

# LA CIGALE ET LA FOURMI : UNE FABLE D'ÉSOPE

Dans un champ un jour d'été, une cigale sautillait, pépiait et chantait à cœur joie. Une fourmi passait par là, portant avec labeur un épi de maïs pour la fourmilière.

« Pourquoi ne viens-tu pas parler avec moi », dit la cigale, « au lieu de travailler et besogner ainsi ? »

« J'aide à faire des provisions pour l'hiver, et je te recommande de faire la même chose », dit la fourmi.

« Pourquoi s'inquiéter de l'hiver ? » dit la cigale. « Nous avons plein d'aliments actuellement. » Mais la fourmi a continué son chemin et son labeur.

Lorsque l'hiver arriva, la cigale n'avait plus rien à manger et se retrouva à mourir de faim, tandis qu'elle voyait les fourmis distribuer chaque jour du maïs et des céréales provenant des réserves qu'elles avaient rassemblées durant l'été.

Alors la cigale sut : Il vaut mieux se préparer pour les jours difficiles.



# CERCLES DE RESPONSABILITÉ



# 5 ÉTAPES VERS L'EMPATHIE

## ÉTAPE 1 : ATTENTION !

- Que dit ton ami ?
- Comment décrirais-tu son langage corporel ?



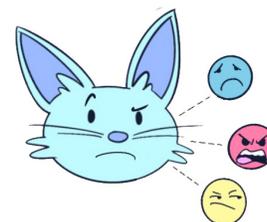
## ÉTAPE 2 : CONNECTE !

- Réalise une connexion personnelle avec les sentiments de ton ami.
- As-tu vécu une sensation similaire ?



## ÉTAPE 3 : IMAGINE !

- À ton avis, que ressent ton ami à l'heure actuelle ?
- Comment te sentirais-tu si cela t'arrivait à toi ?



## ÉTAPE 4 : DEMANDE !

- Demande à ton ami comment il ou elle se sent.

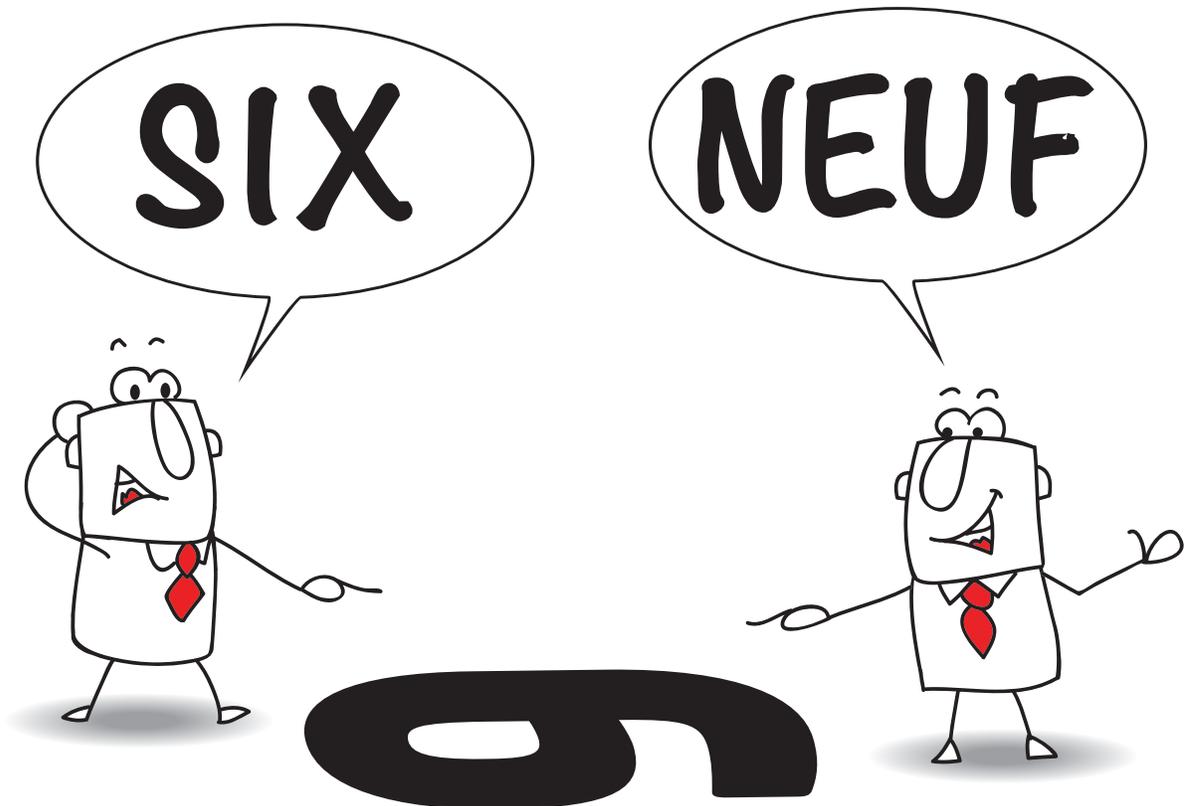


## ÉTAPE 5 : AGIS !

- Écoute attentivement ton ami(e) quand il ou elle te parle de ses sentiments.
- Montre-lui, par tes paroles et tes actes, que tu te soucies de lui ou d'elle.



6 OU 9 ?





# EMPATHIE - FICHES DE SCÉNARIO



.....

Ta meilleure amie, Sara, est jalouse de ta nouvelle amie, Leila. Un jour pendant la queue vers le parking, Sara commence à ricaner et à dire des commentaires méchants concernant la voiture que la maman de Leila conduit. Leila l'entend et elle est gênée ; tu sais que la maman de Leila a perdu son travail. Que devrais-tu faire ?

.....

Ton meilleur ami, Mateo, s'est moqué de Chris parce qu'il a du mal à lire. Au début, tu trouvais ça drôle, mais les commentaires de Mateo envers Chris sont devenus méchants. D'ailleurs, Chris est maintenant gêné de lire à voix haute en classe, et il baisse la tête dès qu'il est désigné pour répondre à une question. D'autres élèves de la classe continuent à trouver les commentaires et les ricanements drôles lorsque c'est Chris qui lit. Que devrais-tu faire ?

.....

Un intimidateur à l'école et plusieurs de ses amis entourent un élève à la récréation. Ils se moquent de ses chaussures de sport qui sont sales. Que devrais-tu faire ?

.....

Les enfants choisissent des équipes pour un match de baseball pendant l'EPS. Il reste deux élèves, mais aucun capitaine n'en veut. Que devrais-tu faire ?

.....

Shania organise une fête d'anniversaire. Toute la classe est invitée à l'exception d'un élève. Que devrais-tu faire ?

.....

Un nouvel élève arrive dans la salle de classe, il a beaucoup d'acné et porte de grosses lunettes. Certains enfants dans la classe commencent à rire. Au déjeuner, il s'assoit tout seul. Que devrais-tu faire ?

.....

Un message se moquant d'un camarade de classe t'a été envoyé ainsi qu'aux autres élèves de ta classe. Le camarade de classe concerné ne connaît pas le message secret du groupe. Que devrais-tu faire ?

.....

Kayla a une nouvelle coiffure, et le coiffeur a coupé accidentellement ses cheveux plus courts qu'elle voulait. Tous tes amis disent qu'elle ressemble à un garçon. Kayla est bouleversée. Que devrais-tu faire ?

.....

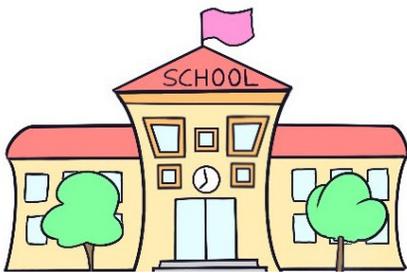
## RESPECT - CARTES DE SCÉNARIO

<p style="text-align: center;">Carte 1</p> <p>L'instituteur de Johnny demande à la classe de sortir les livres de mathématiques et les crayons. Johnny est fâché, car il a oublié de faire ses devoirs et il ne sort pas son livre de maths ou son crayon. Lorsque son instituteur lui rappelle les instructions, il ne les suit toujours pas. Est-ce que Johnny est respectueux ? Que devrait faire Johnny pour montrer son respect envers son instituteur ?</p>	<p style="text-align: center;">Carte 2</p> <p>Sarah est au parc ; elle jette son sac de chips par terre lorsqu'elle a fini et elle court pour faire de la balançoire. Est-ce que Sarah est respectueuse ? Que devrait faire Sarah pour montrer qu'elle respecte la communauté ?</p>
<p style="text-align: center;">Carte 3</p> <p>Ben court dans le couloir pour aller dans la salle de bains. Un instituteur qu'il ne connaît pas lui demande de marcher. Ben ignore l'instituteur et il continue à courir. Est-ce que Ben est respectueux ? Que devrait faire Ben pour montrer du respect à l'école ?</p>	<p style="text-align: center;">Carte 4</p> <p>L'instituteur d'Anna dit à la classe de laisser les tablettes et de retourner à leurs sièges. Anna veut vraiment terminer le jeu auquel elle joue, et elle ignore donc l'instruction et continue à jouer sur la tablette. Est-ce que Anna est respectueuse ? Que devrait faire Anna pour montrer du respect à son instituteur ?</p>
<p style="text-align: center;">Carte 5</p> <p>L'équipe de baseball d'Eric n'a pas gagné le grand match. Eric était très fâché. Lorsque les deux équipes devaient se serrer la main, Eric s'est assis sur le banc et a refusé de serrer la main de l'autre équipe. Est-ce que Eric est respectueux ? Que devrait faire Eric pour montrer du respect ?</p>	<p style="text-align: center;">Carte 6</p> <p>La maman de Sean lui a dit qu'il ne pouvait pas jouer avec ses amis jusqu'à ce qu'il ait nettoyé sa chambre. Sean n'a pas voulu nettoyer sa chambre, mais il voulait vraiment jouer dehors. Sean est monté à l'étage et il a nettoyé sa chambre comme l'a dit sa mère. Est-ce que Sean est respectueux ?</p>
<p style="text-align: center;">Carte 7</p> <p>La grand-mère de Serena a fait des pâtes pour le dîner. Serena n'aime pas les pâtes. À table, elle crie sur sa grand-mère, car elle a fait des pâtes et elle lui dit qu'elle est la pire cuisinière au monde. Est-ce que Serena est respectueuse ? Que devrait faire Serena pour montrer du respect à sa grand-mère ?</p>	<p style="text-align: center;">Carte 8</p> <p>Pendant une présentation, deux garçons commencent à rigoler lorsque leur camarade de classe partage son film préféré. Ils rient et ils disent que c'est un film ennuyeux. Est-ce que ces étudiants sont respectueux envers leur camarade ? Que devraient faire ces garçons pour manifester du respect ?</p>

# MONTREZ DU RESPECT

Comment puis-je montrer du respect ?

À l'école



À la maison



Dans la communauté



# QUELQUES CITATIONS SUR L'INTÉGRITÉ

« La véritable intégrité est de faire ce qui convient, tout en sachant que personne ne va savoir si vous l'avez fait ou non. »

« L'intégrité est de choisir vos pensées et vos actions basées sur les valeurs au lieu de l'intérêt personnel. »

« On ne peut pas confier des affaires importantes à quiconque néglige la vérité dans des affaires banales. »

« Il est toujours temps de faire ce qui est correct. »

« L'intégrité est de faire ce qui convient, même lorsque personne ne regarde. »

« La sagesse est de connaître le droit chemin à prendre... L'intégrité est de l'emprunter. »

« Ce n'est pas ce que nous professons en public, mais là où nous marchons et ce que nous pratiquons en secret, ce qui nous donne l'intégrité. »

« Être honnête pourrait ne pas vous donner beaucoup d'amis, mais cela vous permettra d'avoir toujours les bons. »

# LE DÉFI DE L'INTÉGRITÉ – SCÉNARIOS

Lisez ces scénarios à votre classe. Les élèves doivent choisir ce qu'ils feraient pour chaque scénario et ils doivent se diriger au côté correspondant de la pièce, 1 ou 2.

1. Ton ami est venu à la maison, et vous êtes tous les deux sur l'ordinateur de ta maman. Ton ami souhaite visiter un site Web que tu sais que ta maman ne veut pas que tu visites. Cependant, ta maman a été chez un voisin quelques minutes, et ton ami et toi êtes seuls. Est-ce que tu...

**Choix 1 :** ...visiterais le site Web ? Ta maman n'est pas à la maison, et elle pourrait ne jamais savoir que tu l'as visité.

**Choix 2 :** ...dirais à ton ami que vous devriez visiter un autre site Web ou faire autre chose ? Tu risques d'avoir des ennuis si tu vas sur le site Web.

2. Tu n'as pas eu le temps d'étudier pour ton contrôle de vocabulaire, et ta grand-mère t'a dit que tu devais avoir un « A » à ton contrôle pour aller au centre commercial avec elle ce week-end. Pendant le contrôle, tu te rends compte que tu peux facilement voir les réponses de l'élève qui est assise à proximité. Est-ce que tu...

**Choix 1 :** ...copies sur le contrôle de l'élève ? Tu sais qu'elle a étudié et qu'elle a probablement les bonnes réponses.

**Choix 2 :** ...choisis de faire ton propre travail ? Tu pourrais ne pas avoir un « A », mais tu n'as pas triché.

3. Tu as vu que ton meilleur ami a volé de l'argent du sac à dos d'un autre élève dans ta classe. Est-ce que tu...

**Choix 1 :** ...signales ce que tu as vu au professeur ? Tu sais que ton ami peut se fâcher, mais l'élève de ta classe n'a pas d'argent maintenant pour le déjeuner.

**Choix 2 :** ...ne dis rien ? Ce n'est pas toi qui as volé l'argent.

# PENSÉES POSITIVES

Je suis intelligent.

Je suis un travailleur acharné.

Je suis un bon ami.

Je suis responsable.

Je suis fiable.

Je suis drôle.

Je suis courageux.

Je suis bon en sports.

Je suis un grand lecteur.

Je suis serviable.

Je suis doué en maths.

Je suis respectueux.

Je suis apprécié.

Je suis gentil.

Je suis un artiste.

# PENSÉES NÉGATIVES

Je suis stupide.

Je ne fais jamais rien de bon.

Je suis très mauvais en sports.

Personne ne veut être mon ami.

Tout est difficile.

Je ne sais pas dessiner.

Tout le monde est méchant.

Mon professeur me crie toujours dessus.

Je déteste les maths.

Mon grand frère ne veut jamais jouer avec moi.

La récréation est ennuyeuse.

Je suis le pire lecteur.

Je vais échouer à l'école.

On me crie toujours dessus pour faire mes corvées à la maison.

Je ne fais jamais rien de drôle.

# LES BUTS DE LA PERSÉVÉRANCE

Mon but à long terme est : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Lorsque j'atteindrai mon objectif, cela ressemblera à...

# LES BUTS DE LA PERSÉVÉRANCE

Lorsque j'atteindrai mon objectif, cela ressemblera à...

<u>Objectif à court terme 1 :</u>	<u>Ce dont j'aurai besoin :</u>	<u>Ce que je dois faire :</u>	<u>VISUEL :</u>
<u>Objectif à court terme 2 :</u>	<u>Ce dont j'aurai besoin :</u>	<u>Ce que je dois faire :</u>	<u>VISUEL :</u>
<u>Objectif à court terme 3 :</u>	<u>Ce dont j'aurai besoin :</u>	<u>Ce que je dois faire :</u>	<u>VISUEL :</u>
<u>Objectif à court terme 4 :</u>	<u>Ce dont j'aurai besoin :</u>	<u>Ce que je dois faire :</u>	<u>VISUEL :</u>
<u>Objectif à long terme :</u>			<u>VISUEL :</u>

## EXEMPLE DE « MESSAGE-TU »

Lis la conversation par texte entre Naomi (messages en blanc) et son amie (messages en bleu).

Comment te sentirais-tu si tu étais l'amie de Naomi ?



# PRATIQUE DU « MESSAGE-JE »

Instructions : Lis les exemples suivants.

Imagine qu'ils t'arrivent, et ensuite, écris ton propre « message-je » pour chaque exemple.

## EXEMPLE :

Ta maman t'oblige à te couper les cheveux avant de visiter tes grands-parents. Mais tu souhaites que tes cheveux restent tel quel.

Je me sens contrarié

quand tu me faire changer ma coiffure

parce que Je trouve que mes cheveux sont beaux.

1. Un coéquipier s'est moqué des chaussures que tu portes pour l'entraînement.

Je me sens \_\_\_\_\_

quand tu \_\_\_\_\_

parce que \_\_\_\_\_ .

2. Tes camarades ne te laissent pas rejoindre leur jeu à la récré.

Je me sens \_\_\_\_\_

quand tu \_\_\_\_\_

parce que \_\_\_\_\_ .

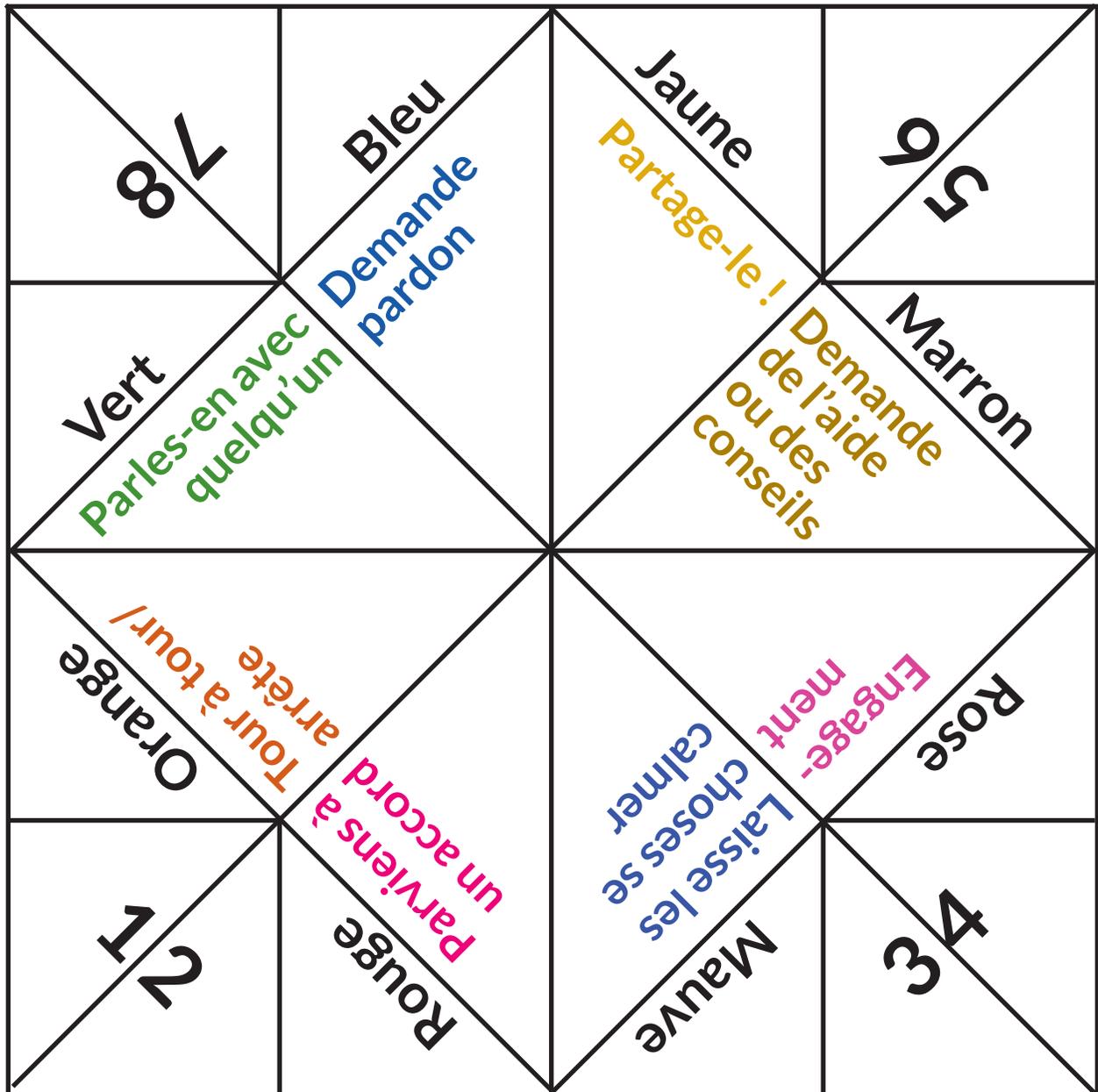
3. Ton frère ou ta sœur t'appelle « intello » parce que tu aimes lire.

Je me sens \_\_\_\_\_

quand tu \_\_\_\_\_

parce que \_\_\_\_\_ .

# RÉSOLUTION DES CONFLITS VOYANT



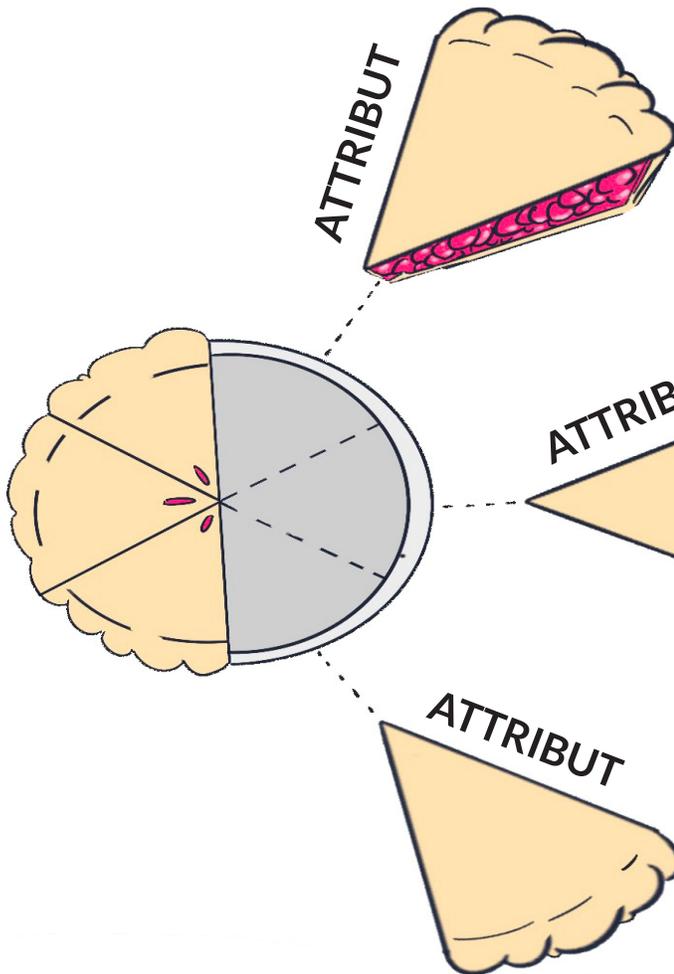
# EMOJIS ÉMOTIONNELS



# PRESSION DES CAMARADES - LISTE DE SCÉNARIOS

1. Ton groupe d'amis et toi jouez au football sur un terrain près de ta maison. On t'a dit de rentrer avant que la nuit tombe. Peu avant la tombée de la nuit, un enfant populaire du quartier t'invite toi et ton groupe d'amis à aller chez lui pour jouer au loup dans sa cour. Tous tes amis décident d'y aller, mais tu sais que tu es attendu à la maison avant la tombée de la nuit.
2. Pendant le cours d'informatique, une de tes camarades a visité un site Web que tu sais que vous n'avez pas le droit de visiter à l'école. Elle souhaite que tu ailles également sur le site Web, pour qu'elle puisse te montrer une vidéo « cool ». Ta camarade te dit que tu es le chien-chien du professeur si tu suis les normes de l'école tout le temps.
3. Geraldo souhaite vraiment une paire de chaussures à crampons. Sa grand-mère le dépose à un centre commercial et lui donne de l'argent pour y aller et acheter les chaussures. Tout en marchant vers le rayon des chaussures, il remarque un groupe de joueurs de football portant les mêmes shorts. Bien qu'il ait voulu les chaussures à crampons pendant longtemps, Geraldo sent également la pression d'être cool et de s'intégrer avec les autres joueurs de football.
4. Sur le trajet en autobus vers l'école, un camarade de classe demande à Naquan s'il peut copier ses devoirs. Naquan voudrait dire non, car il sait que c'est tricher. Mais son camarade lui dit : « Seuls les intellos refusent de partager les réponses. Tu veux être appelé un intello ? »
5. Lorsque DeAnna est à l'école de danse, la nouvelle fille à l'école essaie de se présenter et de rejoindre le cercle de danse de ses amies. Toutes les amies de DeAnna lèvent les yeux au ciel et se déplacent afin d'isoler la nouvelle fille. DeAnna remarque que la nouvelle est toujours seule mais elle ne veut pas avoir l'air « ringard » devant ses amies.
6. Rachel était assise calmement en cours, en lisant un livre comme son enseignant lui a indiqué. Tout à coup, sa meilleure amie assise à côté lui demande de passer une note vers un autre élève. Rachel est nerveuse de peur d'être punie, mais Leilani menace de ne plus être sa meilleure amie si elle ne passe pas la note.

# RÉPARTITION DES ATTRIBUTS



Exemple(s)

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

Exemple(s)

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

Exemple(s)

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_



# GRAPHIQUE DE CITOYENNETÉ

Je vais améliorer  
le monde en...

À l'école	À la maison	Dans ma communauté