge A1

Youth Start Entrepreneurial Challenges



	<p>f) Copier la fiche L3 ; ciseaux ; grande feuille de papier ; crayons à dessiner ; colle ; copiez la fiche L4 qui servira de modèle de dessin</p>
Pour l'étape 2	<p>Comment parle le loup ?</p> <p>b) copier L5 autant de fois pour que chaque enfant reçoive au moins une phrase de loup ; découper les phrases ; préparer la marionnette de loup</p> <p>c) copier L6 autant de fois pour que chaque phrase de loup distribuée précédemment corresponde à une phrase de girafe ; découper les phrases ; préparer la marionnette de girafe ; grande feuille de papier ; crayons à dessiner ; colle</p>
Pour l'étape 3	<p>Mes sentiments - tes sentiments</p> <p>Pour les enseignants : En tant que brève introduction à "Lire et interpréter les mimiques - les 7 émotions de base - selon Paul Ekman", regarder la vidéo suivante de Peter Kovacs : https://www.youtube.com/watch?v=6pJeW4eAw0c et lire la fiche L7.</p> <p>c) Copier plusieurs fois la fiche L8 (mimiques), découper en cartes.</p> <p>d) Copier plusieurs fois la fiche L9 (cartes de sentiments), découper en cartes.</p> <p>e) Copier une fois la fiche L10 (mots de sentiments), découper en cartes.</p> <p>f) Cartes de sentiments découpées (L9), carton, ciseaux, feutre, colle ; pour chaque enfant dans la classe une pince à linge.</p>
Pour l'étape 4	<p>Je souhaite de ta part ...</p> <p>a) Montre des sentiments ; copiez la fiche L10 en tant que carte ou les éléments individuels sur des affiches sur le mur.</p> <p>b) Copier la fiche L11 (cartes de besoins) une fois, découper en cartes ; carton, ciseaux, stylo, colle, copier la fiche L13 une fois ; pour chaque enfant dans la classe une autre pince à linge.</p> <p>c) Copier les fiches L12 et L13 une fois, ruban adhésif ; marionnette girafe</p> <p>d) Copier la fiche L14 une fois, ruban adhésif et colle ; marionnettes girafe et loup</p> <p>e) Papier coloré, stylos, ciseaux, colle</p>
Pour l'étape 5	<p>Qui parle ? Girafe ou loup ?</p> <p>a) mordre dans des fruits (p. ex. pomme), mettre du papier froissé et votre veste sur une table, copier la fiche L15 jeu "langage girafe – langage loup", découper en cartes ; sélectionner les trois premières paires, copier la fiche L16 ; colle ; marionnettes girafe et loup</p> <p>b) toutes les cartes du jeu "langage girafe – langage loup" ; marionnettes girafe et loup</p> <p>d) copier les fiches L12, L13, L14 et L16, ruban adhésif ; papier coloré, stylos, ciseaux ; marionnette girafe.</p>
Pour l'étape 6	<p>On s'entend bien</p> <p>a), b) marionnettes girafe et loup</p> <p>c) grande feuille de papier, stylos</p>



Exécution	Pour plus de détails, voir le diagramme suivant cette fiche méthodologique
Étape de travail 1	<p>Comment parle la girafe ?</p> <ul style="list-style-type: none"> a) Introduction au sujet par enseignant b) le cœur c) Introduction de la girafe d) Exercice physique « Nous devenons des girafes, des éléphants et des gazelles » e) Introduction au langage girafe f) Conception d'une affiche avec le titre « langage girafe »
Étape de travail 2	<p>Comment parle le loup ?</p> <ul style="list-style-type: none"> a) Introduction du loup b) Introduction au langage loup c) Exercice d'attention : « Nos oreilles sont des oreilles de girafe » d) La girafe arrive e) Conception d'une deuxième affiche avec le titre « phrases girafe »
Étape de travail 3	<p>Mes sentiments - tes sentiments</p> <ul style="list-style-type: none"> a) Introduction b) Exprimer les sentiments avec le corps c) Exprimer les sentiments avec le visage d) Quel visage convient à quel corps ? e) Exprimer les sentiments avec ses mots f) Montre des sentiments
Étape de travail 4	<p>Je souhaite de ta part ...</p> <ul style="list-style-type: none"> a) Ce dont j'ai besoin b) Mots et images qui décrivent ce dont j'ai besoin – montre des besoins c) Je le ressens parce que j'ai besoin de quelque chose d) Ce dont tu as besoin - Exercice avec deux chaises (sentiments et besoins) e) Je t'en prie ... - Exercice avec la 3ème chaise f) Merci !
Étape de travail 5	<p>Qui parle ? Girafe ou loup ?</p> <ul style="list-style-type: none"> a) La girafe dit : Je vois / j'entends ... pas : tu es ... b) Jeu "langage girafe – langage loup" c) Exercice de relaxation "Le loup vient se reposer" d) Exercice avec 4 chaises
Étape de travail 6	<p>On s'entend bien – les règles dans notre classe de girafes</p> <ul style="list-style-type: none"> a) Nous parlons comme des girafes. b) Nous entendons comme des girafes. c) Ce qui est encore important pour nous.
Étape de travail 7	Évaluation par les pairs : ma maîtrise du langage girafe
➤ Étape de travail 8	Autoévaluation : ma compréhension et maîtrise du langage girafe

Empathy Challenge A1

Youth Start Entrepreneurial Challenges



➤ Étape de travail 9	Autoévaluation
Étape de travail 10	Autoévaluation à la fin de la leçon
➤ Étape de travail 11	Autoréflexion
Contexte inhérent au programme de challenges	Ce challenge sert de point de départ aux « Empathy Challenges » des niveaux d'apprentissage supérieurs. Il est lié aux défis de niveau A1 suivants : „Be A YES“, „Buddy“ et „Expert“. Il existe également une forte relation avec le programme de pleine conscience (voir " Le corps et l'esprit" sur www.youthstart.eu). Étant donné que le challenge est idéalement réalisé comme un projet s'étendant sur toute l'année, il est recommandé de commencer en début d'année scolaire.
Liste de liens	<p>Concernant le projet Youth Start Entrepreneurial Challenges : www.youthstartproject.eu</p> <p>Matériel de cours supplémentaire (films inclus) : www.youthstart.eu</p> <p>Site web de l'association „Netzwerk Gewaltfreie Kommunikation Austria“: www.gewaltfrei.at</p> <p>Séminaire introductif „Gewaltfreie Kommunikation“: www.gfk-training.com</p> <p>Centre pour la communication non violente (international) : www.cnvc.org</p> <p>Images de sentiments (dénominations en allemand, anglais et espagnol) : www.sparklebox.co.uk</p> <p>Lire et comprendre les mimiques – les 7 émotions de base – par Paul Ekman, de Peter Kovacs : www.youtube.com/watch?v=6pJeW4eAw0c</p> <p>tools4schools "Le langage girafe et le langage loup » : Une leçon modèle sur le thème de la communication non violente pour l'enseignement primaire – kontakt+co Suchtprävention Jugendrotkreuz, A-Innsbruck (Faltblatt mit Einlagen) : www.kontaktco.at/info_service/downloads/#cat6</p> <p>Jeu de rôle : Est-ce eu tu m'aimes ? – Jeu de rôle : Loup et girafe - Marshall B. Rosenberg (en anglais) : www.youtube.com/watch?v=T0cdFOflTeA</p> <p>Matériel pour promouvoir le comportement social à l'école primaire : www.bzga.de/botmed_20420000.html</p>
Sources	<p>Marshall B. Rosenberg: Gewaltfreie Kommunikation. Eine Sprache des Lebens. Junfermann Verlag, 11. Auflage 2013</p> <p>Marshall B. Rosenberg: Erziehung, die das Leben bereichert. Gewaltfreie Kommunikation im Schulalltag. Junfermann Verlag, 5. Auflage 2013</p>



	<p>Achtsamkeit und Anerkennung : Materialien zur Förderung des Sozialverhaltens in der Grundschule, hrsg. von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Köln 2002</p> <p>Frank und Gundi Gaschler: Ich will verstehen, was du wirklich brauchst. Gewaltfreie Kommunikation mit Kindern. Das Projekt Giraffentraum. Verlag Kösel, 8. Auflage, München 2015</p> <p>Evelyn und Sven Schöllmann, Melanie Kirchgessner (Illustr.): Respektvoll miteinander sprechen – Konflikten vorbeugen. 10 Trainingsmodule zur gewaltfreien Kommunikation in der Grundschule. Verlag an der Ruhr, Mülheim an der Ruhr 2014</p>
Lecture recommandée	<p>„Meine Gefühle, deine Gefühle“, 1. Auflage, Wien 2016 – „Lewi“: Aktion Leben und Wirtschaften für Kinder</p> <p>Concept et texte : Selvedina Begovic, Isabella Haidl et Emina Krpic;</p> <p>Editeurs : Eva Jambor et Johannes Lindner; Illustrations : Isabella Haidl et Helmut Pokornig; Lectorat : Heidi Huber</p> <p>Ce livre pour enfants a été réalisé dans le cadre du projet „Empathy’s cool“ et est édité par Initiative für Teaching Entrepreneurship (IFTE).</p> <p>Il peut être commandé gratuitement à l’adresse mail : office@ifte.at</p>
Pièce de théâtre	<p>Il est possible de réserver un atelier théâtral pour enfants en relation avec les présents matériaux d’enseignement.</p> <p>Informations : Figurentheater Marijeli (www.marijeli.at)</p>
Recommandation	<p>Schatzkiste – Gewaltfreie Kommunikation de M.B. Rosenberg pour enfants : Matériel de formation sous forme de cartes (explications en allemand) et Wünsche-Uhr, édité en 2016 par Cornelia Schafrath</p> <p>Pour toute commande ou demande d’informations : kommherzaehlmirwas@gmx.at</p>
Conditions d'utilisation	<p>L’ensemble du matériel pour les enseignants et les élèves développé dans le cadre du « Youth Start Entrepreneurial Challenge » est sous licence Creative Commons. Vous pouvez reproduire et redistribuer les documents dans tous les formats ou sur tous les supports à condition de respecter la bonne dénomination. Il est interdit d’utiliser le matériel à des fins commerciales. Vous pouvez éditer les documents, mais les distribuer uniquement sous la même licence que l’original. Les détails exacts concernant l’octroi de licences sont disponibles sous http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.de</p> <p>Que ce soit pour la mise en réseau avec les partenaires nationaux et leurs offres ou pour soutenir la mise en œuvre, l’équipe de Youth Start se réjouit d’ores et déjà de vous compter parmi ses contacts.</p> <p>Adresse e-mail : office@ifte.at</p>

Empathy Challenge A1

Youth Start Entrepreneurial Challenges



Auteurs Éditeurs	Eva Jambor (auteur et éditeur), Johannes Lindner, Ingrid Teufel (auteurs), Chadwick V.R. Williams (auteur, vérification des compétences)
Graphisme	Valentin Mayerhofer, Peter Stromberger (pictogrammes), Helmut Pokornig (illustrations)
Traduction rédaction	Martina Jeric-Ruzvovits (traduction), Beate Tötterström, Heidi Huber, Andrea Bisanz, Valentin Vertneg, Martin Obermayr (rédaction)



Préface des auteurs :

L'objectif du présent matériel pédagogique est de mettre en place une interaction valorisante, empathique et attentive entre les membres de la classe. Les quatre étapes de la communication non violente (CNV), auxquelles nous nous référons, nous semblent être un outil très approprié. Pour plus de détails sur la méthode de la communication non violente, nous recommandons de visiter les cours de CNV et de lire la littérature utilisée.

Plan

Etape de travail 1 / Comment parle la girafe ?

a) Introduction au sujet par enseignant

Nous apprenons à être prévenant et attentif envers l'autre. Pour cela, nous avons besoin d'une langue qui fait du bien à tout le monde sans blesser quelqu'un. C'est une langue qui vient du cœur.

b) Le Cœur

Montrer le cœur apporté (par exemple, en papier) :

Où est ton cœur ? Sais-tu à quoi cela ressemble ? Que fait ton cœur ?

Qu'est-ce que cela pourrait signifier : quelque chose vient « du cœur » ?

Comment approfondir la thématique du cœur ?

Variante 1 : Laisser les enfants peindre un cœur. Ils écrivent ou dessinent à l'intérieur, ce qu'ils ressentent quand ils se sentent à l'aise. Les images sont accrochées.

Variante 2 : Exercice physique : méditation cardiaque – s'asseoir confortablement, fermer les yeux, sentir son cœur, compter les battements du cœur, réfléchir à quelque chose de beau, puis discuter en classe.

c) Introduction de la girafe

Quel animal vivant sur la terre ferme a le plus grand cœur ? – Montrer la photo d'une girafe, expliquer qu'elle a besoin du grand cœur pour pomper le sang à travers le long cou jusqu'à la tête.

Où vivent les girafes ? Quels autres animaux vivent là-bas ? Que mangent les girafes ? Les girafes enlèvent-elles quelque chose aux autres animaux ? Comment la girafe cohabite-t-elle avec les éléphants, les zèbres, les gazelles ? Est-elle en conflit avec les autres animaux ?

d) Exercice physique « Nous devenons des girafes, des éléphants et des gazelles »

Mettre des draps bleus sur le sol pour signaler les points d'eau.

Certains enfants se transforment en girafes et se promènent doucement dans la pièce, étendent la gorge le plus possible et se rendent très grands, d'autres enfants se déplacent comme des éléphants ou des gazelles.

Les éléphants et les gazelles recherchent un point d'eau. Les girafes peuvent voir plus loin que les autres animaux.

Les enfants- girafe sont invités à aider les éléphants et les gazelles dans la recherche de l'eau. Ils doivent être amicaux et gentils les uns envers les autres.

Les phrases suivantes pourraient être prononcées :

Empathy Challenge A1

Youth Start Entrepreneurial Challenges



Bonjour, comment te sens-tu en tant qu'éléphant ? Tu cherches quelque chose ?

As-tu besoin d'aide, la gazelle ?

J'ai très soif, toi aussi certainement. Je vois un point d'eau, ce n'est pas loin. Dois-je te montrer la voie ?

e) Introduction au langage girafe

La langue, qui vient du cœur, a le nom de l'animal terrestre au plus grand cœur : le langage girafe.

Lorsque nous parlons dans la langue des girafes, nous demandons :

Comment vous sentez-vous ?

Nous demandons : De quoi avez-vous besoin ?

Nous disons comment nous nous sentons.

Nous disons ce dont nous avons besoin.

f) Conception d'une affiche avec le titre « langage girafe »

Les enfants - ou l'enseignant - dessinent une girafe avec un gros cœur sur une grande feuille de papier ; la fiche L3 peut servir de modèle. Les enfants découpent les phrases-girafe de la fiche L2 et les placent sur l'affiche à côté de la girafe.

Sur l'affiche, il faut veiller à laisser de la place pour 3 expressions qui seront rajoutées plus tard.

Sur l'affiche se trouvent les expressions suivantes (voir aussi fiche L4) :

La girafe dit : Comment te sens-tu ?

De quoi as-tu besoin ?

La girafe dit : (espace libre pour "Je vois / J'écoute ..." - voir étape 5.a)

Je me sens ...

J'ai besoin de ...

..... (espace libre pour "Je te prie ..." - voir étape 4.c)

..... (espace libre pour "Merci !" - voir étape 4.d)

L'affiche est suspendue dans la salle de classe.

Etape de travail 2 / Comment parle le loup ?

a) Introduction du loup

Rechercher des expressions en relation avec le mot « loup » : Où habite-t-il ? Comment habite-t-il ? Un chien aboie, un chat miaule, que fait un loup ?

Avez-vous déjà vu un chien s'énervé ? Pouvez-vous imiter son visage ? Quel bruit fait-il ?

Les loups grognent et montrent les dents lorsqu'ils se sentent menacés. Parfois, ils s'attaquent mutuellement, se mordent et se blessent.

Le langage que nous utilisons lorsque nous sommes fâchés, le fait de maudire un autre ou de la provoquer, c'est ce que nous appelons le langage loup.



b) Introduction au langage loup

Comment vous parlez-vous quand vous êtes en colère ou si quelqu'un vous a offensé ? Vous parlez dans le langage loup. Après avoir recherché des exemples d'expressions loup les termes suivants sont écrits au tableau :

- *Je te menace.*
- *Je te reproche.*
- *Je t'attaque.*
- *Je veux avoir raison.*

Travail en couple :

Copier L5 en autant d'exemplaire à ce que chaque enfant reçoive au moins une phrase de loup. Deux enfants travaillent ensemble, l'un choisit une phrase-loup et la dit à son partenaire, puis l'inverse, ensuite ils s'échangent sur les sentiments ressentis lorsqu'ils ont entendu la phrase. Ensuite, discuter en classe :

L'enseignant demande aux enfants comment ils se sentent quand ils entendent et disent ces phrases.

Il est probable que des enfants se sont sentis mal à l'aise en prononçant ou en entendant ces phrases, ou même se sont mis un peu en colère.

L'enseignant demande : Qui avait la phrase-loup avec

- la menace ?
- l'accusation ?
- l'attaque ?
- la volonté d'avoir raison ?

Les enfants en question lisent la phrase respective. Chaque phrase se répète à plusieurs reprises.

L'enseignant prend la marionnette de loup en main et répète la phrase correspondante à nouveau.

Il demande à un enfant d'écrire la phrase au tableau à côté des termes notés précédemment.

Finalement deux phrases se trouvent respectivement à côté de

- *Je te menace.*
- *Je te reproche.*
- *Je t'attaque.*
- *Je veux avoir raison.*

La même matière a été retravaillée dans le matériel pour les élèves (voir les fiches de travail 2, 3 et 4). Alternativement (ou en plus) à l'exercice susmentionné, les fiches de travail peuvent être complétées individuellement ou en couples ou être réalisées en tant que travail à domicile. Sur les fiches de travail, les enfants sont également invités à réfléchir sur leur propre comportement linguistique et à noter leurs propres phrases-loup et phrases-girafe.

c) Exercice d'attention : « Nos oreilles sont des oreilles de girafe »

Masser les oreilles à l'aide du pouce et de l'index en commençant en haut et en descendant jusqu'au lobe de l'oreille. Ceci est un bon exercice pour améliorer la concentration en relation avec le langage girafe.

Maintenant que vos oreilles ont été massées vous pouvez entendre attentivement comme une girafe.



d) La girafe arrive

L'enseignant prend la marionnette girafe ainsi qu'une phrase girafe (à partir de la fiche L6 précédemment copiée et découpée en phrases individuelles). La girafe lit maintenant la phrase à voix haute et demande à la classe quelle phrase du tableau elle pourrait bien remplacer. Dans le groupe, les caractéristiques du langage girafe peuvent être analysées davantage.

Ensuite, l'enseignant répartit arbitrairement toutes les phrases girafes. (La Fiche L6 est copiée en préparation en plusieurs exemplaires de façon que chaque enfant reçoive une phrase girafe.) Chaque enfant lit à haute voix sa phrase et demande aux autres qui a la phrase loup correspondante. Chaque enfant avec une phrase girafe donne ainsi sa phrase à l'enfant avec la phrase loup correspondante.

L'ensemble des phrases loup est froissé et jeté à la poubelle. À la fin, tous les enfants disposent d'une phrase girafe.

L'enseignant demande comment les enfants se sentent après avoir dit et entendu ces phrases.

La réaction pourrait être que les enfants se sentent plus à l'aise, que c'est plus confortable, etc.

e) Conception d'une deuxième affiche avec le titre « phrases girafe »

Avec les phrases girafe, les enfants peuvent créer une deuxième affiche et l'accrocher à côté de leur affiche "langage girafe" contenant le dessin de la girafe.

Les phrases loup écrits au tableau sont effacés par un enfant.

Les expressions :

- Je te menace.
- Je te reproche.
- Je t'attaque.
- Je veux avoir raison.

sont barrées.

L'enseignant fait référence à l'affiche "langage girafe" contenant les phrases :

La girafe demande : Comment te sens-tu ? De quoi as-tu besoin ?

La girafe dit : Je sens ... J'ai besoin de ...

A l'avenir nous allons essayer de parler dans le langage girafe. Nous disons ce que nous ressentons et ce dont nous avons besoin. Nous demandons aux autres ce qu'ils ressentent et de quoi ils ont besoin.

Etape de travail 3 / Mes sentiments - tes sentiments

a) Introduction

Quand on se parle en langage girafe, on parle de ses sentiments. Nous disons ce que nous ressentons et demandons aux autres comment ils vont. Faire référence à l'affiche "langage girafe" sur le mur. Afin que nous puissions parler dans le langage, nous avons besoin de mots pour exprimer nos sentiments. Nous apprenons maintenant à exprimer exactement ce que nous ressentons.

b) Exprimer les sentiments avec le corps

Variante 1 : Appel aux enfants

- de penser à quelque chose de beau, de se relaxer - faire un visage joyeux - *qu'est-ce qui se passe dans ton corps quand tu es joyeux ?*

Empathy Challenge A1

Youth Start Entrepreneurial Challenges



- de regarder de manière sombre, serrer les poings, aller en position d'attaque - faire un visage agressif - *qu'est-ce qui se passe dans ton corps quand tu es en colère ?*

Variante 2 : L'enseignant montre une position, les enfants l'imitent :

- la tête en bas, les mains et les épaules pendantes - *comment vous sentez-vous lorsque vous vous tenez comme ça ?*
- droit debout, la tête vers le - *comment vous sentez-vous maintenant quand vous vous tenez comme ça ?*

Variante 3 : Exercices avec Body-Feedback

- Prendre le crayon entre les dents (et bien mordre dessus), puis le prendre entre les lèvres - comment vous sentez-vous ?



Remarque : Mordre sur le stylo active les muscles faciaux qui sont également actifs pendant le rire, ce qui signifie que le cerveau reçoit le signal « bonne humeur », même si la cause est purement physique. Si l'on prend le stylo entre les lèvres sans mordre dessus, les mêmes muscles faciaux sont activés que lorsqu'on est triste.

Ingrid Teufel

Variante 4 : Les enfants sont invités à :

- Montrer avec le pied qu'ils sont en colère.
- Montrer avec les genoux qu'ils sont excités.
- Montrer avec la bouche qu'ils se sont effrayés.
- Montrer avec le nez qu'ils sont curieux.
- Montrer avec les épaules qu'ils sont épuisés.
- Montrer avec les mains qu'ils sont impuissants.
- Montrer avec votre poitrine qu'ils sont fiers.
- Montrer avec tout votre corps qu'ils sont heureux.

Toutes les émotions décrites dans ces exercices sont recueillies sur des affiches. On demande aux enfants de donner d'autres termes caractérisant des sentiments et on les note.

c) Exprimer les sentiments avec le visage

Les enfants sont invités à exprimer leurs sentiments uniquement avec leurs visages. A cet effet, les visages à émotions de la fiche L8 peuvent être distribuées sous la forme de cartes. Les termes qui se trouvent sous les visages sont coupés ou repliés lorsque les cartes sont découpées. Le terme mimique est introduit.

Variante 1 : Deviner une mimique

Les enfants sont assis en cercle. Un enfant tire une carte avec les visages à émotions étalées au milieu du cercle et, avec son visage, imite la mimique de la carte. L'enfant qui a en premier deviné le sentiment est le suivant.

Variante 2 : Jeux avec le dé MIM

Il est aussi possible de jouer au dé MIM, si disponible (un cube avec des visages émotions de chaque côté).

Avec les visages de la fiche L8 il serait possible de réaliser avec les enfants un dé MIM.



Les documents pour enfants contiennent la fiche de travail 5 qui correspond exercices réalisés. Dans la salle de classe ou à la maison les enfants peuvent écrire les termes appropriés sous les visages.

d) Quel visage convient à quel corps ?

- Variante 1 : Les dessins représentant des bonhommes allumettes dans différents états émotionnels et découpés en cartes (cartes de sentiments de la fiche L9) sont distribués. Le concept de la gestuelle est introduit. Dans un travail de groupe chaque bonhomme se voit attribuer un visage émotion.
- Les enfants sont invités à imiter la gestuelle et la mimique.
- Variante 2 : Une variante amusante survient lorsque les enfants combinent des expressions faciales et des postures corporelles qui ne correspondent manifestement pas : par exemple le visage joyeux avec les épaules qui pendent. Quand les enfants essaient eux-mêmes ces combinaisons de gestes et d'expressions faciales, ils se rendent compte qu'un sentiment est toujours représenté avec tout le corps. Il n'est donc pas possible de faire un visage radieux dans une posture déprimée.
- Variante 3 : Les cartes avec les états émotionnels et les visages émotions sont cachées. Un enfant prend une carte avec un bonhomme allumette et une carte avec un visage émotion et essaye d'exprimer la combinaison dessinée avec son propre corps et visage.

e) Exprimer les sentiments avec ses mots

Lors d'un travail en groupe une émotion est attribuée à chaque carte de sentiments. Il arrive que les cartes de sentiments soient interprétées différemment dans le groupe. Les mots de la fiche L10 peuvent être utilisés comme aide.

Il se peut que les enfants ne connaissent pas tous les mots de la fiche L10. L'enseignant décide lesquels d'entre eux sont présentés plus en détail aux élèves. Ceux-ci sont expliqués ensemble et écrits (ou collés) sur des affiches. Les affiches restent accrochées dans la salle de classe pendant la continuation des travaux.

A l'aide des fiches de travail 6 et 7 du matériel pour les élèves le vocabulaire des émotions peut être consolidé. Elles peuvent être réalisées dans la salle de classe ou par les enfants à la maison mais doivent être discutées en classe. La fiche de travail 6 contient (sauf deux exceptions) tous les mots de la fiche L10.

f) Montre des sentiments

Les cartes de sentiments de la fiche L9 sont utilisées pour créer une « montre des sentiments » : les 12 cartes sont collées sur une boîte en carton ayant la forme du cadran d'une montre. Au centre du cadran se trouve le symbole du cœur avec l'inscription "Je ressens" (fiche de travail L12).

Chaque enfant reçoit une pince à linge, sur laquelle est écrit son nom. Lorsqu'un enfant est interrogé sur ce qu'il ressent, il peut attacher sa pince à linge à la carte appropriée.

Chacune des 12 cartes peut être annotée avec un mot ou plusieurs mots représentant une émotion. Il est important que toute classe soit d'accord avec les mots choisis. Une carte vide peut également être collée sur la montre au lieu de l'une des 12 cartes. Elle sert d'espace réservé pour un sentiment qui ne se trouve pas sur les autres cartes.



Etape de travail 4 / Je souhaite de ta part ...

a) Ce dont j'ai besoin

À travers la « montre des sentiments », les enfants sont invités à réfléchir sur eux-mêmes lorsque l'enseignant pointe sur l'une des cartes :

Y avait-il une situation dans laquelle tu te sentais comme ça ? Qu'est-il arrivé ? Te rappelles-tu pourquoi tu as ressenti cette émotion ?

Ensemble, les élèves essaient de déterminer la cause de ce sentiment, c'est-à-dire que l'on cherche les besoins sous-jacents. Le terme besoin est introduit.

Les sentiments d'un besoin comblé :

J'ai ce dont j'avais besoin. Par conséquent, je me suis senti à l'aise.

Les sentiments d'un besoin non satisfait :

J'ai n'ai pas eu ce dont j'avais besoin. Donc je me suis senti mal à l'aise.

Dans le cas de sentiments ayant comme cause un besoin inaccompli, on pourrait demander :

Que t'a-t-il manqué ?

De quoi aurais-tu eu besoin pour te sentir bien ?

Dans le cas de sentiments ayant comme cause un besoin comblé, on pourrait demander :

Peux-tu te rappeler la cause de ce beau sentiment ?

Qu'est-ce qui t'as rendu si heureux ?

Autrement dit, tu as eu quelque chose dont tu avais besoin.

b) Mots et images qui décrivent ce dont j'ai besoin – montre des besoins

Douze cartes de besoins sont introduites (fiche L11). Le cadran d'une horloge est dessiné sur un carton, les 12 cartes sont collées dessus. Les cartes peuvent également être étiquetées avec des descriptions des besoins respectifs. Au milieu de l'horloge est collé le trésor de la fiche L13 contenant l'inscription "J'ai besoin ...".

Nous avons créé une "montre des besoins". Cette horloge montre ce que nous attendons des autres. Pour exprimer cela, nous choisissons le symbole du trésor. Nous sommes les seuls à savoir ce qui s'y cache exactement. C'est un trésor précieux, car il nous aide à mieux nous comprendre mutuellement. Grâce à cette montre, nous voulons également apprendre à comprendre ce dont l'autre a besoin, quels besoins font partie de son trésor.

Les besoins suivants sont représentés sur les 12 cartes – à l'aide des questions les besoins peuvent être expliqués dans un langage adapté aux enfants :

1. Autonomie / autodétermination

Veux-tu déterminer ce que tu veux faire maintenant ?

Voudrais-tu que les autres voient que tu es déjà assez grand pour décider par toi-même ?

Veux-tu qu'ils te demandent ?

Est-ce important pour toi d'être autonome par moments ?

2. Compréhension / empathie / compassion

As-tu besoin de quelqu'un pour t'écouter ?

As-tu besoin de quelqu'un qui comprend ce qui est important pour toi ?

Voudrais-tu que les autres comprennent ce que tu voulais dire ?



3. Sécurité / confiance

Est-ce important pour vous que vous sachiez que tout le monde a de bonnes intentions envers vous ?
Avez-vous besoin de quelqu'un qui est là pour vous ?
Est-ce important pour vous que vous sachiez que vous êtes aussi aimé quand vous faites des choses qui déplaisent aux autres ?

4. Communauté / appartenance

Aimeriez-vous faire quelque chose avec les autres ?
Aimeriez-vous y participer ?
Aimeriez-vous en faire partie ?
Aimeriez-vous avoir des amis ?

5. Repos / Relaxation

Avez-vous besoin d'une pause ?
Aimeriez-vous ne rien faire, simplement vous détendre ?
Voulez-vous être seul pendant un moment ?
Avez-vous besoin de paix et de calme ?

6. Soutien / Aide

As-tu besoin d'aide ?
Es-tu en train de faire quelque chose que tu ne peux pas réaliser tout seul ?

7. Confort / Regret / Proximité

Voulez-vous être étreint ?
Avez-vous besoin de quelqu'un pour vous écouter ?
Voulez-vous que quelqu'un vous serre fort pour que tout se passe bien ?

8. Jeu / Amusement / Fête

Aimeriez-vous jouer et vous amuser ?
Avez-vous besoin de quelque chose de drôle maintenant, dont nous pouvons tous rire ensemble ?
Devrions-nous célébrer quelque chose ensemble et le célébrer ensemble ?

9. Équivalence / Justice / Équité

Est-ce important pour vous que tout le monde soit traité de la même manière ?
Avez-vous besoin du sentiment que tout le monde vaut la même chose ?
Voulez-vous que tout le monde soit traité de la même manière ?
Souhaitez-vous que tout soit divisé équitablement ?

10. Ressentez votre propre force / efficacité

Voulez-vous réussir seul ?
Est-ce important pour vous que les autres vous écoutent ?
Voulez-vous vous sentir fort ?
Les autres devraient-ils voir que vous êtes courageux ?

11. Sens / Signification

Voulez-vous savoir pourquoi vous devriez faire cela ?
Est-ce important pour vous de comprendre ce qui se passe exactement ?
Est-ce que ce que vous faites a du sens pour vous ?

12. Bien-être physique

Avez-vous besoin de quelque chose à manger ?
Avez-vous soif ?
Voulez-vous déplacer votre corps ?



Chaque enfant reçoit une autre pince à linge sur laquelle il écrit son nom. Avec cette pince à linge, il pourra à l'avenir marquer ses besoins sur l'horloge des besoins.

c) Je le ressens parce que j'ai besoin de quelque chose

Quand nous savons ce dont nous avons besoin, nous comprenons aussi pourquoi nous ressentons ce que nous ressentons à ce moment.

Par exemple : Imaginez que vous êtes assis seul pendant la pause pendant que vos amis jouent ensemble. Comment vous sentez-vous?

Probablement que des mots comme solitaire, triste, ennuyeuxvont être cités.

Maintenant, le besoin sous-jacent est recherché par rapport à chacun de ces mots :

- solitaire - Je veux faire quelque chose avec les autres (communauté), je veux aussi appartenir au groupe (appartenance) – carte de besoin 4; Je veux jouer (jeu) - carte de besoin 8
- triste - je veux être compris (comprendre), je veux que les autres voient ce que je ressens (compassion, empathie) – carte de besoin 2

- ennuyeux - je veux que tout le monde soit traité de la même manière (équité) – carte de besoin 9, je veux que les autres me voient et me comprennent (comprendre) – carte de besoin 2

En d'autres termes, vous êtes probablement seul dans une telle situation parce que vous voulez aussi appartenir au groupe ou parce que vous voulez jouer plutôt que de rester assis seul sur votre chaise. Le loup dirait maintenant que les autres enfants sont méchants parce qu'ils ne vous ont pas invité à jouer. Ce que dit le loup c'est que les autres enfants sont responsables de m'avoir rendu triste maintenant.

Mais je suis seul parce que je souhaite quelque chose de différent en ce moment. Et je suis le seul à pouvoir nommer ce souhait pour que les autres enfants le comprennent. C'est pourquoi la girafe dit aux autres exactement ce dont elle a besoin, afin que les autres puissent mieux la comprendre. La requête que vous pouvez formuler dans un tel moment pourrait être :

Voulez-vous me laisser jouer avec vous, s'il vous plaît ? Je n'aime pas être assis tout seul.

Pour mieux comprendre les cartes de besoin, les besoins seront « devinés ». Auparavant, pour chaque phrase d'exemple, on rappellera ensemble ce que ressent l'enfant. Le sentiment correspondant est marqué sur l'horloge des sentiments avec une pince à linge. Par la suite, le besoin deviné sera marqué avec une pince à linge sur l'horloge. Ceci démontre clairement comment il y a derrière chaque sentiment un ou plusieurs besoins satisfaits ou non satisfaits.

Variante 1 : De quoi a besoin un enfant si ...

... il pleure parce qu'il est tombé

(par exemple, compréhension, soutien, consolation – carte de besoin 2, 6, 7)

... il veut jouer avec un jeu qui est sur une étagère très haute ?

(par exemple aide - carte de besoin 6)

... l'estomac fait du bruit ?

(par exemple, bien-être physique - carte de besoin 12)

... les lumières sont éteintes dans la chambre et c'est effrayant ?

(par exemple compréhension, sécurité, consolation – carte de besoin 2, 3, 7)

... un enfant a été seul dans sa chambre pendant des heures et se sent seul ?

(par exemple communauté, jeu - carte de besoin 4, 8)

... son tour ne vient pas parce qu'un autre enfant lui a volé sa place ?

(par exemple, équité – carte de besoin 9)



- ... il est poussé d'une chaise par un autre enfant ?
(par exemple compréhension, sécurité, soutien, consolation, équité – carte de besoin 2, 3, 6, 7, 9)
- ... il ne peut jamais déterminer les règles du jeu ?
(par exemple autonomie, compréhension, justice, efficacité carte de besoin 1, 2, 9, 10)
- ... il doit faire des exercices sur des pages et des pages ?
(par exemple confiance, calme, sens – carte de besoin 3, 5, 11)

Variante 2 :

Pour tous ces exemples, des mots traduisant des sentiments sont recherchés qui expriment que l'enfant a obtenu ce dont il avait besoin :

par ex : L'enfant qui pleurait a été réconforté. Maintenant, il est calme, soulagé, satisfait ... Il a eu besoin de compréhension, de soutien et de confort et a reçu ce dont il avait besoin.

d) Ce dont tu as besoin - Exercice avec deux chaises (sentiments et besoins)

A l'aide d'exemples de phrases, les enfants apprennent à se mettre dans la peau d'une autre personne au moyen d'une situation fictive. Ils changent de perspective et prennent une position assise différente.

Tout le monde est assis sur une chaise et un cercle est formé. Au milieu, deux chaises sont installées. Sur une chaise, l'enseignant colle le symbole du cœur sur le dossier avec la phrase « Je me sens ... ». Sur l'autre le symbole avec le coffre aux trésors et l'inscription "J'ai besoin de ..."
(copier les feuilles L12 et 13).

L'enseignant présente une chaise comme une « chaise du sentiment » et l'autre comme une « chaise du besoin ». Pour ce que nous ressentons, nous avons choisi le cœur comme symbole, pour ce dont nous avons besoin, le coffre aux trésors.

Essayez de voir ce que la personne, de laquelle je vais vous raconter quelque chose, ressent et ce dont elle a besoin.

Je vais vous dire quelque chose à propos de Peter maintenant. Si vous voulez vous glisser dans le rôle de Peter, veuillez-vous asseoir sur la chaise avec les mots "Je ressens ...". Un enfant répond et s'assied sur la chaise émotionnelle. Je vais vous donner la girafe, parce que vous parlez en langage girafe. Rappelez-vous tout le monde : La girafe dit ce qu'elle ressent et ce dont elle a besoin.
(Référence à l'affiche "langue girafe" sur le mur.)

L'enseignant lit l'exemple de phrase 1.

Exemple 1

"Peter n'aime pas la collation qu'il a apportée de la maison."

L'enseignant demande à l'enfant assis sur la chaise :

Essayez d'imaginer que vous êtes Peter maintenant. Comment vous sentez-vous (comme Peter), si vous n'aimez pas la collation ?

L'enfant répond et tient la marionnette à doigt girafe dans sa main. (par exemple : j'ai faim, je suis fâché contre maman, triste, déçu, impuissant, agacé, insatisfait, ennuyé, etc.)

Après que l'enfant a fait une ou plusieurs suppositions, l'enseignant demande à l'enfant de s'asseoir sur la deuxième chaise sur laquelle est inscrit "j'ai besoin ...".

De quoi avez-vous besoin (comme Peter) ? Qu'est-ce qui manque (si vous êtes Peter) ?

(par exemple : une collation que j'aime, maman devrait se souvenir de ce que je n'aime pas manger, je veux être dans le groupe et prendre la même collation que les autres, etc.)



Ensuite, on demande aux enfants s'ils ressentent autre chose puis ils sont invités à s'asseoir d'abord sur la chaise des sentiments puis sur la chaise des besoins.

L'ensemble du processus est répété avec des exemples de la feuille de travail S8 de la documentation de l'étudiant.

e) Je t'en prie ... - Exercice avec la 3ème chaise

Nous voulons maintenant apprendre à demander quelque chose, quand nous sentons que nous avons besoin de quelque chose, de quelqu'un. Nous voulons parler en langage girafe. Le professeur place une troisième chaise à côté des deux autres chaises et colle un morceau de papier avec l'inscription « Je vous en prie ... » (copier le modèle L14).

La girafe dit ce qu'elle ressent, ce dont elle a besoin, puis demande ce dont elle a besoin. Il y a trois étapes.

Rappelez-vous le premier exemple : "Peter n'aime pas la collation qu'il a apportée de la maison."

Quand Peter rentre à la maison et parle comme un loup (prendre la marionnette), il pourrait dire à sa mère : « Tu es si méchante. Encore une fois, tu m'as donné un yaourt à la fraise, je préférerais de loin avoir un yaourt à la vanille ! »

Qui veut se glisser dans le rôle de Peter et essayer de parler comme une girafe à sa mère ?

L'enseignant donne la marionnette à doigt girafe à l'enfant et lui demande de s'asseoir sur la première chaise - la chaise sentiments. Rappelez-vous : Que ressentez-vous en tant que Peter ? Ensuite, l'enseignant demande à l'enfant de s'asseoir sur la deuxième chaise - la chaise de besoins. De quoi avez-vous besoin si vous êtes Peter ?

Veuillez vous asseoir sur la troisième chaise et dites à votre mère (comme Peter) ce que vous lui demandez. Dites-lui aussi ce que vous avez ressenti à l'école pour qu'elle puisse mieux vous comprendre.

L'enfant tient toujours la marionnette à doigt de la girafe dans sa main et dit quelque chose, comme par exemple :

"J'étais très triste à l'école aujourd'hui parce que je n'avais rien à manger que j'aimais. Voilà pourquoi je suis resté avec ma faim. Peux-tu s'il te plaît à l'avenir me donner quelque chose que j'aime ? "

L'exercice peut être poursuivi avec les exemples de la feuille de travail 8 du matériel de l'élève. La feuille de travail 8 peut être complétée après l'exercice avec les chaises seul ou en paire ou pour consolider le nouveau contenu d'apprentissage comme devoir à domicile.

Référence à l'affiche "langage girafe". Sur la place vide sur l'affiche se trouve maintenant (après les phrases : je me sens ..., j'ai besoin ...) la phrase "je vous en prie ... ».

Il manque encore quelque chose qui est aussi typique du langage des girafes. Que pensez-vous qu'il manque ?

f) Merci !

La girafe dit MERCI si elle a eu ce dont elle a besoin et ce qu'elle a demandé. Les enfants découpent un cœur, inscrivent le mot MERCI et le mettent sur l'affiche (après les mots "je vous en prie ...").



Etape de travail 5 / Qui parle ? Girafe ou loup ?

a) La girafe dit : Je vois / j'entends ... pas : tu es ...

Exemple 1 : L'enseignante a mis sa veste, un fruit entamé et du papier froissé sur son bureau dans la classe. Elle prend la marionnette du loup et parle comme le loup : « Vous êtes totalement désordonné. Regardez à quoi ça ressemble ici ! »

Puis elle prend la girafe et dit : « Je vois votre veste, une pomme et du papier froissé sur votre bureau. Je suis fatigué et j'aimerais m'asseoir un peu sur le bureau pour travailler avec vous et il n'y a aucune place. Pouvez-vous nettoyer s'il vous plaît ? »

La différence entre les deux énoncés est discutée dans le groupe.

Le loup juge, il dit : Je suis désordonné. La girafe observe, elle dit ce qu'elle voit. Elle dit aussi ce qu'elle ressent et ce dont elle a besoin.

Exemple 2 : L'enseignante dit aux enfants qu'elle porte (par exemple) son pullover rouge préféré aujourd'hui. Mais, elle porte un pull bleu. Le loup, à son doigt, commence immédiatement à crier : « Vous êtes une sacrée menteuse ! »

La girafe sur son autre doigt dit calmement : « Je vous ai entendu dire que vous portiez un pullover rouge. Je vois que vous portez un pull bleu. »

Encore une fois la différence entre les déclarations dans le groupe est discutée ; les attaques du loup et ses jugements. La girafe observe et dit ce qu'elle entend et voit.

L'enseignant distribue à deux enfants les deux premières cartes du jeu langue de girafe - langue de loup (modèle de copie L15) et demande qui a la carte de loup. La phrase du loup est lue, puis celle de la girafe. La même chose est répétée avec deux autres cartes. Les marionnettes à doigt respectives (girafe ou loup) sont toujours utilisées.

Loup : Mais tu es fatigué !

Girafe : J'ai vu que tu as bâillé 3 fois.

Loup : Tu as toujours de mauvaises choses à manger avec toi.

Girafe : J'ai vu que tu as des noix à manger aujourd'hui. Je n'aime pas les noix.

Loup : Vous êtes un vrai idiot !

Langue de la girafe : J'ai entendu le professeur vous tester en anglais. Vous n'avez pas donné de réponse correcte.

Quelle caractéristique du langage girafe manque sur notre poster ? Que dit la girafe ? Les mots "Je vois / entends ..." du modèle de copie L16 sont collés sur l'affiche.

b) Jeu de cartes "langage girafe – langage loup"

Toutes les cartes du jeu sont distribuées aux enfants.

1. Les enfants sont invités à attribuer les cartes au loup ou à la girafe. Le résultat sera discuté ensemble.

2. Les enfants recherchent les cartes loup qui correspondent aux cartes de la girafe.

3. Les enfants jouent les dialogues (comme un loup et comme une girafe).

Ensuite, toutes les caractéristiques de la langue des girafes sont à nouveau discutées (référence à l'affiche désormais complète "langage girafe").

La plupart des cartes du jeu se trouvent sur la feuille de travail 9 de la documentation de l'élève dans un exercice. L'exercice peut être fait après le jeu en classe ou à la maison.



c) Exercice de relaxation "Le loup vient se reposer"

Faites de légers poings avec vos mains et appuyez doucement sur le sternum.

d) Exercice avec 4 chaises

Maintenant, nous voulons répéter toutes les caractéristiques du langage girafe et le pratiquer ensemble.

Tous les enfants sont assis en cercle. L'enseignant place quatre chaises au milieu. Sur la première chaise, il/elle colle "J'entends / vois ..." (copier la fiche L16), sur la deuxième "Je sens ..." (copier la fiche L12), sur la troisième "J'ai besoin ..." (copier fiche L13) et sur la quatrième " Je vous demande ... » (copier le modèle L14). Les enfants découpent ensemble un cœur d'un papier de couleur et écrivent MERCI dessus.

Les chaises sont appelées chaise d'observation, de sensation, de besoin et chaise pour la demande.

Un enfant est invité à aller à l'ordinateur. On demande à un autre enfant d'imaginer qu'il veut utiliser l'ordinateur au même moment.

Il devrait s'exercer à exprimer ce qu'il veut dans la langue des girafes. À cet effet, il devrait s'asseoir à tour de rôle sur les quatre chaises, se tourner vers l'enfant assis devant l'ordinateur et prononcer quatre phrases dans la langue des girafes. En outre, il reçoit la marionnette à doigt girafe.

Vous êtes assis sur la chaise d'observation maintenant : Qu'avez-vous vu ?

Veuillez vous asseoir sur la chaise émotionnelle : Comment allez-vous ?

S'il vous plaît asseyez-vous maintenant sur la chaise des besoins : Que voulez-vous ? Que veux-tu ?

Veuillez vous asseoir maintenant sur la dernière chaise et formuler une demande.

L'enfant retourne s'asseoir dans le cercle. L'enfant, assis devant l'ordinateur, est maintenant invité à se placer au milieu des quatre chaises pour donner sa réponse dans la langue des girafes.

En outre, il reçoit la marionnette à doigt girafe.

Vous êtes maintenant assis sur la chaise d'observation : Qu'avez-vous entendu ?

Veuillez vous asseoir sur la chaise émotionnelle : Comment allez-vous ?

S'il vous plaît asseyez-vous maintenant sur la chaise des besoins : Que voulez-vous ? Que veux-tu ?

Veuillez vous asseoir maintenant sur la dernière chaise et formuler votre demande et répondre à la demande de votre camarade de classe.

Le but est de parvenir à une solution qui tienne compte des souhaits des deux enfants (par exemple : j'entends que vous aimeriez travailler sur l'ordinateur). Je suis heureux quand je suis autorisé à m'asseoir devant l'ordinateur, parce que cela me fait plaisir. C'est pourquoi j'aimerais continuer à travailler un peu sur l'ordinateur. Est-ce que vous êtes d'accord si je travaille encore 5 minutes sur l'ordinateur et que je vous cède ensuite ma place ?

Si c'est d'accord pour l'enfant qui a fait la demande, il doit dire MERCI. Il peut prendre le cœur avec le mot MERCI dessus.

Cet exercice peut être poursuivi avec des exemples tirés de la feuille de travail S8 des copies des étudiants.

Etape de travail 6 / On s'entend bien – les règles dans notre classe de girafes

a) Nous parlons comme des girafes.

Voilà comment nous nous entendons bien ensemble - nos règles pour une classe de girafes

Empathy Challenge A1

Youth Start Entrepreneurial Challenges



Le langage des girafes que nous avons appris nous aide à bien nous entendre. Répétons ce que nous avons appris :

Voici ce que dit la girafe : Je dis ce que j'entends.

Je dis ce que je ressens.

Je dis ce dont j'ai besoin.

Je dis ce que je vous demande de faire.

Je dis MERCI.

b) Nous entendons comme des girafes.

A cet effet, l'exercice d'attention de l'étape 2 sera répété :

Exercice d'attention : "Nos oreilles deviennent des oreilles de girafe"

Tirez doucement les extrémités de vos deux oreilles avec votre pouce et votre index de l'intérieur vers l'extérieur, comme si vous vouliez aplanir les bords. Commencez par les bouts de l'oreille et repassez du bord jusqu'au lobe de l'oreille.

Maintenant vous avez massé vos oreilles afin que vous puissiez entendre aussi bien que la girafe attentive.

Alors la girafe entend : j'entends / vois ce que tu ressens.

J'entends / vois ce dont tu as besoin.

Je suis prêt à répondre à votre demande.

En se basant sur des exemples actuels de la classe, on peut répéter comment les girafes parlent et entendent. Il est utile d'utiliser à nouveau les chaises avec les étiquettes et les marionnettes à main girafe et loup ainsi que de se référer à l'affiche de la girafe.

Dès que les sentiments et les besoins sont mentionnés, on utilise la montre des sentiments et des besoins. Les sentiments et les besoins correspondants sont indiqués avec des pinces à linge sur les deux montres.

c) Ce qui est encore important pour nous

Ensemble, des règles sont établies que tout le monde devra respecter dans la classe. Il est important que les enfants aient le droit de nommer ces règles qui sont importantes pour eux. Il devrait y avoir un accord en classe avec l'enseignant sur les règles qui s'imposent à tous. Lorsque les règles sont trouvées, elles sont écrites sur des affiches.

Voici quelques suggestions :

Bonjour !

Dites bonjour à tout le monde quand vous entrez dans la salle de classe et souriez. Montrez aux autres enfants que vous les appréciez.

Merci !

En disant merci, que vous connaissez bien depuis que vous maîtrisez la langue de girafe, vous montrez à vos camarades de classe ou à vos professeurs combien vous appréciez ce qu'ils font pour vous.

S'il vous plaît !

Vous avez appris comment la girafe formule une demande. S'il vous plaît ne pas oublier le mot magique "S'il vous plaît".



Puis-je vous aider ?

Nous voulons nous aider les uns les autres en classe. La girafe entend et voit quand quelqu'un d'autre a besoin d'aide et demande : De quoi avez-vous besoin ? Puis-je vous aider ?

Désolé !

La girafe ne veut pas avoir raison, elle veut que tout le monde s'entende bien. C'est pourquoi il est important que nous apprenions à nous excuser. Si nous avons blessé quelqu'un involontairement, alors le mot magique "désolé", adressé à celui que nous avons blessé, lui permet de ne plus être en colère. Nous sentons tous que cela nous fait du bien si quelqu'un s'excuse auprès de nous.

Je t'aime !

La girafe dit ce qu'elle ressent. Si on aime quelqu'un, on le dit. Souvent, nous disons seulement ce que nous n'aimons pas. Dans notre classe, nous voulons aussi insister sur ce qui est positif.

Avec un rituel commun, les règles sont décidées. Les choses dont vous voulez séparer, que l'on ne veut pas faire sont écrites sur une liste, puis la liste est chiffonnée et jetée à la poubelle.

Les règles sont écrites sur une ou plusieurs affiches et accrochées au mur.

Tout le monde dit merci pour le bon climat de classe et le bon travail réalisé ensemble.

Maintenant, nous sommes une classe de girafes.

Contrôles de compétence :

Ici vont suivre 5 étapes, dans lesquelles les enfants évaluent la/les compétence/s de chacun sur le sujet ou effectuent différents types d'auto-évaluation. Certaines parties des contrôles de compétence peuvent également être utilisées à une date antérieure. Ils aident à approfondir le contenu et à réfléchir sur le sujet. L'auto-évaluation encourage les enfants à assumer la responsabilité de leurs propres progrès en matière d'apprentissage.

Étape de travail 7 / Évaluation par les pairs : Dans quelle mesure puis-je parler le langage de la girafe ? (Fiche 10 des documents pour les élèves)

1. Les élèves sélectionnent et assortissent les mots du sentiment de la langue girafe qui correspondent à la situation décrite.
2. Pour chaque situation, il y a trois bonnes réponses et trois mauvaises réponses.
3. Une fois que les élèves ont terminé l'exercice, ils sont divisés en groupes de deux pour discuter de leurs réponses. Il est important de discuter individuellement des mots relatifs aux sentiments choisis du "langage de la girafe" :
 1. Quel adjectif a été choisi ?
 2. Pourquoi cet adjectif décrit-il le mieux cette situation ?Note : Il est tout à fait possible que les élèves choisissent un mauvais mot parce qu'ils n'en connaissent pas le sens. Avec cet exercice, le vocabulaire des mots relatifs aux sentiments peut être répété, approfondi et élargi.
4. Les deux étudiants (mêmes couples) échangent leurs documents.
5. Devant toute la classe, toutes les questions sont traitées ensemble. Les élèves cochent chaque bonne réponse sur le document de leur partenaire.
6. Une fois que tout est fait, comptez le nombre de bonnes réponses.
7. Enfin, les élèves remplissent la feuille de travail 11 (= fiche d'évaluation de la feuille de travail 10) pour le partenaire. Si les élèves font cette évaluation pour la première fois, ils peuvent avoir besoin d'aide.

Vous trouverez les bonnes réponses pour la feuille de travail 10, elles sont marquées en gras

Empathy Challenge A1

Youth Start Entrepreneurial Challenges



1. Tu reçois 20 euros pour ton anniversaire. Comment te sens-tu ?

joyeux	soulagé	serein	gai	motivé	excité
---------------	---------	--------	------------	--------	---------------

2. Tu es seul/e à la maison et subitement tu entends un drôle de bruit. Comment te sens-tu ?

curieux	timide	choqué	tendu	insatisfait	perturbé
----------------	--------	---------------	--------------	-------------	----------

3. Peu après avoir entendu ce drôle de bruit, tes parents rentrent à la maison. Comment te sens-tu ?

tranquillisé	soulagé	calme	joyeux	amusé	sûr
---------------------	----------------	-------	--------	-------	------------

4. Tu arrives à l'école et tu remarques que tu as perdu ton portemonnaie et ta carte d'identité. Comment te sens-tu ?

Sans défense	dégoûté	confus	inquiet	déçu	seul
---------------------	---------	---------------	----------------	------	------

5. Quelqu'un a retrouvé ton portemonnaie et ta carte d'identité et te les rapporte. Comment te sens-tu ?

Sans défense	optimiste	courageux	surpris	heureux	ravi
---------------------	-----------	-----------	----------------	----------------	------

6. Quelqu'un a cassé ton jouet préféré. Comment te sens-tu ?

indigné	en colère	ennuyé	affolé	anxieux	épuisé
----------------	-----------	--------	---------------	---------	--------

Étape de travail 8 / Auto-évaluation : Dans quelle mesure est-ce que je parle et comprends le langage des girafes ?

Les élèves ont pratiqué le langage girafe à l'aide de la feuille de travail 8 en relation avec les sentiments des autres dans quatre situations différentes. Les élèves sont maintenant encouragés à tester leur empathie en exprimant alternativement leurs émotions ou en écoutant d'autres personnes dans des situations données. Le libellé de la feuille de travail 8 pour les étudiants a été légèrement modifié pour se concentrer sur les sentiments du partenaire. Encouragez les élèves à utiliser les mots de la feuille de travail 6 dans le matériel de l'élève.

Les quatre situations et les réponses possibles peuvent être trouvées ci-dessous.

1. Les élèves sont divisés en groupes de deux.
2. Vous sélectionnez deux situations dans la feuille de travail 12.
3. Dans la première situation, le partenaire A est l'intervieweur et le partenaire B est interviewé. Pour le jeu de rôle de la seconde situation, les rôles sont inversés.

L'intervieweur demande comment le partenaire se sent et ce dont il a besoin et ce qu'il veut. Il / elle écoute attentivement et essaie de comprendre le partenaire.

L'interviewé répond aux questions, exprime ses sentiments et ses besoins et formule une demande. Les quatre situations et les réponses possibles : se référer à la feuille de travail 12 :



Exemple 1 : Vous n'aimez pas la collation que vous avez rapportée de la maison.

Comment vous sentez-vous lorsque vous n'aimez pas la collation ?

De quoi avez-vous besoin ? Qu'est-ce qui vous manque ?

Qu'aimeriez-vous demander ?

Réponses possibles pour l'exemple 1 :

Sentiments possibles dans cette situation :

ex : vous avez faim, vous êtes en colère contre maman, triste, déçu, impuissant, ennuyé, etc.

Besoins possibles dans cette situation :

ex : une collation que j'aime bien ; Maman devrait se souvenir de ce que je n'aime pas manger ; de l'attention de la part de maman ; j'aimerais appartenir au groupe et avoir la même collation que les autres etc.

Demandes possibles :

ex : S'il vous plaît donnez-moi quelque chose que j'aime. Je souhaite recevoir la même collation que les autres.

Exemple 2 : Vous venez en classe le matin et vous vous asseyez à votre place sans parler à personne. Vous baissez la tête et regardez la table. Ensuite, vous bâillez plusieurs fois.

Comment vous sentez-vous ?

De quoi avez-vous besoin ? Qu'est-ce qui vous manque ?

Qu'aimeriez-vous demander ?

Réponses possibles pour l'exemple 2 :

Sentiments possibles dans cette situation :

ex : fatigué, épuisé, triste, déprimé etc.

besoins possibles dans cette situation :

ex : votre paix, compassion des autres, amis etc.

demandes possibles :

ex : J'ai besoin d'être tranquille maintenant. S'il vous plaît laissez-moi un peu seul.

Exemple 3 : Le professeur fait actuellement un nouvel exercice avec la classe et vous demande quelque chose à ce sujet. Vous ne comprenez pas la question.

Comment vous sentez-vous ?

De quoi avez-vous besoin ? Qu'est-ce qui vous manque ?

Qu'aimeriez-vous demander ?

Réponses possibles pour l'exemple 3 :

Sentiments possibles dans cette situation :

ex : tendu, confus, nerveux, ennuyé, déprimé etc.

besoins possibles dans cette situation :

Empathy Challenge A1

Youth Start Entrepreneurial Challenges



ex : l'enseignant comprenne que nous faisons l'exercice pour la première fois et qu'il est nouveau pour moi (= compréhension) ; J'ai besoin de temps pour comprendre la matière
demandes possibles :
ex : Pourriez-vous s'il vous plaît répéter la question ? Je ne l'ai pas comprise. Pourriez-vous m'expliquer à nouveau ? Je ne suis pas encore sûr d'avoir compris.

Exemple 4 : Vous n'avez pas compris le problème en mathématiques. Anton est bon en maths et connaît toujours les solutions. Vous voulez qu'Anton vous explique la tâche, mais il ne veut pas.

Comment vous sentez-vous ?

De quoi avez-vous besoin ? Qu'est-ce qui vous manque ?

Qu'aimeriez-vous demander ?

Réponses possibles pour l'exemple 4 :

Sentiments possibles dans cette situation :

ex. : déçu, agacé, déprimé, triste, etc.

besoins possibles dans cette situation :

ex. : aide, support etc.

demandes possibles :

ex. : Je ne comprends pas encore tout à fait la nouvelle matière et je vois que vous savez exactement comment le faire. Pouvez-vous s'il vous plaît m'aider ?

Dès que les élèves ont terminé tous les jeux de rôle, une courte ronde de réflexion commune suit.

Questions clés :

- Était-ce plus facile en tant qu'intervieweur ou en tant que partenaire d'interview ? Pourquoi ?
- Avez-vous pu faire preuve d'empathie en tant qu'interviewer avec votre partenaire ?
- En tant que personne interrogée avez-vous pu/su vous exprimer en utilisant le langage girafe ? ...

a Etape de travail 9 / Auto-évaluation

La fiche de travail 13 (auto-évaluation) est expliquée à la classe puis complétée individuellement par chaque enfant.

Etape de travail 10 / Auto-évaluation à la fin de la leçon (Fiche de travail 14 des documents pour les étudiants)

Chaque élève s'évalue et les huit phrases sont lues à haute voix dans la classe. Après chaque question, les élèves ont le temps de réfléchir à la façon dont ils s'évaluent. Ensuite, ils entourent les smileys appropriés pour eux.

Les phrases peuvent être expliquées en utilisant des exemples (par exemple : je peux terminer des tâches simples - pensez à une tâche que vous maîtrisez). Une fois que tous sont prêts, on peut discuter de toutes les questions de manière individuelle.

Empathy Challenge A1

Youth Start Entrepreneurial Challenges



a Etape de travail 11 / Résumé de l'autoréflexion (Feuille de travail 15 des documents pour les élèves)

L'autoréflexion est faite individuellement après que toutes les questions ont été lues ensemble. Par la suite, on peut en discuter avec son partenaire ou en grand groupe.

Cette feuille de travail fournit l'occasion de montrer aux parents ce que leur fille ou leur fils a déjà appris.