

# Si j'étais toi !

*Activité*

## **Ressource:**

Favoriser une vie saine chez les élèves à l'aide de l'art dramatique

**Année(s):** 9e 10e

## L'activité

Utilisez des mises en situation mettant en vedette des adolescents afin que les élèves examinent des façons de réagir à différentes situations dans lesquelles ils pourraient se trouver (par exemple, cyberharcèlement ou cyberintimidation, pression exercée par des pairs pour prendre des risques ou pour consommer des substances nocives, établissement de limites personnelles, gestion d'une situation stressante), ou pour qu'ils mettent en pratique leurs habiletés de prise de décisions, de résolution de problèmes et de communication dans un endroit plus sûr dans le cadre d'une unité d'apprentissage.

## Contenus d'apprentissage

9e année : C1.2, C2.2, C2.3, C3.3, C3.4

10e année : C2.3, C2.4, C2.5

## Consignes

- Choisissez différentes mises en situation mettant en vedette des adolescents et dépeignant ces personnages dans une situation de conflit (par exemple, intimidation, harcèlement sexuel, moqueries/taquineries, pression exercée par les pairs, question qui touche leur famille, dilemme d'ordre moral ou éthique).

- Demandez aux élèves de faire une analyse en petits groupes pour cerner la situation, de réfléchir à la réaction des personnages et à ce qui aurait pu être fait autrement pour en arriver à un résultat plus sain.
- Demandez aux élèves de choisir une des mises en situation pour créer et présenter une conclusion différente.
- Demandez aux élèves de présenter leur version à la classe.
- Animez une discussion de groupe lors de laquelle les élèves réfléchissent à leur apprentissage, à leur réaction et à celle de leurs pairs par rapport aux diverses présentations, et à ce que l'ensemble du groupe peut tirer de cette activité.

## Matériel

Des mises en situation portant sur des concepts examinés relativement à une vie saine et faisant partie des contenus d'apprentissage du programme-cadre pour l'année d'études choisie.

## Idées pour prolonger l'exercice

- Tapez des mains pour mettre en pause la présentation et demandez à d'autres élèves d'assumer un rôle pour explorer la mise en situation de différentes façons.
- Demandez aux élèves de réfléchir à ce qu'ils feraient s'ils étaient la personne dans cette situation.
- Demandez aux élèves de créer leur propre mise en situation en vue de la présenter à la classe et demandez à l'ensemble de la classe de proposer des solutions pour chaque mise en situation.
- Offrez la possibilité aux élèves de songer aux façons de mettre en pratique leur apprentissage dans d'autres situations.

## À l'intention des membres du personnel enseignant

- Encouragez les élèves à s'affirmer avec assurance :
  - Décrire la situation (énoncer les faits, en s'abstenant de blâmer ou d'accuser).
  - Exprimer ce qu'ils ressentent relativement aux faits ou à la situation (en utilisant des énoncés commençant par « je » et le langage non verbal).

- Exprimer ce qu'ils veulent ou ce dont ils ont besoin.
- Expliquer les conséquences de leurs gestes.
- Encouragez les élèves à porter attention aux signes non verbaux (par exemple, posture, ton de la voix).
- Incitez les élèves à songer aux raisons pour lesquelles les gens ne choisissent pas toujours la meilleure option (par exemple, demeurer dans une relation violente, céder à la pression exercée par les pairs).
- Incitez les élèves à réfléchir à leurs propres limites et aux façons de mettre en pratique de nouvelles habiletés dans leur vie.
- Animez une discussion suivant la présentation afin de vous assurer que les commentaires de la classe sont constructifs, de corriger tout renseignement erroné présenté, de répondre aux questions soulevées et de mentionner les ressources pertinentes.
- Si du contenu ou des gestes inappropriés sont présentés, n'imposez pas de mesures disciplinaires, mais corrigez-les.
- Faites place à l'humour comme moyen efficace pour améliorer la mémoire, la confiance et l'autoefficacité, pour lutter contre la stigmatisation et pour surmonter la gêne.