

**PROJET AMENSENCE**



**Amélioration du Niveau Scolaire des Enfants à travers les Collectivités Educatives**

# **MANUEL DE COMPETENCES PERSONNELLES**

<b>DEGRE UN : Ou sommes nous.....</b>	<b>3</b>
<b>Leçon Une : les valeurs personnelles :</b> .....	<b>3</b>
<b>Leçon Deux Prise de Conscience : Le Moi Spécial/ Le Moi</b> .....	<b>5</b>
<b>Leçon Trois Prise de Conscience : Ma place sur l'arbre.....</b>	<b>8</b>
<b>Leçon Quatre Prise de conscience : L'Agenda de l'Enfant la durée</b> .....	<b>9</b>
<b>Leçon Cinq Eléments d'identification : Quels sont les éléments d'identification</b> .....	<b>11</b>
<b>Leçon Six Eléments d'identification : Changement de comportement.....</b>	<b>13</b>
<b>Leçon sept : Publicité et média.....</b>	<b>14</b>
<b>Leçon Huit : L'Amitié : cercle d'amitié</b> .....	<b>15</b>
<b>Leçon Neuf : Résolution de conflit dans une relation amicale</b> .....	<b>16</b>
<b>Leçon Dix l'Amitié : Négocier les rôles et responsabilités dans un groupe</b> .....	<b>18</b>
<b>Leçon Douze : Communication : le langage du corps (body langage)</b> .....	<b>20</b>
<b>Leçon Treize Communication : Mimer le mensonge.....</b>	<b>21</b>
<b>Leçon quinze Communication : dessiner ensemble.....</b>	<b>24</b>
<b>Leçon seize Communication : Bonne Capacité d'Ecoute.....</b>	<b>25</b>
<b>Leçon Dix Sept Communication : Vous et JE.....</b>	<b>26</b>
<b>Leçon Dix Huit Communication : le niveau d'assertivité</b> .....	<b>27</b>
<b>Leçon Dix Neuf Communication : négociation</b> .....	<b>29</b>
<b>Leçon Vingt Communication : dire non.....</b>	<b>30</b>
<b>Leçon Vingt Une Communication : se battre et se battre</b> .....	<b>31</b>
<b>Leçon Vingt Deux Droits et responsabilités.....</b>	<b>31</b>
<b>DEGRE DEUX : Comment aller de l'avant ?.....</b>	<b>33</b>
<b>Leçon Vingt Trois Résolution de problème : identification des problèmes</b> .....	<b>33</b>
<b>Leçon Vingt Quatre Résolution de problèmes : quels sont les risques que nous prenons et pourquoi ?</b> .....	<b>36</b>
<b>Leçon Vingt Cinq Prise de décision : les trois Cs dans la prise de décision.....</b>	<b>37</b>
<b>Degré Trois : Notre future</b> .....	<b>41</b>
<b>Leçon Vingt Sept: fixer des objectifs : dérouler l'arbre de la vie</b> .....	<b>41</b>
<b>Leçon vingt huit Fixer des Objectifs : fixer des objectifs à courts termes</b> .....	<b>42</b>
<b>Leçon Vingt Neuf Fixer des Objectifs : Atteindre le but</b> .....	<b>43</b>
<b>Leçon Trente Un moi Plus fort : résister au pression utilisant.....</b>	<b>44</b>
<b>Leçon Trente Une Un moi plus fort : se préparez à l'imprévu.....</b>	<b>45</b>
<b>Leçon Trente Une Gestion des émotion : pression émotionnelle.....</b>	<b>46</b>
<b>Leçon Trente Deux Gestion des émotions : attaquer et éviter</b> .....	<b>47</b>
<b>Leçon Trente Trois Gestion des émotions : le stress</b> .....	<b>48</b>
<b>Leçon Trente Quatre Gestion des Emotions : briser le cercle du mal</b> .....	<b>50</b>
<b>Leçon trente cinq : Préparation pour des relations humaines amicales : relations à long terme.....</b>	<b>51</b>
<b>Leçon Treente Six PROJET DE VIE : .....</b>	<b>53</b>
<b>APPLICATION INDIVIDUELLE.....</b>	<b>58</b>

## DEGRE UN : Ou sommes nous

### Leçon Une : les valeurs personnelles :

#### Activité 1

1. Donnez à chaque enfant une feuille de papier vierge, et montrez leur les trois phrases inachevées, ci dessous, sur l'affichage. Demandez à chaque participant de compléter les phrases sur leur feuille de papier en 2 minutes.
  - La qualité que j'aimerais développer est ...
  - Si j'avais un million de francs cfa, je....
  - La qualité la plus importante chez un enfant est....
2. Dites au groupe qu'ils vont revenir à ces phrases à la fin de la leçon.
3. Divisez les participants en trois groupes. Expliquez que chaque groupe aura à traiter une situation et une tâche.
4. Décrivez une situation. « Un avion s'écrase dans un endroit quelconque tel que : les montagnes, la ville, ou la forêt. Nous sommes tous des survivants. De quoi aurions nous besoin pour survivre jusqu'à ce qu'on nous trouve ?
5. Désignez un site différent de crash d'avion à chaque groupe et demandez- leur de choisir sept éléments de la liste ci-dessus des objets tangibles et intangibles dont ils ont besoins pour survivre.
  - Argent
  - Santé
  - Hache
  - Corde
  - Courage
  - Livres
  - Aliment
  - Vêtement
  - Confiance
  - Honnêteté
  - Amitié
  - Eau
  - Voiture
  - Gentillesse
  - Respect
  - Lumière
  - Abri/ refuge
6. Demandez à chaque groupe de partager les objets qu'ils ont choisis pour leur situation
7. Ecrivez le mot « valeur » sur le tableau. Expliquez leur que chacun des objets ou qualités qu'ils ont choisi a une valeur. Informez le groupe que cette leçon va les aider à apprendre et à analyser leurs propres valeurs.

#### Activité 2

1. Expliquez que le terme « valeur » a plusieurs significations. L'une est la valeur matérielle réelle d'un objet (valeurs tangibles) et une autre est une mesure de la valeur personnelle (valeurs immatérielle telles que l'importance de certains objets, des croyances, des principes ou des opinions).
2. Revenez à l'activité précédente et demandez aux participants de donner des exemples

de valeurs tangibles et intangibles qu'ils ont choisies pour leur survie après le crash.

3. Donnez plus d'exemples de valeurs immatérielles telles que:
  - Soyez honnête avec vous-même et avec les autres.
  - Traiter chacun avec respect
  - Les filles ont les mêmes droits que les garçons et devraient être traités pareillement
  - L'éducation et les compétences sont importantes pour avoir un emploi
4. Expliquez que les valeurs sont :
  - Des qualités, des caractéristiques ou des opinions auxquelles nous croyons fermement et considérons plus importantes.
  - La conviction que quelqu'un ou quelque chose ne vaut la peine
  - Des critères sur lesquels vous vous basez pour faire des choix et qui orientent votre comportement de vie
5. Demandez à quelques participants de partager ce qu'ils ont fait pendant leur temps libres la semaine passée. Ecrivez leurs réponses sur le tableau. Précisez que ce que nous choisissons de faire de notre temps est aussi relié à nos valeurs.
6. Expliquez que :
  - Les valeurs donnent du sens et de la cohérence au comportement.
  - Les valeurs vous aident à savoir comment occuper ou pas votre temps
  - Les valeurs vous relient au monde
  - Les valeurs donnent du sens à sa propre vie
7. Informez le groupe que nos valeurs sont influencées par de nombreux facteurs tels que nos familles, l'école, la société, les amis, la télévision, la religion, la culture et l'environnement. A différents âges, différentes personnes et choses ont un niveau d'influence.
8. Demandez aux participants qui et qu'est ce qui influence le plus. Ecrivez leurs réponses sur le tableau.
9. Résumez la discussion en précisant que :
  - Les valeurs sont des principes auxquels nous croyons et sous soutenons
  - Nos valeurs sont façonnées par tout ce qui nous entoure
  - Les valeurs influencent souvent les décisions et les choix que nous faisons

### **Exercice d'Evaluation**

1. Demandez aux participants d'examiner les phrases qu'ils ont constituées au début du cours et dites leur que ces phrases représentent leurs valeurs actuelles.
2. Demandez – leur s'ils souhaitent modifier quelque chose dans ces phrases.
3. Demandez aux participants de lever la main s'ils souhaitent apporter des modifications. Si c'est le cas, demandez-leur d'expliquer comment ils modifient leurs réponses initiales
4. Si personne ne veut apporter de modification, demandez-leur de consulter ces phrases dans quelques semaines ou un mois et vérifier si elles sont toujours valables.
5. Dites aux participants que vous aimeriez qu'ils scrutent leurs valeurs et celles de leurs familles. Donnez – leur une liste de « valeurs familiales » et dites –leur d'écrire leur propre perception de chacune des valeurs et de demander à un adulte de leur famille autour d'au moins trois valeurs.

- Résultats scolaires
  - Rencontres
  - Consommation de drogues ou d'alcool
  - Terminer sa scolarité (Diplômé)
  - Se marier
  - Trouver un emploi
  - Fréquenter le collège
  - Gagner de l'argent
  - etc.
6. La question pour les participants est la suivante: « Est-ce votre perception concorde avec les valeurs de votre famille? »

## **Leçon Deux Prise de Conscience : Le Moi Spécial/ Le Moi**

### **Matériels**

- Beaucoup de petites coupures de papier
- Une large feuille de papier pour faire un poster large, par exemple, deux pièces de coupure rassemblée
- Forme de bouclier
- Matériels de dessins pour les enfants
- Des crayons de couleurs
- Des coupures de journaux ou de magazines si possible

### **Préparation**

- Dessiner l'image d'une personne sur le large poster
- Copier ou couper une image d'une personne pour chaque enfant

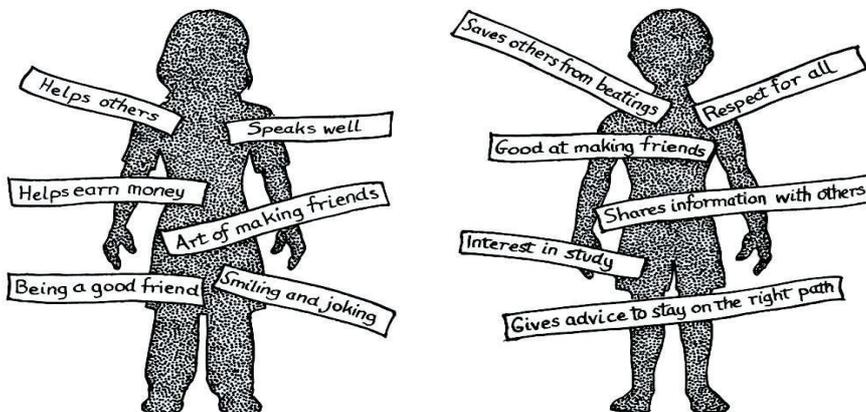
### **Activité 1**

- En binômes, les enfants s'expriment les uns les autres à propos de quelqu'un qu'ils aiment et pourquoi ils les aiment ces gens (star de sport, membre de famille, amis, etc.)
- Dans un cercle, les enfants nomment la personne spéciale de leur partenaire et une raison pour laquelle ils admirent cette personne
- Ensuite, demande à chaque enfant d'écrire ou de dessiner des symboles de trois choses qu'ils veulent à propos d'eux mêmes. (Ces silhouettes peuvent être simples exemple une souris pour montrer que je suis content ou marionnette !). Ou vous pouvez utiliser les photos coupées de journaux ou magazines, les enfants peuvent choisir les dessins qui ont quelques choses en communs entre eux. Si les enfants le trouvent difficile, ils peuvent choisir un partenaire pour travailler avec ou écrire, dessiner ou appeler les trois choses qui concerne les uns les autres. Ces choses peuvent être des caractéristiques physiques ou des compétences ou talents.

### Activité deux :

1. Si vous avez pris une pause ou si vous êtes entrain de faire le niveau deux dans votre sessions, rappelez aux enfants les choses qu'ils aiment à propos de leurs propre personne
2. Demandez aux enfants de se déplacer dans la salle et à un signal (comme clape des mains) ils disent à la personne la plus proche, une ou deux choses qu'ils aiment le plus ou admire à propos de leur propres personnes (si possible les enfants peuvent lever la main de l'autre quand ils se prononcent). Faites cela pendant un temps.
3. Les enfants écrivent ou dessinent des symboles sur des feuilles de papier pour montrer les réponses qu'ils ont reçu
4. Montrez aux enfants les dessins d'une personne. Demandez aux enfants de donner à cette personne une de leur qualité en dessinant un symbole de cette personne, écrivant la qualité ou en mettant une marque comme un point ou une croix sur la personne. Au moment où ils le font, ils vont voir à quoi correspondent leurs cadeaux, par exemple :
  - *Je vous offre de la gentillesse*
  - *Je vous offre mon sourire*
  - *Chaque enfant fait cela à son tour*
5. En s'asseyant au tour d'un cercle pour discuter de l'activité. Ces questions peuvent vous aider.
  - *Est ce que c'était facile de trouver quelque chose de bon à dire à propos de vous même ? à propos des autres ?*
  - *Lequel était plus facile ? pourquoi ?*
  - *Les gens vont quelque fois dire des choses qui ne vous plaisent pas. Comment est ce que vous vous sentez à ce propos ? pourquoi vous pensez qu'ils disent ces choses ?*

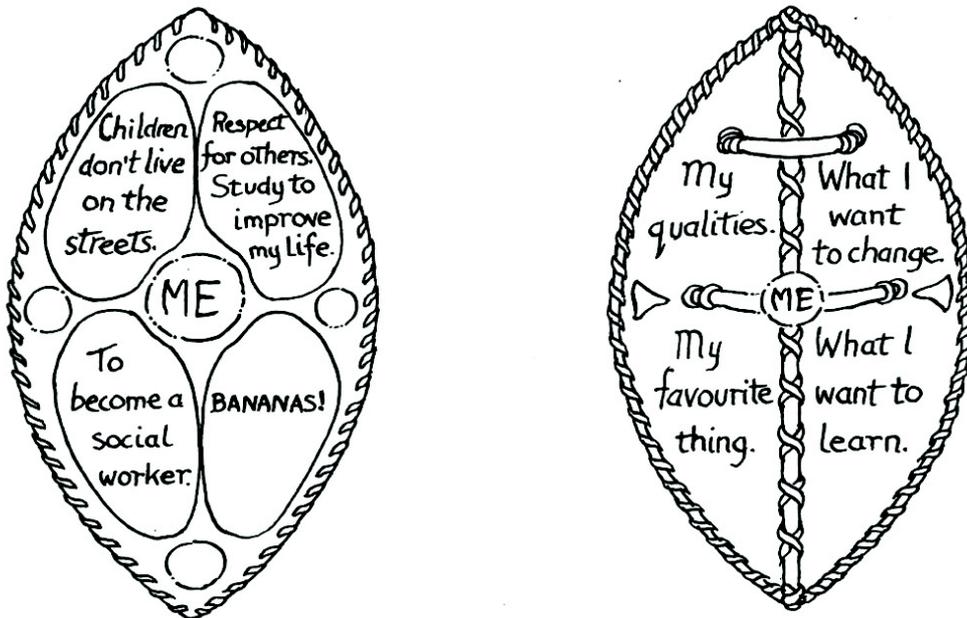
Vous allez trouver ici quelques exemples de corps créé par des enfants



### Activité trois :

1. Si vous avez pris une pause ou vous êtes entrain de faire l'étape trois dans une autre session, rappelez aux enfants ce qu'ils ont fait dans les deux autres étapes.
2. Donnez à chaque enfant un bouclier. Expliquez que les guerriers utilisent les boucliers pour se protéger dans une situation de guerre. Ils vont faire des boucliers pour montrer aux gens qui ils sont et pour se protéger contre les remarques négatives. Les boucliers sont divisés en quatre zones.

3. Demandez aux enfants d'écrire ou de dessiner une image, un symbole, un model dans chacune des trois zones. Vous pouvez simplifier les zones dans le bouclier, par exemple, ma couleur favorite et/ou demande aux enfants de dessiner juste une chose.
4. Les enfants expliquent leurs boucliers complets au groupe. Si possible, d'autres enfants et adultes peuvent être invité pour une présentation des boucliers.



### Questions de suivi

- Vous trouvez quelques questions de suivis qui peuvent être posé à la fin de chaque activité.
  - Avez vous des questions ou commentaires à propos de cette activité
  - Avez vous aimé cette activité
  - Qu'est ce que vous avez le plus aimé dans cette activité
  - Qu'est ce que vous avez appris en faisant cette activité
  - Sur vous même
  - Sur les autres
  - Est ce qu'il y'a quelque chose que vous voudriez encore faire
- Vous pouvez aider les enfants à faire leur empreinte en utilisant de l'encre et du papier. Dites aux enfants qu'il n'y'a pas deux personnes qui ont les mêmes empreintes. Chacun de nous est unique

## Leçon Trois Prise de Conscience : Ma place sur l'arbre



### Etapas :

Montrez aux enfants l'image et expliquez que l'arbre représente la vie. Les gens sur l'arbre sont à trois niveaux d'étapes de leur vie. Ils font différentes choses pour différentes raisons.

Demandez aux enfants de réfléchir sur une personne bien connue dans votre pays, par exemple un sportif, un ingénieur, un chateur, un ministre, un député, un membre de la société civile, etc. . Peut être que cette personne semble être comme la personne au dessus de l'arbre parce que 'il semble être sûr de sa personne et puisant. Elle est entrain de sourire à tous ceux qui sont en dessous d'elle. Elle est contente avec sa position ! Demandez aux enfants quelle figure sur l'image ressemble à cette personne bien connue. (Les enfants vont probablement avoir des idées différentes et des raisons différentes— mais ce n'est pas un problème)

Montrez aux enfants l'image ou les images sur l'arbre qui montrent là où vous pensez que vous êtes dans la vie aujourd'hui. Expliquez les raisons de votre choix.

Par exemple : je pense que je suis comme la personne qui est entrain de lever une main et a l'autre main sur la branche. Je me sens comme lui parce que je me sens plein d'énergie et je suis entrain de faire quelque chose d'un peu différent aujourd'hui en démarrant les sessions de compétence de vie avec vous. Je ne suis pas sûr si ce sera plaisant ou une activité un peu risquée !

Demandez aux enfants de choisir une figure qui est plus proche d'eux mêmes

En binôme ou en petits groupes, les enfants discutent pourquoi ils s'identifient à cette personne particulière. Par exemple.

Je me sens comme si je suis au bas de l'arbre entrain de saluer mes amis et heureux parce que je viens juste de démarrer les compétences personnelles (ainsi, je suis au bas de l'arbre).

Je me sens heureux parce que je souhaite que la classe va m'aider et je suis entrain de saluer mes amis qui seront avec moi.

### **Discussion finale**

Est ce que nous sommes comme différentes personnes sur l'arbre à différentes moments du jour ou de la semaine, est ce que vous étiez content de nous dire ce que vous pensez des images,,, pourquoi/ pourquoi pas,

## **Leçon Quatre Prise de conscience : L'Agenda de l'Enfant la durée**

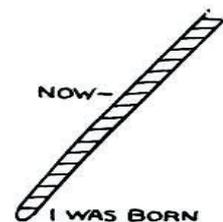
### **Matériels :**

- Carte
- Feuille padex
- Crayon couleurs

### **Les étapes**

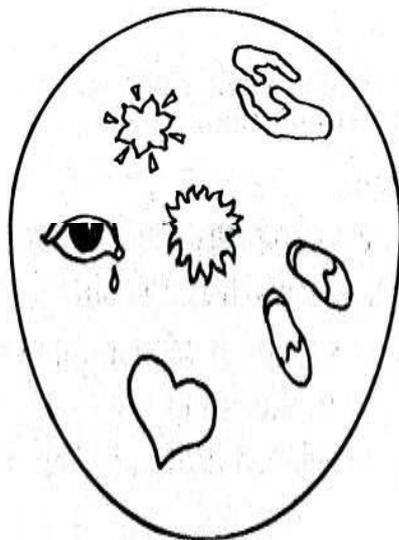
1. Montrer un poster avec un calendrier
2. Expliquer comment utiliser le calendrier en dessinant des symboles de votre propre vie sur le calendrier. Focalisez vous sur la période de votre vie qui correspond le plus à la période d'âge du groupe d'enfant dans le groupe.

Dates ou événements spéciales



Symbol	Special date or event
	Special events (religious, circumcision, initiation, birthdays)
	Family events (births, deaths, marriages, separations, divorces, moves)
	Special relationships (meeting a best friend, joining a group)
	Sad events
	Other events (going to school, leaving school, going to work)
	Favourite times you remember (holidays, ceremonies etc.)

Si les enfants ne sont pas en mesure ou incapable de mettre des événements dans un ordre spécifique, il faut les amener à dessiner leurs symboles dans un cercle



3. En petit groupe ou binômes, les enfants peuvent montrer leurs calendrier dans ou cercles
4. Demandez aux enfants de dessiner ou écrire sur un arbre les événements futurs qu'ils pensent vont se dérouler dans les années à venir. Cela peut inclure :
  - Aller à l'école primaire/secondaire

- Avoir un travail
- Avoir une maison
- Avoir une bicyclette
- Avoir un ordinateur
- Etre le meilleur de sa classe
- Améliorer mes performances en mathématiques
- Améliorer mes performances en lecture

### Discussion finale

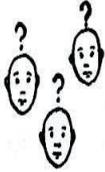
Dans un grand groupe, les enfants parlent de / ou montrent les symboles de leurs objectifs futurs. Est ce que vous étiez content de dessiner ou écrire votre calendrier,,,, pourquoi et pourquoi pas,,,, comment est ce que vous vous êtes sentis ,, est ce que vous avez trouvé difficile de vous rappeler les évènements passés,,,, de réfléchir sur le futur,,,

## Leçon Cinq Eléments d'identification : Quels sont les éléments d'identification

### Matériels :

Poster avec une série de symboles d'éléments identitaires suivants

Une série de cinq cartes, chacune doit montrant un symbole d'un élément identitaire. Vous devez avoir assez séries de cartes pour chaque binôme par exemple cinq série pour 10 enfants.

I	can	do	that	here
Identity	Belief	Skills	Behaviour	Environment
Who?	Why?	How?	What?	Where?
				

### Etapas

1. Dans le grand groupe, répétez la phrase, Je peux le faire ici. Pour chaque mot lever le symbole correspondant
2. Divisez les enfants en groupes de quatre et donner à chaque groupe une série complète de cartes avec les cinq symboles des facteurs d'identification

3. Chaque enfant répète les phrases mais en faisant différentes phrases avec le mot. Le groupe discute comment cela change le sens de la phrase. (Si les enfants ne peuvent pas lire demande leur de répéter le sens après vous.)
4. Reprenez cela, cette fois-ci un enfant lève les symboles de l'élément identitaire correspondant à son tour au moment où un autre répète la phrase. Les autres dans le groupe disent quel est le facteur d'identité mis en exergue.
5. Quand tous les enfants dans le groupe ont fait cela, un tient les symboles à son tour au moment où le reste du groupe répète la phrase. La personne avec les symboles se lève quand ils veulent que le groupe s'appesantisse sur un des symboles.
6. Divisez le groupe en binômes. En binôme ils déposent une série de symboles par terre dans l'ordre suivant :
  - **Identité**
  - **Croyance**
  - **Compétences**
  - **Comportement**
  - **Environnement**
7. Les enfants marchent sur chacune des facteurs d'identification et disent quelque chose sur eux-mêmes en relation avec ce facteur d'identification. Le formateur pratique cela avec le groupe entier d'abord en demandant aux enfants de répéter les phrases suivantes. Après, en binôme, les enfants continuent à leurs tours pour finir la phrase pour que leurs binômes entendent leurs réponses.

Facteur d'identification	Début de la phrase	Exemple
Identité	Je suis...	Un garçon, venant de Fissel, région de Thiès, fils de Grégoire
Croyance	J crois que	L'enfant doit bien travailler en lecture et mathématique
	Il est important que	L'enfant sache lire et compter
Compétence	Je peux	Vendre des journaux, reconforter une personne qui a des problèmes,
	Je me sens bien à faire	Les exercices à la maison, en classe, en groupe
	J'apprends à	Etre bon en lecture et mathématiques
	Ce qui me plaît le plus c'est	Lire et faire les mathématiques
comportement	Je suis entrain de	Lire, jouer, dormir, laver le linge, travailler
environnement	Les lieux où je suis passé dans ma vie sont	Ma maison, école, le marché, le terrain de jeu, etc.

8. Demandez aux enfants de répéter volontairement leurs éléments identitaires dans le groupe

**Discussion finale :**

Est-ce qu'il y'a des aspects de votre identité que vous aimez ? Vous n'aimez pas ? Pourquoi ?

**Suivi :**

Les enfants peuvent développer leurs propres symboles d'éléments d'identification

## Leçon Six Eléments d'identification : Changement de comportement

### Etape :

1. Demandez aux enfants de réfléchir sur un changement qu'ils voudraient faire dans leur vie dans un futur proche. Demandez aux enfants de commencer le changement qu'ils veulent en commençant par une phrase, je veux

Par exemple :

Je veux ... ..apprendre à lire

Je veux.....apprendre les mathématiques

Je veux.....retourner à la maison pour vivre avec ma mère

Je veux.....renforcer mes capacités en TICE

Je veux .....pour être une personne qui est heureux

Je veux .....pour arrêter de fumer

2. Décidez quel facteur identitaire c'est, par exemple :

Je veux apprendre à lire (COMPETENCES)

Je veux apprendre les mathématiques (COMPETENCES)

Je veux retourner à la maison pour vivre avec ma mère (ENVIRONNEMENT)

Je veux apprendre les TICE (COMPETENCES)

Je veux être une personne heureuse (IDENTITE)

Je veux arrêter de fumer (COMPORTEMENT)

3. Demandez à chaque enfant à son tour de se mettre devant le facteur identitaire qui lui correspond. Par exemple : pour je veux être capable de lire, l'enfant se et devant le symbole COMPETENCE. Avec l'aide du groupe, les enfants réfléchissent sur les changements dont ils ont besoins venant des autres facteurs identitaires pour que le changement puisse se réaliser.

Par exemple :

Je veux apprendre à bien lire

COMPORTEMENT—elle a besoin d'être dans sa classe et de pratiquer

CROYANCES— Elle a besoins de croire qu'il est important de lire et écrire

ENVIRONNEMENT— elle a besoin de trouver un environnement où elle peut pratiquer

### Discussion finale :

Est ce que c'est toujours de notre faute si nous ne pouvons pas faire ce que nous voulons ?

De quoi avons nous besoin pour appuyer nos idées ?

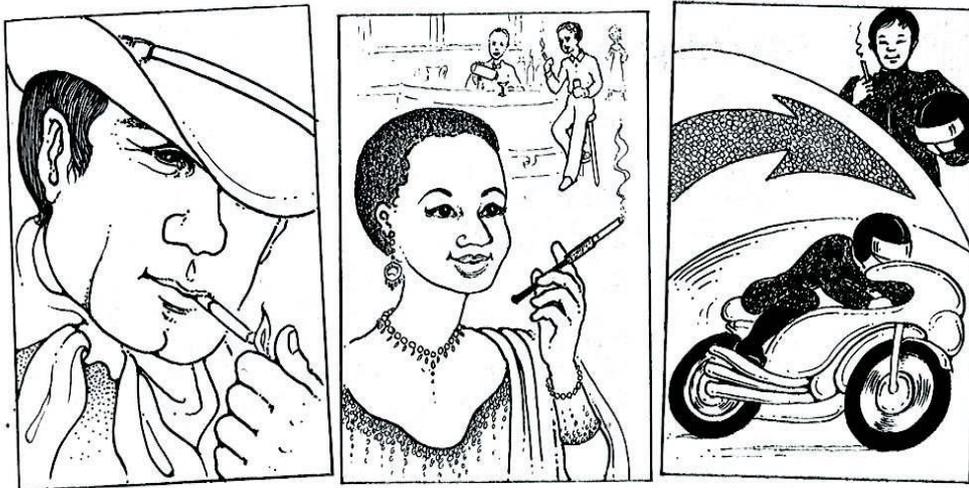
Est ce qu'il y'a quelque chose que vous n'avez pas compris ?

Est ce qu'il y'a quelque que vous voulez reprendre une nouvelle fois, ou faire la prochaine fois ?

## Leçon sept : Publicité et média

### Matériels :

Trois publicités sur l'usage de la cigarette (et/ ou une autre publicité dans l'environnement où les enfants peuvent le visualiser). Vous pouvez utiliser les illustrations ci-dessous mais il est mieux de couper à partir de magazine ou journaux locaux ou aller dans la rue pour regarder les tableaux de publicité, là où c'est pertinent.



### Activité 1 :

1. Demandez au groupe quels messages sont entrain d'être donné par chaque publicité.

Comment est ce que les publicités essaient de nous affecter ? Par exemple :

En mettant des couleurs et attrayant pour les yeux

En faisant le lien entre la belle vie et le produit

En utilisant des images jolies à voir

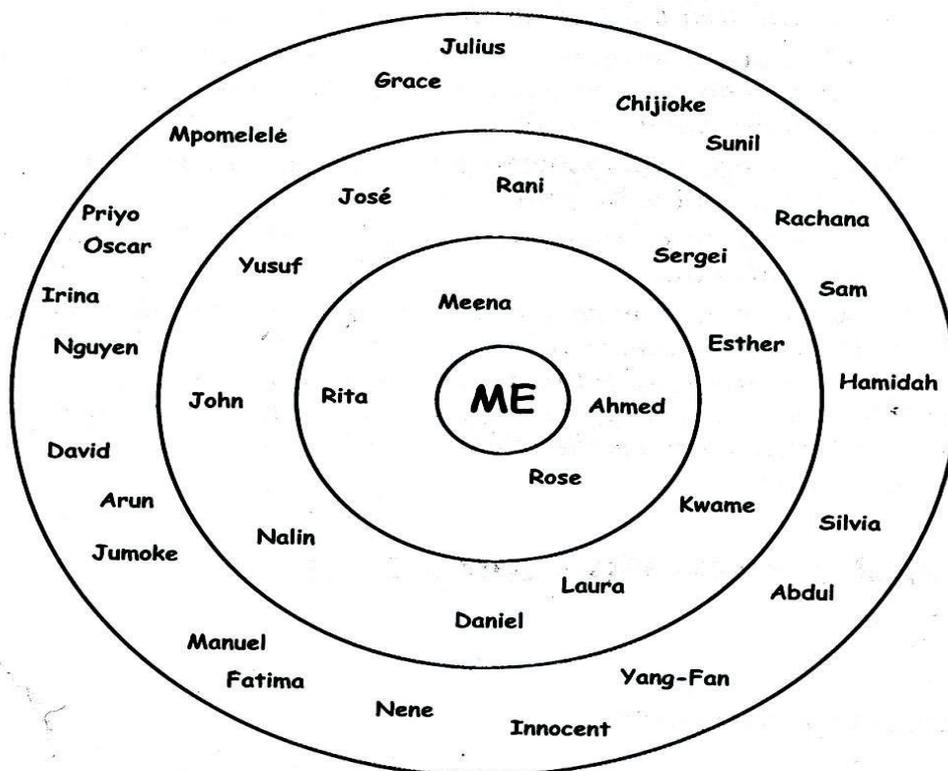
En utilisant des mots qui nous font rire ou nous surprennent

2. Discutez si oui n non ces publicités disent la vérité
3. Demandez aux enfants de décrire ou montrer un poster de publicité qu'ils aiment très bien et qu'ils disent pourquoi
4. Quels autres types de publicités les enfants entendent ou voient (radio, TV, Magasine). Discutez pourquoi nous aimons ou n'aimons pas les publicités et montrer comment elles affectent la manière dont les gens réfléchit.
5. En binôme, faire un jeu de rôle dans lequel un enfant a vu une publicité pour quelque chose qu'il veut avoir ou faire. Elle doit essayer de convaincre le groupe et les autres dans le groupe pour l'amener à changer d'opinion. Donnez 10 minutes et alors les binômes ou groupe présente leur sketch

Discussion finale

Demandez au groupe de se rappeler comment les discussions se sont passées. Demande aux enfants s'ils ont été affectés par une publicité. Quelle publicité ? Est ce que nous devons faire attention à la publicité ? (Réfléchissez sur comment nous perdons ou gagnons en achetant ou faisant ce qui l'objet de publicité.)

## Leçon Huit : L'Amitié : cercle d'amitié



### Activité 1 :

Expliquez que ce ne sont pas tous les amis qui sont les meilleurs amis, ou même les amis très proches. Nous avons différents types d'amis. Demandez aux enfants de réfléchir sur cela et de donner des exemples de cela.

Montrez l'exemple du Cercle d'Amis. Expliquez que cela montre les amis proches dans le cercle proche de la personne au centre, les amis occasionnels dans le cercle qui suit, et les connaissances en dehors du cercle.

Demandez aux enfants de dessiner quatre cercles comme celui qui figure dans l'exemple. Demandez leur de :

- Ecrire leurs propres noms dans le centre (ou dessiner un symbole ou écrire leurs initiales)
- Ecrire les noms (s) des amis les plus proches dans le cercle qui suit
- Ecrire les noms des amis occasionnels (les gens avec qui ils prennent du plaisir à discuter avec ou qu'ils se plaisent à rendre visite) dans le cercle qui suit
- Ecrire les noms des connaissances (les gens avec qui ils discutent de quelque chose mais qui ne sont pas considérés comme des amis) dans le cercle en dehors

**Discussion finale :** choisir quelques unes des questions suivantes

Comme est ce que vous avez décidé qui était dans le cercle ? Au milieu du cercle ? L'extérieur du cercle ? Qu'est ce qui fait un ami plus proche d'un autre ami ? Quand et pourquoi ?

Certaines personnes ont beaucoup de meilleurs amis alors que d'autres ont un seul ami spécial ; certains ont plus d'amis occasionnels et certains ont plus de connaissances. Qu'est ce que vous avez appris de vos propres relations au cours de cette activité ?

Quel est l'âge de ton ami le plus proche? De tes amis occasionnels ? Pourquoi est ce que les gens choisissent des amis de différentes catégories d'âge ? Quels sont les avantages et les inconvénients de 'avoir des amis plus âgés que vous ou des amis adultes ?

Quelles sont les deux choses que vous voulez partager à propos de vos amis les plus proches mais des amis occasionnels ou connaissances ? Pourquoi ?

Quelles sont les trois choses que vous pourrez faire pour mieux connaître une connaissance ?

- Dans votre cercle d'amis est ce qu'il y'a des choses qui rendent difficile pour de nouveaux venus d'être acceptés ? comment est ce que vous pouvez aider de nouveaux venus dans votre communauté se sentent plus acceptés et confortable ?

### **Activité de suivi**

Faire deux jeux de rôle. Dans un jeu de rôle, un groupe accueille un nouvel enfant dans un groupe et dans un autre un enfant n'est pas le bienvenu

## **Leçon Neuf : Résolution de conflit dans une relation amicale**

### **Matériel**

- Ecrire un jeu de rôle par groupe sur une feuille de papier
- Les jeux de rôle ci dessous sont des exemples;. Vous pouvez avoir besoin des les adapter pour qu'ils reflètent les situations que rencontrent les enfants qui sont dans le groupe. S'il y'a eu un conflit récent entre deux membres du groupe ne pas utiliser cela comme exemple à moins que les enfants qui sont concernés en parlent et veulent qu'on en fasse un jeu de rôle.

Un jour Rose est parti voir sa camarade de classe Denise et lui demanda de l'aider avec ses exercices de mathématiques. Elle a commencé à montrer à Rose comment faire un exercice de math mais malheureusement Rose prenait du temps à comprendre et n'a pas pu suivre. Denise s'est énervée et commença à crier sur Rose « tu es stupide », et elle l'a heurté. Rose s'est énervée aussi et elles ont commencé à se chamailler.

**Adrian a 11 ans et Valentin qui a 8 ans était entrain de jouer à la carte. Valentin** gagnait soudain, Adrian s'est énervé et a donné un coup sur le visage. Valentin s'est énervé et la bagarre a commencé.

Sofia est la sœur de Binetou. Quand Binetou rentre de l'école pour aller à la maison, Sofia court vers sa sœur pour lui prendre son sac. Sofia est entrée dans la maison et a commencé à regarder les cahiers de devoir de Binetou. Quand Binetou l'a vu elle a commencé à crier sur sa sœur.

### **Activité 1**

Demander aux enfants de travailler en binôme pour faire des jeux de rôle dans lesquels chaque enfant se met en colère avec l'autre

Distribuer les jeux de rôle des binômes. Donne à chaque enfant 10 minutes pour travailler leurs jeux de rôle. Si les enfants sont analphabètes, expliquer le jeu de rôle à chaque groupe ;

Demandez à tous ou certains binômes d'exécuter leur jeu de rôle. Après chacun, demandez aux enfants de dire pourquoi ils pensent que la personne s'est énervée.

Par exemple

- Denise est frustrée parce qu'elle n'était pas en mesure d'expliquer correctement
- Rose a eu honte
- Adrian s'est énervé contre sa personne

Demandez aux enfants comment ou pourrait prévenir ses chamailleries ?

Demandez aux enfants de répéter leur jeu de rôle jusqu'au moment où quelqu'un s'est énervé mais cette fois-ci cela ne va pas jusqu'à la bagarre : par exemple

Un des protagonistes s'en va.

Un des protagonistes dit ou fait quelque chose qui arrête la colère.

Si c'est pertinent écrivez les mots clés qui décrivent les raisons pour lesquelles une personne s'énervé et les moyens de les arrêter la colère qui peut aller à la bagarre

Pourquoi nous nous énervons	Ce que nous pouvons faire
Frustration Etre trahi Quand on est énervé contre nous mêmes Quand une personne nous heurte physiquement	S'en aller Dire pardon Dire quelque chose qui arrête la colère de s'empirer Aller quelque part pour se défouler

### Discussion finale

Quand est-ce que vous avez eu la dernière fois une colère avec un ami ? Pourquoi ? Est-ce que vous êtes resté des amis ? Pourquoi / pourquoi pas ? Qu'est-ce qui se passe à votre ami si vous êtes en colère

### Activité de Suivi

Demandez aux enfants de créer des jeux de rôle en utilisant les situations réelles.

## Leçon Dix l'Amitié : Négocier les rôles et responsabilités dans un groupe

### Matériels :

- Une feuille de papier padex ou un dessin qui représente cinq ou six enfants assis en groupe
- De larges bouts de papier pour chaque groupe
- Crayons pour chaque groupe

Questions à discuter	Facteurs d'identification	Exemples
Là où le groupe se rencontre	ENVIRONNEMENT	Près de la station d'essence, près la mer, à la place du quartier
Ce que chaque membre fait dans le groupe	COMPORTEMENT	Raconter des histoires, chants, apporter des fruits, proposer un jeu
Quelles compétences chaque personne apporte dans le groupe	COMPÉTENCES	Raconter des blagues, raconter des histoires, faire la paix quand des différentes surgissent, etc.
Ce qu'ils croient est important dans le groupe	CROYANCES	Partager de l'argent ou de la nourriture, s'entre aider les autres quand un des membres est malades ou a faim
Les différents rôles qu'ils ont dans le groupe		Le leader, les suiveurs, les faiseurs de paix
Les gens auxquels ils sont liés dans le groupe		Boutiquier, jeunes qui ont un emploi, deux des membres, l mères, etc.

### Activité 1 :

- Divisez les enfants en groupes de cinq ou six
- Expliquez que chaque groupe est un groupe imaginaire d'ami. Ils doivent décrire des facteurs d'identification
- Le groupe ainsi prépare une présentation des identités de leurs groupes et présentent leurs résultats

### Discussion Finales

Dés fois un groupe sent un comportement différent du votre, Il a son identité propre. Est ce que vous êtes d'accord ? Pourquoi/pourquoi pas ?

Comment est ce que l'identité du groupe est différente de la votre ? Est ce que cela devrait être un programme ? Comment ?

A propos du process

- Est ce que chacun a participé de manière égale ?
- Quels rôles est ce que les membres du groupe, par exemple, qui a dirigé la discussion, qui a commencé la discussion, qui s'est chargé de la gestion du temps, qui a eu les idées, qui a fait le dessin, la rédaction, qui était le leader, qui s'est assuré que tout le monde a pris la parole ?
- Comment est ce que la discussion s'est faite ?
- Est ce que vous vous êtes respecté les points de vue des autres ?
- Est ce que tout le monde était intéressé ? Est ce qu'ils ont senti qu'il y'a eu confiance, et soutien dans le groupe, est ce qu'il y'a eu anxiété ou conflit ?
- Comment est ce qu'ils ont pris en charge les désaccords ?
- Est ce qu'il y'a eu aucun sous groupe ?

- Est ce que tout un chacun était content avec les conclusions que vous avez retenu ?

## Leçon Onze Communication : le message manquant

### Matériel :

- Feuille blanche pour chaque groupe
- Crayons pour chaque groupe

### Activité 1 :

1. Divisez les enfants en groupe de cinq. Expliquez que vous voulez que chaque groupe dessine un dessin mais que vous allez demander à ce qu'un membre du groupe dise secrètement à un autre membre de l'équipe ce que vous voulez dessiner. Cet enfant le dit discrètement à la personne qui est à côté. Cela est répété jusqu'à ce que la dernière personne dans le groupe reçoive le message. Il / elle ébauche alors un dessin. Dans chaque groupe le premier enfant exprime son idée et on va voir si le dessin est conforme à l'instruction ou non. La première équipe qui dessine le dessin correct gagne.
2. Donnez à chaque groupe une feuille et un crayon
3. Appel un enfant dans chaque groupe. Dites leur cela une seule fois :

Votre dernier membre de groupe voudra dessiner une table. Au centre de la table il y' a un plat de beignets. A gauche de la plate il y'a une cuillère et à droite une tasse sans sous-tasse. Sous la table il y'a un chat avec un chaton ;

4. Montrez les dessins. ils peuvent être très différents des explications
5. Discutez ce qui n'a pas marché dans la communication
  - N'a pas écouté attentivement
  - Ne s'est pas rappelé
  - Explication trop rapide
  - Trop de détails, etc.
6. Expliquez les étapes pour communiquer :
  - Envoyeur crée et envoie le message
  - Receveur répond au message
  - Message l'information que l'envoyer veut communiquer à quelqu'un. Le message peut être mal compris dans le même sens ou différemment (par l'envoyeur)
  - Feedback comment le receveur montre qu'il/elle a reçu le message par exemple en répétant cela ou en posant une question

Lire l'exemple de communication ci-dessous

Ali dis à Ousin, « je ne vais plus à l'école. Je ne sais pas pourquoi je dois avoir faim juste parce que je dois aller à l'école. Je vais en ville pour trouver un moyen de faire de l'argent » demande la question suivante

- Qui est l'expéditeur du message (Ali) ?
- Qui est le destinataire (Ousin) ?
- Quel est le message que Ali envoie à Ousin ? Voici quelques idées :

Exemple

Je veux demander des bonbons et de l'argent

Je suis fatigué d'avoir faim tous les jours

Ce n'est pas la peine d'aller en ayant faim juste pour recevoir une éducation

Expliquez que le message n'est pas juste ce que ma personne dit mais la signification derrière le mot.

Regarde la situation entre Ali et Ousin encore. Comment est ce que Ousin doit répondre ?

Il pourra poser une question, par exemple, pourquoi est ce que vous voulez demander des bonbons alors que tu viens juste de prendre ton petit déjeuner.

Il pourra lui dire à Ali qu'il n'a pas compris. Ali aura ainsi à expliquer une nouvelle fois

Il peut conseiller à Ali de ne pas quitter l'école

Aucunes de ces réactions n'a amené Ali à en dire plus

Expliquez qu'une mauvaise communication peut être parce que :

- L'expéditeur n'a pas envoyé un message clair. Les mots ne doivent pas être claire ou il y'a un conflit entre les mots et la voie par la quelle moyen l'expéditeur les disent ou se comporte quand il parle.
- Le récepteur n'a pas écouté le message ou le comprend
- Le récepteur ne s'est pas assuré qu'il/elle a compris le message en donnant son feed back à l'expéditeur
- L'expéditeur n'a pas accusé réception ou répondu au feed back

### Discussion finale

— Qu'est ce que vous pensez du model de communication ? Qu'est ce qui n'a pas marché avec la communication dans le jeu ? Dans le jeu, le message envoyé a été trop long pour le récepteur. Le récepteur peut ne pas avoir bien écouté et qu'il n'y ait pas de possibilité d'avoir un feed back.

— Quelles sont les conséquences d'une cassure dans la communication ? Conflits, bagarre et guerre sont souvent le résultat d'une mauvaise communication et mésentente.

— Est ce que vous avez une fois eu une difficulté à envoyer un message ? Qu'est ce qui s'est passé ?

— Pourquoi dés fois il est difficile d'exprimer ce que vous voulez dire ?

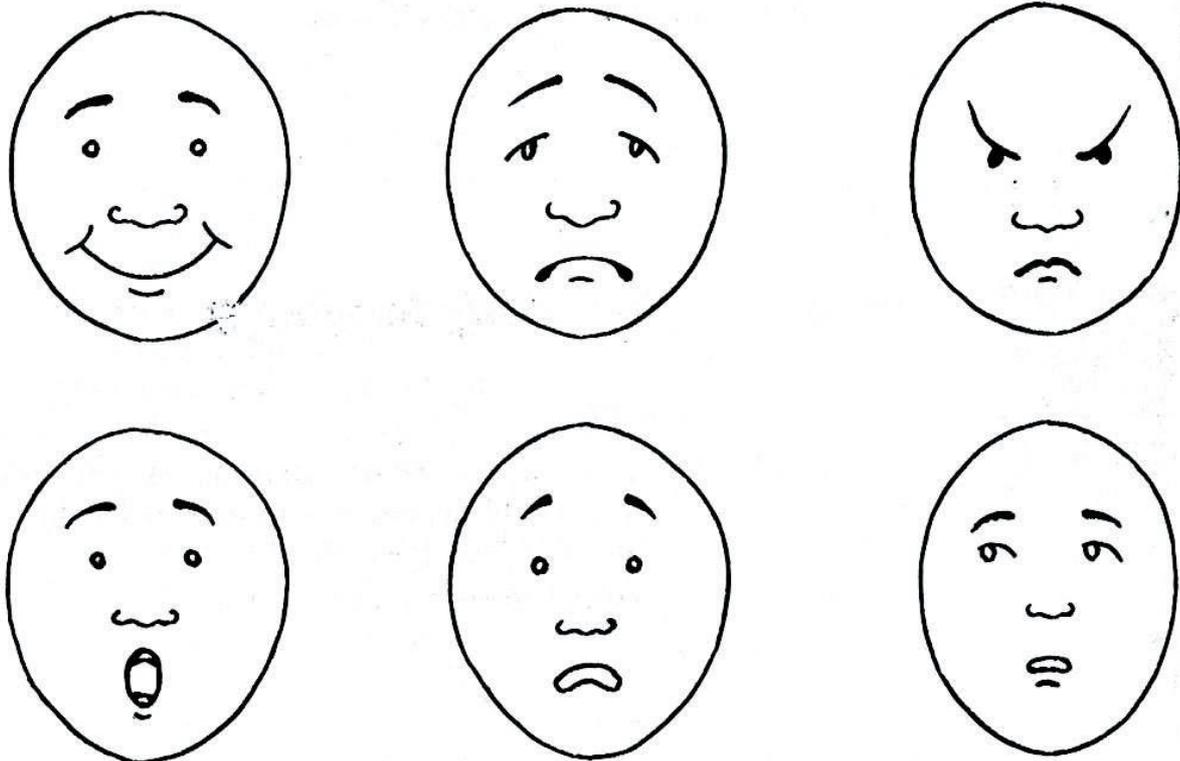
— Est ce cette activité vous a aidé à comprendre pourquoi ?

## Leçon Douze : *Communication : le langage du corps (body langage)*

### Activité 1

1. Divisez les enfants en binômes
2. Chaque binôme devra réfléchir sur une discussion qu'un d'entre eux a eu avec quelqu'un d'autre qui est devenu une dispute ou un conflit.
3. Les enfants ainsi jouent la dispute en utilisant leurs corps et les faces seulement. Ils ne doivent pas parler (cela s'appel mimer). Après quelques minutes de pratique de la mime, choisir deux binômes dont la scène semble être la plus claire. Demandez au premier binôme de jouer leur scène. Demandez au groupe qu'est ce qu'il pense est entrain de se passer. Faites remarquer que qu'il est souvent facile de montrer plus ou moins ce qui se passe à partir de notre mouvement de corps et expressions faciales
4. Répétez l'exercice avec un second binôme
5. Faites un braistorming des différentes parties du cors que nous pouvons utiliser pour communiquer avec (yeux, êmes, bouche, tout le corps, les doigts, jambes, épaules, est) et les émotions que nous pouvons communiquer à travers notre corps (plaisir, colère, faiblesses, déception, etc.)

Ecrivez ou dessinez des symboles d'émotions sur papier / carte



6. Donnez à chaque enfant un papier qui montre une des émotions (vous pouvez aussi faire ça en binôme). Demandez leur de pratiquer les émotions avec leur corps. Allez dans le groupe en devinant quelle émotion chaque enfant ou binôme est entrain de modéliser.

#### **Discutions finale**

Qu'est ce qui est le plus efficace pour envoyer un message, le langage du corps ou les mots ? Pourquoi ?

Quels sont les messages du langage du corps qui sont particulièrement positive ? Négative ?

### ***Leçon Treize Communication : Mimer le mensonge***

#### **Activité 1 :**

1. Demandez aux enfants de former un cercle
2. Allez au milieu du cercle et mimer une action, telle que se brosser les dents
3. Demandez à un enfant de demander de demander ce que vous faites. Répondez en disant autre chose que ce que vous faisiez, par exemple, je suis entrain de creuser un trou.
4. Maintenant demande à la personne qui a posé la question de faire l'action que vous aviez déclaré (creuser un trou) et demande à une autre personne de demander à cet enfant ce qu'il est entrain de faire. Une nouvelle fois une réponse fausse doit être donnée (je suis entrain de danser).
5. Continue de donner à autant d'enfants que possible la chance mais il faut arrêter au bon moment

6. Faites un brainstorming sur les situations où le langage du corps sème la confusion ou va à l'encontre des mots qui ont été prononcés par exemple :
  - Une fille refusant de marcher dans la rue avec un homme mais son expression montre qu'elle aime faire cela
  - Une personne qui montre qu'il est intéressé alors qu'il est entrain de bailler

Discuter lequel entre les mots et les actions montrent les vrais sentiments

7. Faites un brainstorming de situations dans lesquelles le langage de la personne est menaçant ou inapproprié. Discussion sur comment traiter ces situations.
8. Divisez les enfants en groupe. Donnez à chaque groupe une situation pour qu'il mime. Les groupes peuvent ajouter une fin. Les phrases suivantes sont seulement des suggestions
  - *Un instituteur demande à une élève d'amener les livres chez lui. Une fois à la maison il lui montre qu'il l'aime*
  - *Un de tes amis te rend visite. Tu es très content de la visite mais après soi tu te rends compte qu'il est trop bavard ou qu'il est trop curieux*
  - *Deux filles sont entrain de se parler. Un garçon qui n'est pas loin ne cesse de les regarder. Après il vient et se présente lui même. Il reste là très proche tout en parlant et en regardant une des filles.*
  - *Vous (garçons ou fille) êtes entrain de marcher dans la soirée à la maison. Aussi tôt vous vous rendez compte que vous êtes suivi par un homme avec un regard étrange sur le visage.*

### Discussion Finale

Comment est ce que les gens réagissent dans les jeu de rôle et pourquoi ils réagissent ainsi ? Pourquoi est ce que certaines personnes donne un mauvais signal ? (Ils ne sont pas toujours au courant de leurs langages de corps, ils ne sont pas confiants, ils sont confus)

## Leçon quatorze Je vois, est ce que tu vois

Matériel

Photos de maisons, des jeunes habillés en tenue de fête, un soldat, un enfant entrain de dormir sur un trottoir

**Activités :**

1. Ecrire les phrases suivantes pour que chacun les aperçoives

Sophie veut m'amener danser

2. Demandez aux enfants de réfléchir sur autant de manière de dire cette phrase :

Utilisez différents mots

Exprimer différentes émotions exemple : plaisanterie, une personne excitée, pas d'intérêt, surprise, etc.

3. Raconter l'histoire de Eshu le semeur de confusion (c'est une histoire traditionnelle dans un pays africain)

*Eshu se promène entre deux paysans. Il s'habillait en vert du côté gauche et en rouge sur sa droite. Alors, un fermier a vu qu'il portait du vert et l'autre fermier a vu qu'il portait du rouge. Après qu'il est passé, un fermier demande à l'autre, « Est ce que tu as vu la personne qui a porté du vert qui est passée ? L'autre répond « il était habillé en rouge. Ils ont eu une longue dispute sur le sujet, il n'était pas loin de s'en venir aux mains. Finalement, ils ont décidé continuer le travail. Après Ashu a pris le chemin du retour et passa entre les deux paysans. Parce qu'il a pris un autre **sense**, le paysan qui avait vu du rouge a vu du vert et celui qui avait vu du vert a vu du rouge. Après le passage de Eshu, le premier fermier est venu dire « je suis désolé, tu avais raison, il portait du vert. L'autre répondit « no, tu avais raison, il portait du rouge ». Cette fois ils ont une dispute plus intense parce que chacun croyait avoir raison.*

4. Expliquez que chaque fermier avait raison mais il a regardé d'une position différente. Chacun d'entre nous est différents de l'autres et c'est pourquoi ils voient les choses d'une différente manière.
5. Divisez les enfants en groupe de trois et leur demandez de regarder les photos. Pour chaque photo discutez :
  - Ce que chaque enfant voit
  - Ce que chaque enfant sent à propos de ce qu'ils voient
  - Comment est ce que les autres personnes peuvent le voire différemment
6. Les groupes donnent leurs idées
  
7. Expliquez que nous allons être visité par une personne d'une autre culture. Dans cette culture il est grossier de répondre à une question répondant par plus que « oui » ou « non »  
Cependant, il est aussi grossier de poser des questions auxquelles les réponses ne sont pas « oui ou non »  
Il y'a une autre règle en vigueur qui décide de comment la personne va répondre. C'est la tâche des enfants de trouver de quelle règle il s'agit
8. Demandez un volontaire et lui expliquer hors de la salle que la règle est :
  - Si la personne qui pose la question est un homme, la réponse est non
  - Si la personne qui pose la question est une femme la réponse est oui
9. Le volontaire retourne. les gens posent autant de questions qu'ils veulent jusqu'à ce qu'il trouve la règle.
10. Répétez le jeu avec différent volontaire. Cette fois ci la règle peut être si cette fois la personne qui pose la question fait un sourire, la réponses est oui si on la réponses est non.

### **Discussion finale**

- Jusqu'à quel niveau il était difficile de trouver la règle de cette culture était ? étant ce que c'était embêtant ?
- Si cela se passe dans la vie réelle, quel problème pourrait survenir ?
- Est ce que vous pouvez réfléchir sur autres exemples de cas réel d'incompréhension culturelle

Quand les enfants donneront leurs exemples, vous pouvez ajouter certains comme :

- Si vous dites merci quand quelqu'un vous offre quelque chose dans certaines cultures cela veut dire merci alors dans d'autres cela veut dire le contraire ;
- Dans certaines cultures vous embrassez les gens quand vous les rencontrez, même s'ils sont des étrangers
- Dans certaines places, les hommes se prennent la main pour prouver leur amitié alors que dans d'autres c'est un signe d'orientation sexuelle
- Dans certaines cultures, hocher la tête marque un désaccord alors dans d'autres cela signifie qu'on est d'accord
- Qu'est ce que nous pouvons surprendre de ce jeu sur comment réagit à propos des gens avec différentes cultures ? (Assurez vous que les enfants comprennent l'importance de respecter les différentes façons de se comporter et les différentes croyances)

## Leçon quinze Communication : dessiner ensemble

### Matériels :

- Une large feuille de papier pour tout le groupe
- Marqueurs pour la moitié du groupe
- Post it

### Etapes

1. Divisez les enfants en binômes et donnez à chaque binôme une large feuille de papier et un crayon ou marqueurs
2. Demandez à chaque binôme de s'asseoir sur la table ou au sol. Après demandez leur de prendre le marqueur ou crayon ensemble et sans parler dessiner sur leur large feuille de papier sans parler :
  - Une maison
  - Un lieu de culte (temple, mosquée, église, etc.)
  - La joie

Quand ils ont finis et toujours sans parler demandez leur de noter leur propre dessin en écrivant la note. Il n'est permis de parler que quand tout le monde a fini de dessiner.

3. Quand les binômes ont fini, chaque binôme présente le dessin à tout le groupe et expliquer comment ils ont fait le dessin.

### Discussion finale

- *Comment avez – vous communiqué quand vous dessiniez ?*
- *Qu'est ce qui se passe quand vous avez différentes idées ?*
- *Comment avez-vous réalisé un accord sans vous parler ?*
- *Quelle était la manière la plus facile pour dessiner ? La plus difficile ? Pourquoi ?*

### Discussion finale

- Quels enfants auront à utiliser le langage des sages en utilisant leurs mains libres ou leurs têtes. Cela montre l'importance d'un bon langage
- Quand les enfants ont différentes idées à propose des dessins, un enfant doit diriger et les autres le suivent. Si cela ne se passe pas, ils peuvent finir par déchirer le papier et sans présenter de dessin. Ils peuvent l'avoir à tour de rôle pour diriger ou peut être seulement un enfant a pris les décisions. Est ce que cela veut dire le partenaire non dirigeant a besoin de plus pour être sûr de soi ? Ou peut être il reconnaît que l'autre enfant avait une vision claire qu'il fallait mieux suivre.
- Ils ont besoin d'avoir confiance au mouvement des uns et des autres, si non toutes les lignes pourraient ne pas être claire.
- Bien qu'il soit difficile, quand le dessin à réussi, cela est arrivé parce qu'ils travaillent bien ensemble pour une tâche commune. Ils étaient entrain de communiquer de réussir.
- Il ont certainement trouvé plus facile de dessiner la maison, plus difficile de dessiner le temple et plus difficile la joie. Il est plus facile de réussir un accord sur les choses concrètes et pas facile de s'accorder sur les choses abstraites comme les valeurs et concepts.

## Leçon seize Communication : Bonne Capacité d'Ecoute

### Matériels :

Deux séries d'instruction sur carte

### Etape :

1. Divisez les enfants en groupe de trois en comptant 1,2 et3
2. Expliquez que les premiers sont rapporteurs, les 2 sont les personnes qui écoutent, les 3 éme sont les observateurs
3. Les rapporteurs devront se préparer à parler pendant trois minutes sur une chose qui les intéresse et qu'ils peuvent parler aisément, par exemple, un sport ou hobby, qu'est ce qu'ils ont fait aujourd'hui, etc.
4. Donnez à chaque personne qui écoute une carte différente avec UNE instruction sur cela (voir l'exemple ci dessus). Si les enfants ne lisent pas, donnez leur les instructions de la chute et du chuchotement
  - *Interrompre le rapporteur*
  - *Essayer d'arrêter l'histoire du rapporteur avec un meilleur qui vous est propre*
  - **Se pencher et faire du chuchotement à l'endroit de l'observateur**
  - **Rire sans raison**
  - *Examine le contenu de leur poche*
  - *Faire des commentaires sur ce que le rapporteur est entrain de dire comme « C'était stupide », « Tu l'as fait vraiment »*
  - *Changer le sujet à parler de quelque chose qui n'a aucun lien avec ce que le rapporteur est entrain de dire*
  - *Sembler ennuyé, bailler, regarder autour de la salle*
  - *Marquer un accord avec le rapporteur chaque fois qu'il dit quelque chose*
5. Le rapporteur commence à parler et la personne qui écoute, écoute bien pendant un temps court
6. Après trois minutes, demandez aux enfants de changer leurs positions. Les observateurs deviennent des personnes qui écoutent, les personnes qui écoutent deviennent des rapporteurs et les rapporteurs des observateurs
7. Donnez aux personnes qui écoutent un nouveau type d'instruction telles que les choses suivantes. Vous aurez besoin d'adapter les exemples suivants. ou écrire de nouvelles, pour être en phase avec la culture
  - *Montrer de l'intérêt à ce que dit le rapporteur en faisant du bruit telle que uh huh, hmmm, etc., et hocher la tête en cas d'accord*
  - *Regarder le rapporteur et garder le contact des yeux. S'avancer pour bien écouter*
  - *Poser des questions pour clarifier ce que le rapporteur est entrain de dire*
  - *Faire des compliments au rapporteur sur ce qu'il est entrain de dire, par exemple. C'est très intéressant, oh oui je suis d'accord »*
8. Demandez aux observateurs du second tour ce qu'ils ont noté et les rapporteurs comment ils se sont sentis

### Discussion finale

- *Comment vous vous sentez quand vous dites à quelqu'un quelque chose et ils ne vous écoutent pas*
- *Avez vous jamais eu une incompréhension du fait que vous n'étiez pas entrain d'écouter ? Quelqu'un veut vous parler à propos d quelque chose de sérieux et que vous n'êtes pas en bon humeur, (parce que vous avez sommeil, décontracté, anxieux, etc.) qu'est ce que vous pouvez faire ?*

## Leçon Dix Sept Communication : Vous et JE

### Activité 1 :

1. Divisez les enfants en groupes de trois. Demandez à un des groupes d'être observateur. Le groupe prépare un jeu de rôle de 5 minutes sur une dispute comme la suivante :
  - Le père est en colère contre son fils / sa fille par ce qu'il/elle ne fait jamais ses devoirs de maison et est souvent avec ses amis
  - Un garçon n'est mécontent contre son ami qui ne le classe pas dans son équipe de football
  - Un élève est mécontent parce qu'il sait à peine lire et ses camarades se moquent de lui
2. Demandez à tous les observateurs de venir dans un groupe. Demandez à la moitié de compter le nombre de fois que le mot VOUS est utilisé dans chaque jeu de rôle et l'autre moitié de compter combien de fois le mot JE est utilisé
3. Les groupes font leur jeu de rôle. A la fin de chacune, demandez aux observateurs de dire combien de fois le mot VOUS ou JE est utilisé dans chaque pièce
4. Expliquez aux gens que la déclaration VOUS est une déclaration de jugement qui est souvent plein de blâme. Ils ne prennent pas en considération le point de vue de l'autre partie ce qui fait que cela cause des conflits. La déclaration JE essaie souvent de clarifier un point de vue sur une situation plutôt que de blâmer l'autre personne. La déclaration JE aide à essayer de trouver une solution.
5. Expliquer les étapes dans la déclaration JE

#### a. L'action :

Quand.....

Fait une déclaration spécifique et qui ne porte pas sur un jugement, par exemple, « quand vous venez tard à la maison la nuit... »

PAS

« Quand vous décidez finalement de rentrer à la maison »

#### b. La réponse :

J'ai le sentiment que ...

Vos sentiments sont un fait et ne peuvent pas faire l'objet de débat. Par exemple, ... je me sens mal et heurté... »

PAS « Je pense que vous vous en foutez pas mal ». « Je pense » peut causer des conflits si une personne n'est pas d'accord avec vous.

#### c. La raison :

Parce que ...

Vous pouvez ajouter une explication mais assurez vous que c'est encore positif et pas une déclaration d'accusation, par exemple « ... parce que Je veux passer quelque temps avec vous dans l'après midi. »

PAS « parce que tu ne fais rien pour moi. »

#### d. La suggestion :

Ce que j'aimerais est ...

Fais une déclaration du changement que tu voudras, par exemple, « ce que je voudrais est de discuter cela avec vous ».

6. Rappelez aux enfants la déclaration « Je ». en binôme, demandez aux enfants de discuter une des situations de conflit et de réfléchir sur le moyen par lequel les gens pourront utiliser la déclaration « JE » pour éviter le conflit et résoudre la situation, par exemple :

Le père est en colère contre son fils/ sa fille parce qu'il/elle ne fait jamais son devoir à la maison et l'enfant est souvent dehors avec ses amis

La déclaration JE : quand vous ne faites pas vos devoirs, je suis mécontent, Je suis mécontent par ce que je veux tu travailles bien à l'école. Ce que je voudrai c'est de discuter pourquoi tu ne veux pas travailler à la maison ?

7. Discuter les résultats de l'exercice. . Attirez l'attention sur la déclaration JE qui peut être utilisé dans beaucoup de situations, au marché, dans le bus, etc. demandez aux enfants d'essayer d'utiliser la déclaration JE au moins une fois avant la prochaine session.

### **Discussion finale :**

Qui est ce que vous pensez de la formule déclarative JE ? Est ce que vous pouvez l'utiliser ? Avec qui vous pensez il serait utilisé avec plus de réussite ? (Adultes ? pairs ? amis ?) Pourquoi

### **Activité Suivi**

Rappelez-vous de cette formule et encouragez les enfants à l'utiliser pour résoudre des conflits.

## **Leçon Dix Huit Communication : le niveau d'assertivité**

### **Matériels :**

#### **Signes**

**P = La plupart du temps**

**D= Dés fois**

**Pj= Presque jamais**

### **Le poster du score**

**0 — 5            vous avez besoin de pratiquer dur**

**5 — 10        vous êtes bien, mais vous avez toujours besoin de pratiquer**

**11 — 15       vous êtes bien très bien, ne baissez pas les bras**

### **Papier et crayons pour chaque jeune**

### **Activité 1 :**

Mets les signes sur le mur avant de démarrer l'activité

1. Expliquez que l'assertivité est un moyen d'être plus fort pour vous même ; c'est le meilleur moyen de communiquer dans toutes les situations. Ce jeu va aider les enfants à trouver les moyens d'être plus assertif que comme le sont.
2. Donnez à chaque enfant une feuille de papier et un crayon
3. Il faut parcourir les instructions pour l'activité :

Je vais lire 15 déclarations. Au moment où je lis chaque déclaration, pensez d'abord à sur la fréquence avec laquelle vous faites ce que dit la déclaration. Il y'a trois chose sur le mur :

P = la plupart du temps

D = dés fois

Pj = presque jamais

Quand je lis une déclaration, aller au signe qui indique jusqu'à quelle fréquence cette déclaration est vraie pour vous. Prenez un crayon et une feuille avec vous, Pour chaque déclaration, notez sur le papier. Ecrit P pour la plupart du temps, D pour dés fois, PJ pour presque jamais.

4. Pratiquez cela une fois et après faites le quiz

### Quiz : Jusqu'à quel niveau je suis assertif

1. Si je suis en désaccord avec un ami, je le dis, même si il/elle ne l'aimera pas
2. Je demande de l'aide quand je suis heurté ou confus
3. Je fais ce que je pense être juste, même si c'est vrai, même si cela me rend impopulaire
4. Je laisse les gens connaître s'ils me font mal
5. Si un ami emprunte de l'argent et remboursent avec retard. Il le lui rappeler
6. Je dis non quand mes camarades de classe veulent copier mon travail ou réponses en test
7. Si un ami parle ou fait du bruit durant les classes, je lui demande de garder le silence
8. Si vous avez un ami qui vient toujours en retard, je lui dis ce que je pense de cela
9. Je demande à mes amis une faveur si j'en ai besoin
10. Quand quelqu'un me demande de faire quelque chose qui va à l'encontre de ses valeurs, je refuse
11. J'exprime mes opinions sur des choses importantes, même si d'autres ne sont pas d'accord
12. Je ne fais pas des choses dangereuses avec mes amis
13. Quand je ne comprends pas ce que quelqu'un est entrain de dire, je pose des questions
14. Quand c'est clair qu'un point mérite un éclaircissement et que personne ne le dit, je le fais
15. Quand personne heurte mes sensibilités, je leur dit comment je me sens

5. Répétez ce processus pour toutes les 15 déclarations
6. Demandez aux enfants d'ajouter le nombre de P sur leurs papiers
7. Montrez les scores d'assertivité que vous avez faites. Allez au-delà du nombre sur le score et expliquez ce que cela signifie. Insistez sur les points suivants :
  - Beaucoup de gens réalisent à peine des scores faibles sur cette évaluation
  - Les gens avec des scores élevés plus élevés que ceux devant être heureux d'avoir appris comment apprendre à parler fort pour dire ce qu'ils veulent dire et dire « non » à des choses qu'ils ne veulent pas.
  - Les garçons et les hommes ont souvent des scores plus élevés que les filles et les femmes sur les évaluations d'assertivité telles que celle-ci
  - Les gens sont plus disposés à traiter les autres avec respect quand ils se traitent eux-mêmes avec respect
  - Les gens avec un score en dessous de six peuvent facilement améliorer leurs scores en pratiquant les comportements d'assertivité
8. Dites que beaucoup d'entre nous voudraient se comporter de manière assertive ; nous allons pratiquer d'être assertive durant les deux prochaines activités ;

### Discussion finale

— Qu'est-ce qui rend difficile d'être assertif ? (L'autre personne est plus puissante ou plus forte par exemple, un adulte ou parent. La personne est quelqu'un qui veut faire plaisir, comme un ami). Est-ce que vous pouvez penser à une situation dans laquelle vous voudriez être plus assertif ?

— Est-ce que vous connaissez quelqu'un dans la vie qui est particulièrement bien à être assertif et qui défend ses droits ? Est-ce qu'il le fait à la radio et à la télé ? Décrivez cette personne et son comportement assertif.

Est-ce que vous pouvez décrire une situation dans laquelle vous êtes assertifs ? Qu'est-ce qui se passe ?

— Est ce que vous pouvez suggérer comment être assertif sans être agressif ? (par exemple : être calme mais ferme ne demande pas d'être menaçant, être ferme à propos de vous même en utilisant un ton normal et garder votre langage de corps relaxe, utilisez JE dans es déclaration)  
 Est ce que avez un ami qui a besoin d'apprendre à être assertif ? Expliquez comment vous pouvez aider

## Leçon Dix Neuf Communication : négociation

Matériels :

Un dessin qui montre des symboles pour les six étapes de la négociation



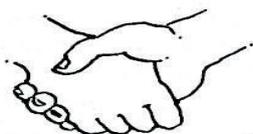
**1.**  
Say what you feel using I statements.



**4.**  
Together, think of as many ideas as possible that may bring a solution to the problem.



**2.**  
Listen to what the other person has to say to find out what the other person needs or wants.



**5.**  
Agree on a solution.



**3.**  
Tell the person what you think the other person wants so you are sure you understand it.



**6.**  
Try it. If it doesn't work, start again!

Activité 1 :

1. Expliquez que la négociation implique se mettre à la place de l'autre personne et comprendre leur point de vue. C'est bon pour plusieurs raisons :
  - Cela veut dire que vous appréciez et respectez les points de vue des autres personnes ; cela réduit le risque que vous disiez quelque chose qui cause un conflit et heurte ;
  - Si vous reconnaissez le point de vue de l'autre personne, ils vont être dans de meilleures dispositions pour reconnaître le tien
  - Bonne négociation devrait résulter pour les deux parties de gagner quelque chose
2. Expliquez qu'il y'a six étapes dans une négociation
  - Dire ce que vous pensez en utilisant la déclaration JE
  - Ecouter ce que les autres personnes ont à dire pour trouver ce dont ils ont besoin ou qu'ils veulent ou

- Dire à l'autre personne ce que vous avez compris, si bien que vous êtes sur de l'avoir compris
  - Ensemble, réfléchi sur plusieurs idées qui peuvent apporter une solution au problème
  - S'accorder sur une situation
  - L'essayer, si cela ne marche pas l'essayer une nouvelle fois
- Rappelez vous que dès fois vous avez vous devez faire des concessions
3. Divisez les enfants en binômes et leur demandez de pratiquer la négociation en utilisant une des situations suivantes (à adapter à une situation locale)
    - votre camarade lit son livre à haute voix alors que tu veux apprendre tes leçons
    - votre maître d'école prête une attention particulière à certains élèves qui savent lire et ignore ceux qui ne sont pas excellent dans le domaine

Etc.

4. Après que les binômes aient pratiqué ils font un jeu de rôle. Encourage le groupe à faire des recommandations. Encourage les enfants à être réaliste, souvent les personnes qui ont le pouvoir n'acceptent pas les idées des autres même si elles sont bonnes.

### Discussion finale

- Jusqu'à quel niveau la négociation était facile ? Comment est-ce que les négociations change quand vous êtes une personne autoritaire ? Ou bien avec un groupe de personnes ?
- Est-ce que les négociations marchent toujours ? Si non, qu'est-ce qu'on peut faire d'autre ?

## Leçon Vingt Communication : dire non

Activité 1:

1. Expliquez qu'une manière pour négocier est de faire des déclarations très claires quand vous ne voulez pas quelque chose. Demandez aux enfants ce qu'ils diraient si quelqu'un dans le marché dit : « vient avec moi, j'ai quelque chose de spécial pour toi »
2. Divisez les enfants en groupe de filles et garçons. Demandez leur de discuter des principales pressions auxquelles ils font face dans leurs vies (on les force à travailler, etc.). vous avez ici quelques exemples :
  - Quand quelqu'un veut que vous veniez avec lui
  - Quand quelqu'un essaie de te demander de faire de mauvaises choses
  - Si un homme essaie de te donner un cadeau
3. Expliquez que vous devez vous exercer à dire NON à ces pressions. Par exemple, dans le cas des filles, elles peuvent pratiquer à dire NON à un homme qui leur adresse la parole sans égard. La fille se tourne et rapidement lui crie NON très fortement avant de s'en aller rapidement. Vous avez ici quelques exemples pour les filles :
  - Un ami essaie de vous amener à refuser les nombreux exercices de mathématiques donnés pour améliorer votre niveau
  - Un camarade essaie de vous convaincre que même sans un bon niveau en lecture vous pouvez réussir dans la vie

Pour les garçons

- Un garçon essaie de vous amener à fumer de la cigarette
- Un groupe de garçon pense que c'est drôle de se moquer des filles et ils veulent que tu les rejoignes

4. Continuez à pratiquer jusqu'à ce que vous soyez sûr que chacun ait vaincu la peur et la gêne. Assurez-vous que tout le monde a dit, 'NON de manière ferme, à haute voix et clairement. Il avait été demandé à un groupe d'enfant de donner les situations les plus difficiles pour qu'ils disent NON. Vous trouvez ici quelques exemples : *si mon ami triche à l'examen et ils me demandent de faire comme lui, quand vous ne voulez pas aller quelque part avec quelqu'un ; quand vos amis vous encouragent à faire quelque chose , exemple fumer, jouer alors qu'on a des exercices à faire.*

## Leçon Vingt Une Communication : se battre et se battre

### Matériels

Des bonbons pour les gagnants de la course et du concours de crie

Activité 1 :

1. Amenez les enfants dans un espace très ouvert et assez grand où ils peuvent courir sans déranger personne
2. Dites leur que vous allez leur apprendre deux méthodes pour être assertif. Cependant, vous voulez d'abord qu'il fasse une course entre eux. (trouve une petite course qu'ils peuvent faire, par exemple, courir jusqu'à un arbre très proche ou un mur et revenir.)
3. Après la course, expliquez qu'il y'a des situations où l'assertivité et la dispute ne marche pas. Il y' a des situations habituelles où vous êtes menacé avec violence. Dans ces situations, s'échapper (fuir) est la meilleure option.
4. Annoncez que maintenant vous allez avoir un concours de crie. la personne qui crie le plus fort gagne.
5. Après le concours, vous expliquez qu'il y'a des situations, crier peut être la meilleure défense, particulièrement si beaucoup d'autre personnes sont à côté. Ces situations incluent les enfants qui sont suivis ou touchés par des personnes qu'ils connaissent pas ou n'aiment pas.
6. Donner le prix au meilleur coureur et au crieur le plus fort.
7. Demande aux enfants de faire un brainstorming de quelques situations et d'expliquer s'ils auraient fui ou crié, et pourquoi
8. Vous pouvez finir votre session avec quelques jeux

## Leçon Vingt Deux Droits et responsabilités

Matériels :

- Feuille de papier assez large pour faire le dessin de la taille d'un enfant
- Marqueur et crayons
- post it (optionnel)

Activité 1

1. Expliquez que cette activité explore les droits et responsabilités

Droits : ce que les enfants doivent avoir (nourriture, habitat, eau potable, santé, épanouissement, etc.)

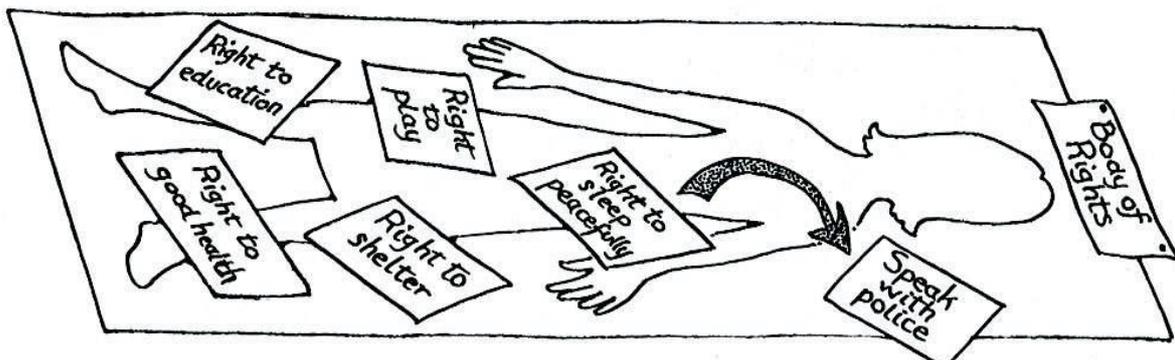
et responsabilité : ce que l'enfant doivent faire (respecter le droit des autres, s'entre aider les uns les autres, etc.)

2. Demander à un volontaire de se cocher sur une large feuille de papier sur le sol et de dessiner le contour du corps d'un enfant
3. Demandez à tous les enfants de s'asseoir aux alentours du corps dessiné. Expliquez que le dessin du corps va être les droits et responsabilité de l'enfant
4. Les enfants font un brainstorming de tous les droits qu'ils pensent un enfant devrait avoir. Le facilitateur va écrire tous ces droits dans le dessin en utilisant un marker d'une seule couleur.

5. Il est demandé après aux enfants de donner la liste des responsabilités qu'ils ont. Pour les aider, dites leur que chaque droit a une responsabilité correspondante, par exemple : Un droit de parler et une responsabilité d'écouter.
6. Parler aux enfants à propos de la Convention des Nations Unis sur les Droits de l'Enfant et les lois de votre pays.
7. Lire tous les droits que les enfants ont mentionnés dans le corps
8. Demandez à chaque enfant de voter pour les trois droits qui sont les plus importants pour lui. Les enfants peuvent faire trois points à côté des trois droits les plus importants en utilisant le crayon en différentes couleurs, ou si possible, donner à chaque enfant trois post it ;

Si les enfants ne sont pas alphabétisés vous pouvez créer des symboles pour les différents droits. Assurez vous que les enfants peuvent facilement identifier ce que les symboles représentent. Après les enfants disent à leur facilitateur pour quels droits ils veulent voter et le facilitateur montre où mettre leur marques ou post it.

9. Choisir les trois droits qui ont reçu le plus de vote et discuter comment ces droits peuvent se réaliser, par exemple : qu'est ce qui doit arriver pour que les enfants demandent leur droits à être protégé contre la violence ?
10. Dessinez une ligne fine venant de chacune de ses trois droits. Sur une carte en dehors du corps, écrivez les problèmes que vivent les enfants pour bénéficier de ces droits.



### Activité de Suivi

Encourage les enfants à travailler ensemble pour développer et implémenter un plan d'action pour améliorer leur droit

### Etude de cas

En inde, les enfants dans un projet ont formé un Club Droits de l'Enfant. Les enfants ont été interviewés par les média à propos de leurs droits au lancement du club. Voici quelques réponses...

- J'avais l'autorisation d'aller jouer parce que je suis une fille
- Ma mère n'a pas envoyé ma sœur à l'école mais elle m'a envoyé (un garçon)
- Un droit de vivre sa propre vie est important parce que c'est seulement après qu'on est ce

droit qu'on peut demander les autres droits (dans Convention des Nations Unies sur les Droits de l'Enfant). Par exemple, si une fille n'a pas le droit de vivre, qu'elle a à faire des autres droits ?

- Parce que je ne suis alphabétisé, un vendeur de légume m'a trompé
- La police m'a battu et m'a mis en centre de surveillent. Je voudrai vivre librement et avec sécurité. J'espère que la police ne va plus me battre dans la future

**DEGRE DEUX : Comment aller de l'avant ?**

**Leçon Vingt Trois Résolution de problème : identification des problèmes**

**Matériel**

- Une large feuille de papier avec la carte suivante :

Problème	Niveau de complexité	fréquence	Comment les enfants sont capables de résoudre ce	Importance au programme
----------	----------------------	-----------	--	-------------------------

			problème+ exemple	
Ne reçois pas assez de nourriture	+++++	+++++	++ (partager de la nourriture, aider à trouver ou acheter de la nourriture, montrer quelle nourriture sont les meilleurs)	12
Etre battu par un autre enfant	+++++	++	+++ (comment se défendre soi même, se faire aider par ses amis)	10

- Markers ou crayons.
- Vous pouvez aussi dessiner ce tableau sur le sol avec de la craie ou du sable. Utilisez des cailloux, graines, ou autres objets pour faire la notation ; (dans un programme les facilitateurs ont construit la carte avec les enfants)
- Large feuille de papier pour chaque groupe
- Cailloux si vous les utilisez

### Activité 1

1. Expliquez que les enfants vont réfléchir sur un problème de leur vie, et trouver les voies pour les résoudre ou s'accommoder avec le problème.
2. Expliquez la grille aux enfants. Cinq points est le score le plus élevé et un point est le score le plus faible
3. Dans le groupe, demandez aux enfants de réfléchir sur cinq ou six problèmes auxquels ils font face. Ils peuvent les écrire, dessiner des symboles pour eux ou demander aux facilitateurs de les écrire dans la colonne à gauche sous le titre « problème ». Si possible, les enfants réfléchissent sur leurs propres problèmes, s'ils trouvent cela très difficile, vous pouvez utiliser des images sur une carte pour donner un exemple mais essaie de ne pas diriger les idées des enfants. ; Il est très utile de savoir ce que les enfants pensent comme étant leurs problèmes les plus importants.
4. En utilisant un marqueur ou un crayon (ou craie ou cailloux), les enfants discutent chaque problème (sa fréquence, son niveau de complexité et ce qu'ils pensent les autres enfants pourront faire pour résoudre le problème). Ils leur donnent une note qui peut aller jusqu'à cinq. Quand la grille est complétée, les enfants ou le facilitateur ajoute les scores pour chaque problème et identifie les problèmes au top ;
5. Chaque groupe montre son tableau et explique les scores. Le groupe en entier discute chaque tableau.
6. Si vous avez du temps, faites une grille pour tout le groupe, en combinant tous les cinq problèmes identifiés comme étant au top par les petits groupes.
7. Discussion finale. Quel était le problème au Top que vous avez choisi ? pourquoi ? est ce qu'il y'avait désaccord ? comment avez vous réglé ces problèmes ? Comment pouvons nous utiliser ces tableaux pour planifier les sessions de life skill futures ;

### Activité de Suivi

La grille à problème est aussi utilisée pour réfléchir plus profondément sur un problème  
Ici vous avez un exemple de grille faite par des enfants de la rue en inde

problème	Niveau de complexité	fréquence	Comment les enfants sont capables de résoudre ce problème+ exemple	Importance
Harcèlement et abus venant de la police			++ (fuir de la police)	8
Etre incapable d'aller à l'école			+++ (nous n'avons pas faire plus — les adultes font faire quelque chose)	10
Pas de bonne nourriture			++ (nous pouvons faire notre propre nourriture ou l'avoir de l'hôtel)	11
Lutter contre soi même			+++ (nous pouvons essayer d'arrêter nos <b>lutter</b> )	8
Pression des pairs			++++ (nous pouvons arrêter de fumer et amener nos amis à comprendre)	12
Harcèlement des filles			++++ (les filles devraient se mettre ensemble pour dire aux garçons ce qu'elles pensent)	14

### Le jeu de « Mais pourquoi,,, »

Autres voies et moyens de regarder les problèmes ou causes est d'utiliser la phrase « mais pourquoi », par exemple :

Les gens me crient dans la rue

.... Mais pourquoi ?

Parce qu'ils pensent que je vais les cambrioler

....Mais pourquoi ?

Parce que ils peuvent voir que je suis pauvre

....Mais pourquoi ?

Parce que je n'ai pas de bons habits propres

.....Mais pourquoi ?

Parce que je ne dépense pas de l'argent pour des habits ?

.....Mais pourquoi ?

Parce que j'ai dépensé mon l'argent pour la nourriture et les loisirs

.....Mais pourquoi

Pour rester en vie et avoir moins faim

Ce jeu peut aider les enfants à diviser un problème en de petites causes. Certaines des causes peuvent être plus facile à résoudre que de s'occupent d'une grande cause. Dans l'exemple ci dessus une première étape pourrait être d'essayer d'arrêter de fumer dans le but d'avoir plus d'argent pour la nourriture.

## Leçon Vingt Quatre Résolution de problèmes : quels sont les risques que nous prenons et pourquoi ?

### Matériels :

- Marqueurs ou crayons (rouge, jaune et vert)
- Une série de trois cartes (rouge, jaune, et vert) pour chaque binôme
- Un poster qui donne la liste des déclarations de risque

### Etapes :

1. Expliquer que tout le monde prend des risques comme partie intégrante de la vie ; par exemple :
  - Nous traversons la route (accident de trafic)
  - Nous marchons sur le sol (un serpent peut nous mordre)
  - La chose important est de réfléchir sur les risques d'abord et décider attentivement ; ce n'est pas toujours facile.
2. Lire une histoire courte dans laquelle le personnage dans l'histoire prend un risque. Par exemple : Louis est entrain de vendre des cigarettes sur la voie principale. Il est approché par un homme qui achète deux paquets et qui lui dit qu'il y' a un meilleur moyen de se faire de l'argent dans le rue. il demanda au garçon de le suivre dans son appartement où ils peuvent discuter plus. Louis le suit.
3. Dans le grand groupe
  - Est ce qu'il y'a quelqu'un dans ce groupe qui prend un risque ?
  - Pourquoi est ce que Louis décide de prendre le risque ?
  - A votre avis comment Louis s'est senti en ce moment ?
  - Qu'est ce qui pourrait se passer du fait de prendre ce risque ? est ce que ce sera quelque chose de bon ou de mauvais ?
  - Quels facteurs d'identification à amener Louis à prendre ce risque ?
  - (Louis a montré **un comportement** de prise de risque. Il manque de **compétences** pour réfléchir de manière critique sur les dangers de cette situation. L'environnement dans lequel ils vit et travaille, étant un vendeur ambulant avec peu d'argent l'encourage à prendre ce risque.)
  - qu'est ce que vous pensez des gens qui prennent des risques ?
  - qui prend le plus de risque ? les jeunes ou les personnes âgées ? pourquoi ?
  - est ce que vous prenez des risques ?
4. demande à chacun de réfléchir sur une a-occasion durant laquelle il a pris un risque. Peut être que c'était un petit risque ou peut être c'était un risque très important. En binôme, demande leur de répondre aux même questions ci-dessus
5. Demandez à quelques binômes de partager avec tout le groupe. Est ce que vous pouvez faire des observations sur les comportements de prise de risques ?
6. Donnez à chaque binôme une série de trois cartes de couleurs
7. Lire à haute voix le « la déclaration de prise de risque » .A prés les relire à haute voix, et après chaque lecture demandez aux binôme de lever une des cartes : Rouge pour très risqué, jaune pour risqué, vert pour risque minime.

Conduire que vous êtes ivre	Aller au marché
Démarrer votre propre business	Se disputer avec son père
Trop de vitesse sur le vélo	Accepter des cadeaux de quelqu'un que vous ne connaissez pas
Traverser la rue	Faire de l'ambiance à son maître
Aller à la mer	Se marier avant 18 ans
Manger sans se laver les mains	Conduire un vélo la nuit
Monter sur un arbre	Avoir un enfant avant 18 ans
Prendre une drogue	Vivre seul
Dormir sans moustiquaire	Marcher dans un champ de maïs
Voler au marché	Marcher pied nu
Faire l'école buissonnière	Porter un couteau
Rentrer à la maison tard la nuit	Faire ce que vos amis font
Aller au discothèque	Aller à la prière
Accepter auto stop d'un étranger	Avoir une MST (maladie sexuellement transmissible)
Accepter auto stop de quelqu'un que vous ne connaissez pas	Embrasser ou faire l'accolade à quelqu'un
Fumer	Conduire un vélo sans porter de casque

8. Enregistrer les résultats en utilisant le marqueurs et crayons. Le facilitateur devrait être au courant de ce qui est acceptable au niveau local. Quelques uns de ces risques pourraient être considérées comme élevé dans certaines places mais pas dans d'autres. Le facilitateur doit aussi être préparée à donner une orientation si les opinions des enfants ne sont pas correctes ;
9. Divisez les enfants en groupes de quatre composés de garçons uniquement et filles uniquement. Demandez à chaque enfant de choisir trois moyens par lesquelles ils ont pris des risques (à partir de liste, de la vie réelle ou de les inventer).
10. Chaque enfant dit au groupe ses trois risques. Ils discutent pourquoi ils ont pris ces risques, par exemple :
  - *Parce que c'est plaisant / parce que je suis excité*
  - *Parce que je sens que je n'ai rien à perdre*
  - *Parce que je veux être un membre du groupe et eux tous le font*
  - *Parce que je me sens trop âgé*
  - *Parce que j'ai peur de ne pas*
  - *Parce que je veux faire de l'argent*
11. Dans le groupe discuter les risques et les raisons et les raisons. Si les groupes ont des raisons communes, décide quelles compétences sont nécessaires pour réduire ce comportement de prise de risque. (Utilisez les réponses pour choisir les activités de compétences futures)

#### **Discussions finales :**

Désignez les risques que les enfants dont les enfants n'ont pas pensé durant la session. Est ce que vous savez quand est ce que vous prenez des risques ? Qu'est ce que vous pouvez faire pour prendre des risques ?

## **Leçon Vingt Cinq Prise de décision : les trois Cs dans la prise de décision**

## Matériels

Un poster avec les trois Cs (voir activité 27)

Les trois C dans la prise de décision

1. **Challenge** (ou décision à laquelle vous faites face)
2. **Choix**

Choix 1

Choix 2

Choix 3

Ainsi de suite

3. **Conséquences** (pour chaque choix positif ou négatif)

Un poster avec les points casse-tête



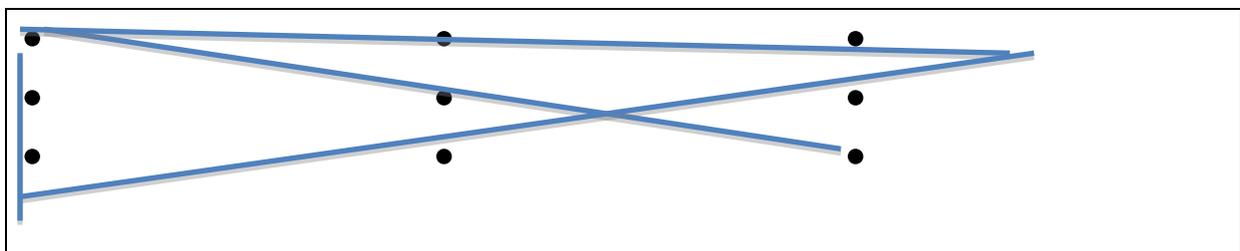
Une feuille blanche pour dessiner

Markers ou crayons

Bic et feuille blanche pour les enfants

### Activité 1 :

1. Donner à chaque enfant une feuille de papier blanche
2. Dessiner les neuf points sur la large feuille de papier et demander aux enfants de copier les modèles. Il faut leur dire qu'ils doivent joindre tous les points en utilisant seulement quatre lignes droites
3. Après cinq minutes à peu près, donner leur la réponse



4. Demandez ce que nous pouvons apprendre de ce casse tête (pour résoudre un problème vous devez aller au-delà des réponses les plus évidentes)
5. Parlez de comment prendre des décisions :
  - De manière soudaine
  - En retardant la décision jusqu'à ce que quelqu'un d'autre prenne la décision pour vous

- Ne pas décider du tout
  - Laissez les autres prendre la décision
  - Chercher les choix et après décidez
6. Expliquez que cette session va se focaliser sur la recherche de choix et après de décision. Décidez la forme d'un enfant sur une large feuille. Demandez quels types de décisions cet enfant peut avoir à prendre. Par exemple, est ce que je peux rejoindre un club après les classes;;;
7. Montrez le premier mot C, challenge, et expliquez que cela est le premier 'C'
8. Montrez le mot choix sur la feuille et dire que c'est le second 'C'. Demandez au enfants de réfléchir sur les différents choix qu'un enfant qui prend une décision a. Dans l'exemple

Choix 1 : *parler à d'autres enfants qui vont à ce club pour en savoir plus*

Choix : *trouver un autre club*

Choix 3 : *ne pas rejoindre un club*

(Il doit y'avoir au moins trois choix)

9. Montrez le mot Conséquence et expliquer que ce mot est le troisième C. Demandez aux enfants de réfléchir sur les conséquences positives et négatives de chaque choix.

**Choix 1 : parler à d'autres enfants qui vont au club**

Les enfants peuvent vous dire des informations utiles et vous encourager de les rejoindre

**MAIS**

Vous pouvez ne pas sentir la même chose sur la manière de faire du club

**Choix 2 : trouver un autre club**

Cela peut être le meilleur choix avec plus d'opportunités

**MAIS**

Vous ne l'avez pas encore essayé, vous ne savez pas si cela va vous aider. Vous pouvez être frustré

**Choix 3 : décider de na pas aller à un club**

Vous n'allez prendre aucun risque

**MAIS**

Vous n'aller profiter des opportunités pour rendre votre vie meilleure

10. Demandez à chacun de donner d'autres exemples de challenge sur la base de leurs propres expériences. Choisir un et pratiquer les C.
11. Demandez à chacun de marquer son accord ou de voter pour trouver le choix le plus populaire
12. Expliquez que dans la vie, vous avez à faire face à vos propres challenges et prendre vos propres décisions mais vous pouvez demander les idées des autres avant de prendre une décision.
13. Faites le résumé des trois étapes de C pour prendre une bonne décision

**Discussion finale**

Est ce qu'aucun a pris une décision qui n'a pas bien fonctionné ?

Est ce que les étapes des 3 C peuvent aider ? Comment ?

## Leçon Vingt Six : pratique de prendre des décisions

### Materiel

### Poster des Trois C

### Activité 1

1. En utilisant le poster, parcourir les trois Cs. Expliquez que ce n'est pas nécessaire d'utiliser le model pour prendre de petites décisions chaque jour mais cela peut aider pour ces décisions qui pourraient avoir un grand effet sur votre vie.
2. Dites aux enfants qu'ils vont pratiquer en utilisant les trois Cs
3. Divisez les enfants en groupes et donnez à chaque groupe 2 – 3 défis qu'ils pourraient rencontrer (en utilisant les unes qu'ils ont identifiés dans la première session et tous autres qu'ils pensent sont pertinents). Chaque groupe écrit ou dessine le model de prise de décision sur une large feuille de papier et discute les choix et conséquences de chaque défi. Vous pouvez avoir besoin d'aider les groupes à identifier les choix et conséquences.
4. Permettre aux groupes de continuer à travailler jusqu'à la prochaine partie et les rappeler d'être préparé à présenter leurs réponses. Encouragez les à chercher plus d'informations venant des autres sources par exemple en discutant avec les autres amis ou avec d'autres facilitateurs ou d'autres adultes, guides religieux, etc.

### **Quelques défis difficiles :**

- L'oncle de Marie dit qu'il n'y a pas d'argent pour payer la scolarité de Maria. Son père a toujours envoyé d'argent avant mais récemment il n'a rien envoyé. Sa mère lui dit qu'elle est convaincue qu'il va envoyer l'argent mais Marie n'y croie pas. Elle veut partir tôt le matin et aller en ville pour trouver son père. Elle connaît la zone où il vit mais elle n'a jamais été jusqu'à sa chambre.
  - Amie est dans un groupe de filles qui sont un peu moins âgées qu'elle. Elles veulent montrer comment elles travaillent bien en mathématiques. Elles ont toutes eu des notes supérieures à 15 en mathématiques. Elles disent maintenant à Amie qu'elle ne mérite d'appartenir à leur groupe. Elle n'a pas eu une note supérieure à 15 en mathématiques.
  - Jean appartient à un groupe de garçon qui vendent de la nourriture et de la boisson au bus qui s'arrête dans le village de la ville. Les enfants ont découvert qu'il est facile de voler de petites choses auprès des passagers quand le bus prend son départ (bijoux, sac à main, etc.). Ils les arrachent au moment où le bus accélère. Jean ne l'a jamais fait même si cela semble facile et que ses amis le cahute et l'appelle un lâche.
  - Mathieu à l'habitude de sortir quand il rentre de l'école tous les jours et il veut entrainer un de ses amis à le suivre. Ce que ce dernier refuse mais il le menace de lui régler son compte s'il refuse de le suivre.
  - Fatou a de mauvaise note en mathématique. Une de ses amies lui explique qu'il y a un élevé plus âgé qu'elle qui aide les enfants du quartier qui ont le même problème.
  - Auguste veut aller au lycée mais il doit passer ses examens et réussir, il se rend compte qu'il a échoué en manquant deux points. Une personne de son quartier lui explique que s'il lui donne un peu d'argent il pourra l'aider à réussir par ce qu'il connaît la personne qui fait.  
Vous pouvez prendre une pause ici
5. Donnez quelque minutes à chaque groupe pour finir leurs décisions (au cas ils consulte d'autres personnes)

6. Demandez aux groupes de reporter leurs décisions au grand groupe. Les autres enfants peuvent poser des questions et ajouter d'autres idées pour leurs choix et les conséquences
7. Après que toutes les décisions aient été discutées, fini avec les questions suivantes

### **Discussion finale**

Est-ce qu'il est difficile de prendre de bonnes décisions ? Qu'est-ce qui le rend difficile ? (par exemple les influences des émotions, pression des pairs, etc.). Qu'est-ce qui le rend facile ? (Connaître comment résister à la pression, être sûr de vos valeurs ou buts, recevoir de bon conseil venant de gens à qui vous avez confiance, etc.). Avez-vous pris une décision qui a affecté d'autre personne ? Qu'est-ce qui se passe ? Quelle est la chance pour qu'une de vos décisions aille mal se terminer ? Qu'est-ce que vous faites si cela se passe ?

## **Degré Trois : Notre future**

### **Leçon Vingt Sept: fixer des objectifs : dérouler l'arbre de la vie**

#### **Matériels**

- Une copie de l'arbre et une image de chaque enfant ou
- Un dessin de l'arbre et d'images sur un large poster

- Une petite feuille de papier (au moins un par enfant)
- Crayons et stylo
- Un large poster d'arbres sans images

### Activité 1

1. Si vous avez fait cette activité au niveau de partie 1, rappelez aux enfants la session et leur demander de quoi ils se rappellent.
2. Suivez les mêmes étapes que dans l'activité 2.
3. Montrez aux enfants l'arbre d'image et expliquez que l'arbre représente la vie et tous les images sur l'arbre sont les à différents niveaux de leurs vies ; ils font différentes choses pour différentes raisons.
4. **Discussion finale.** Quelle image avez vous choisie ? pourquoi, est ce que vous étiez content de choisir un image ? pourquoi/pourquoi ? est ce qu'il y'a eu d'autres images que vous pensez étaient comme vous ? si vous avez fait l'activité avant, ajoutez est ce que vous vous rappelez de l'image que vous avez choisi de faire la première fois que vous avez fait cette activité ? avez choisi le même image ou un autre aujourd'hui ? pourquoi ou pourquoi pas ?

## Leçon vingt huit *Fixer des Objectifs : fixer des objectifs à courts termes*

### Matériel

Une large feuille de papier, une feuille padex, ou un tableau

### Activité 1 :

1. Ecrivez le mot objectif ou dessinez un but en football
2. Expliquez aux enfants que vous êtes entrain d'utiliser le mot but pour décrire quelque chose que nous voulons réaliser dans la vie, par exemple :
  - Quelque chose que vous voulez faire
  - Quelque part où vous voulez aller
  - Quelque chose que vous voulez avoir

3. Demandez aux enfants de donner un but. Si c'est un but à court terme, dites leur d'aller à droite dans la salle. Si c'est à long terme, dite d'aller de l'autre dans la salle
4. Quand ils se sont tous réparti, demande si aucun ne peut trouver les raisons pour lesquelles certaines enfants sont à droites et les autres à gauche. S'ils ne peuvent le deviner, expliquez
5. Toujours dans les deux groupes, chaque enfant dit pourquoi ils pensent que leur objectif est à court terme ou à long terme
6. Ecrit leur objectif pour la session qui suit

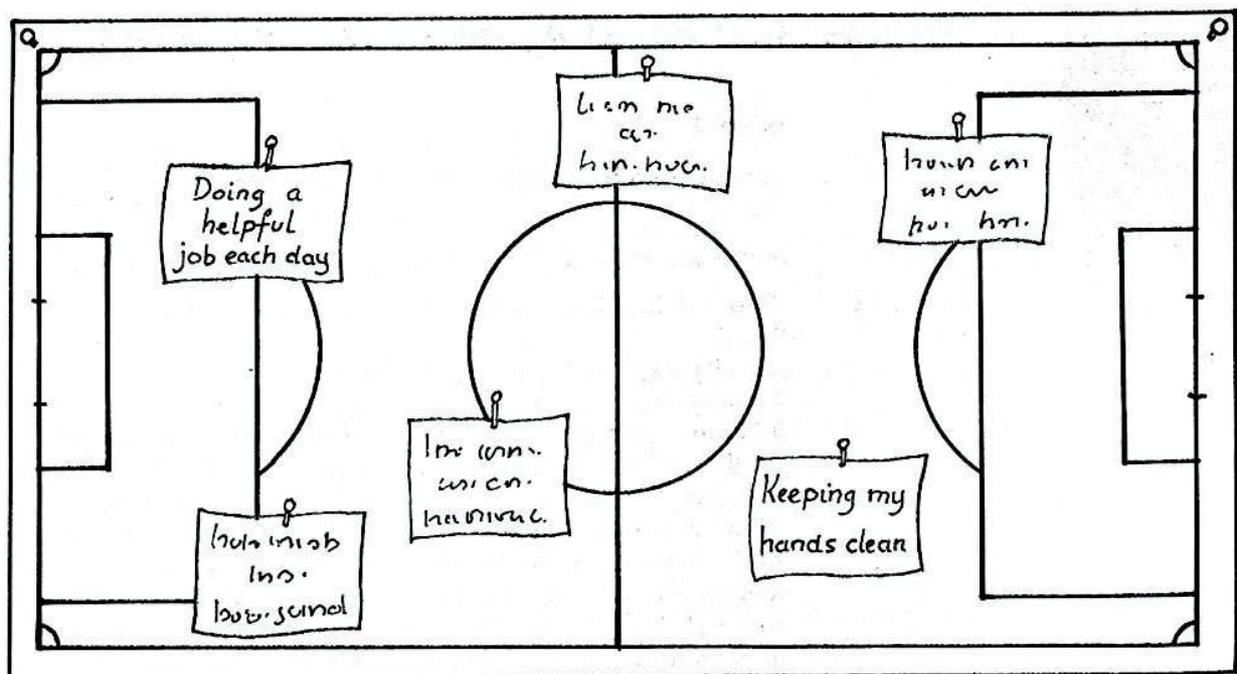
## Leçon Vingt Neuf Fixer des Objectifs : Atteindre le but

### Matériels

- Poster pour d'un terrain de football
- Ruban de papier pour tous les enfants

### Activité

1. Mettre le poster du terrain de football là où chacun peut le voir
2. Demandez aux enfants d'écrire ou dessiner un but à courts termes sur la carte (quelque chose à réaliser avant la prochaine rencontre). Sur la base de l'âge ou de l'étape pour le jeune enfant, cela peut être de petits ou moyens but (objectif). Par exemple
  - Garder mes mains propres
  - Dire quelque chose de bien sur mes amis
  - Contrôler ma colère cette semaine
  - Faire quelque chose d'utile dans le quartier une fois par jours
  - Arrêter de fumer pendant une semaine
3. Les enfants trouve après un ami et discute de leur objectif. S'ils veulent le faire, ile peuvent changer
4. Chaque enfant marque ou place leurs objectifs dans le terrain de football près du centre.



5. Expliquez que dans la prochaine rencontre ils vont montrer s'ils ont :

- Pas réalisé leur objectif
- Réalisé leur objectif en partie
- Entièrement réalisé leur objectif ou pas, ou jusqu'à quel niveau

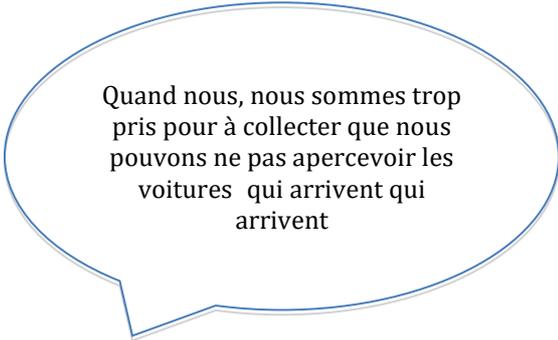
## Leçon Trente Un moi Plus fort : résister au pression utilisant

### Matériel

Des poupées si possibles

Etapes :

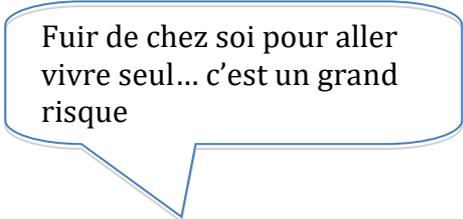
1. Expliquez que cette session de compétences personnelle traite des dangers de la prise de risque. Donnez un exemple du type de risque que les enfants dans le groupe peuvent prendre. Si vous avez déjà fait cette activité, vous pouvez utiliser quelques uns des risques que les enfants ont identifié. Certaine personne prenne du plaisir à prendre des risques et d'autres sont plus conscients.
2. Demandez aux enfants de donner des exemples des types de risques qu'ils prennent. Ici vous avez quelques exemples du groupe d'enfant en Inde qui ont fait cette activité :



Quand nous, nous sommes trop pris pour à collecter que nous pouvons ne pas apercevoir les voitures qui arrivent qui arrivent



Fumer



Fuir de chez soi pour aller vivre seul... c'est un grand risque

3. Demandez aux enfants de réfléchir sur quand est ce qu'ils pourraient prendre des risques, comme traverser la rue à vitesse :
  - Est ce que c'est à certain moment où ils sont très pressés
  - Est ce que c'est à des moments où ils pensaient à autre chose
  - Est ce que c'est pour obliger les automobilistes à les laisser passer
4. Demandez aux enfants de discuter en binômes ou en groupe
  - Quel risque je prends quelque fois,,,
  - Est ce que je veux prendre ce risque,,,
  - Qu'est ce qui va se passer si je dis NON pour prendre ce risque,,,
  - Qu'est ce que je peux faire ai lieu de prendre ce risque,,,
5. Expliquez qu'en disant non à prendre un comportement risqué, ils deviennent plus forts
6. En binôme, les enfants de se dire les uns les autres :
  - Je suis plus fort parce que

- Et à cause de cela, je ne veux pas
  - Au contraire, je veux
7. Encouragez les enfants à dire ses phrases hautes et fortes

### **Vous pouvez prendre une pause à ce niveau**

Demandez aux enfants de se coucher par terre et de fermer les yeux, et de visualiser (imaginer) les images suivantes :

Image de soi prenant un risque

Imaginant de cette photo de toi allant plus loin sur jusqu' 'à ce que cela soit un petit point

Image qu'à partir de ce petit point une lumière brillante jaillisse un nouveau toi revenant vers vous même.

Par exemple : Sophie s'est imaginé avoir oublié sa leçon et ayant peur dans la classe d'être interrogé par le maître. Cette image disparaît dans un point dans la distance et au retour elle voit son image se sentant en forme et forte, avec son sac et avec toutes la classe qui l'admire

Expliquer que cette technique est appelée technique SWISH ( flash) parce que quand vous pratiquer cela vous pouvez faire plus vite et imaginer un bruit de flah. A chaque fois que vous vous préparez à prendre un risque, fiat le modèle SWISH et cela va vous aider à être plus fort.

### **Discussion finale**

J'avais l'habitude de ne pas lire les livres mais la bonne nouvelle est que je lis bien et voudrai être un avocat

Je voulais être un enfant exemplaire, vivre dans un milieu sein où les enfants travaillent bien à l'école

J'ai pris la décision de travailler les mathématiques

Le meilleur était celui où on , nous avons vu de très bonne chose sur nous même dormais

Nous avons appris à faire ce que nous pensons être le mieux pour nous

### **Leçon Trente Une Un moi plus fort : se préparez à l'imprévu**

#### **Matériel :**

Une carte en papier cartonné pour chaque enfant avec les changements suivants avec les déclarations suivantes écrites. Les adapter pour correspondre aux besoins du groupe

#### **Changer le futur**

- Vous étiez choisir pour aller au collège
- Un ami ou parent que vous aimez, meurt

- Vous décidez de quitter l'école ou chercher du travail
- Vous avez eu un accident et vous avez perdu une jambe
- Vous avez gagné une bourse pour aller à l'étranger
- Vous avez mis en place votre propre business
- Vous venir de décrire que pour vous rattraper en mathématiques, vous devez apprendre dix leçons
- Vous êtes informé que pour vous rattraper en lecture, vous devez lire cinq pages tous les jours

### Activité :

1. Reprenez
2. Demandez à chaque enfant de choisir les trois buts les plus importants qu'il veut réaliser avant d'avoir 15 ans. Dites leur que chacun doit être préparé aux imprévus par ce que d'habitude la vie ne suit pas non planning !
3. Demandez à chaque enfant de venir devant et choisir un changement dans la carte du futur. (si des enfants ne savent pas lire, vous pouvez faire le tour des groupes et lire la carte pour chaque enfant)
4. En binôme, les enfants discutent comment de tel changement pourraient affecter les buts qu'ils ont eu et comment ils pourraient réduire les mauvais effets. (Soyez clair et leur dire que ces situations sont imaginaires)
5. Demandez aux volontaires de présenter au groupe pour des discussions plus poussées
6. Discussions finales. Comment est ce que vous vous sentez à propos des changements ? s'ils étaient pas satisfait dites leur que c'est normale. La chose importante est que comment nous faisons face à ces situations et nos sentiments. Ce que nous faisons dans de telles situations ?
  - Est ce que nos buts à long terme sont réalisables ?
  - Qu'est ce que nous faisons pour réaliser ses buts ?
  - Qu'est ce qui menace nos plan ? est ce que nous pouvons contrôler cela ? (par exemple statuts économiques, décès d'un parent, etc.)

## Leçon Trente Une Gestion des émotion : pression émotionnelle

### Matériels

Deux séries de déclaration de pression comme celles ci dessous

- *Oh ne t'en fait tout le monde le fait*
- *Juste cette fois ci*
- *Tu ne me fais as confiance*
- *Toi aussi nous sommes des amis depuis trois mois maintenant*
- *Prends juste une flamme*
- *Tu n'es pas un homme jusqu'à ce que tu fumes*
- *Si tu ne veux rentre chez toi, il n'y'a pas de place pour des gens comme toi*
- *Comme se fait – il que tu m'accuses de considérer plus les amis du quartiers que de la classe*
- *Tu es trop petit pour comprendre ce que tu dis*
- *Quand je te dis de faire quelque chose il faut le faire*
- *A chaque fois que je te regarde, je suis désolé parce que tu ne sais pas ce que tu perds*

### Activité :

Divisez le groupe en deux équipes, A et B. au sein de l'équipe demandez aux enfants de former des binômes (si le nombre est impair, cette activité peut être faite dans des groupes)

Donnez à chaque binôme deux ou trois déclaration de pression et leur demander de créer un jeu de rôle dans laquelle une personne utilise au moins deux ou trois phrases et l'autre trouve les réponses pour résister aux pressions

Tous les binômes des deux équipes exécutent leurs jeu de rôle est le groupe discute quels jeux de rôle montraient le mieux la résistance aux émotions. Discutez pourquoi. Si c'est pertinent, donnez à chaque binôme des points et à la fin voire quelle équipe a gagné.

### Discussion finale

Comment est ce que les gens ont essayé de vous amener à faire des choses que vous n'aimez pas ? Qu'est ce que vous avez fait ? Est ce que c'était facile ? Est ce que vous aviez besoin de résister à la pression ? Est ce que certaines déclaration étaient plus facile à répondre,, lesquels ? Pourquoi ? Qu'est ce qui a rendu certain plus difficile ? Est ce que certaines déclaration vous ont mis en colère ou embarrassé ou rendu confus ? Lesquels ? Pourquoi ?

## Leçon Trente Deux Gestion des émotions : attaquer et éviter

### Matériels

- Une large feuille de papier
- Un marker ou crayon

### Etapas

1. Demandez aux enfants d'écouter la liste des actions que vous allez lire à haute voix
  - S'ils pensent qu'ils font quelque chose très souvent, ils vont lever les deux mains en l'air
  - S'ils pensent qu'ils font quelque chose dés fois, ils devront lever une main en l'air
  - S'ils pensent qu'ils n'ont jamais fait quelque chose, ils gardent les deux mains

Vous pouvez vous joindre à eux pour l'action

2. Lire à haute voix les actions dans la première colonne et après celles qui sont dans la deuxième colonne

( Il se peut qu'il y' est besoin d'adapter)

ATTAQUE	EVITE
Harcèlement	S'en aller
Tirer un fusil	Bouderie
Interrompre	<b>Chercher un bouc émissaire</b>
Exploser (très en colère)	Dire que vous avez été traité de manière injuste
Avertissement (si tu ne fais pas ça...)	Parler sur le dos de quelqu'un
Corriger (regarder les faits...)	Essayer d'oublier le problème
Persister	Se sentir malade ou prétendre d'être malade
Insulter	Ne voulant pas heurter quelqu'un
Hystérique	Se sentir en baisse de forme et déprimé
Montrer du doigt / pointer	Etre poli mais se sentir en colère

3. Expliquez que les actions dans la première colonne sont des comportements d'attaque alors que les actions dans la seconde pour la plus part des comportements pour éviter

Demande à chacun de réfléchir lequel ils font le plus souvent

4. Faites un brainstorming des deux mots attaque et évite signifie. Noter toutes les idées sur un tableau
5. Demandez au groupe de réfléchir sur une raison pour laquelle ils se comportent dans la manière d'attaquer ou d'éviter. Demandez de décrire leurs exemples.

Qu'est ce qu'ils ont dit

Comment est ce qu'ils l'ont dit

Qu'est ce qu'ils ont fait avec leurs corps

6. En binôme, demandez aux enfants de créer une réponse d'attaque et une réponse pour éviter une situation de conflit. Demandez leur de travailler sur cela une nouvelle fois en utilisant la déclaration « JE »

### Discussion finale

- Quels signes sont capables de vous aider à voir comment quelqu'un se comporte. Comment cela peut nous aider à répondre de manière juste ?
- Quels signes est ce que nous montrons qui nous montre que nous n'allons pas être assertive ? comment est ce que nous pouvons changer cela ?
- Comment est ce que cela peut changer notre position de corps quand nous disons les mêmes mots ?
- Quelle est la différence entre être polis et être faible ?

## Leçon Trente Trois Gestion des émotions : le stress

### Matériels

- Un dessin d'un volcan
- Des feuilles de papier carré
- Sac en papier

### Etapes :

1. Expliquez que beaucoup de chose peut créer des sensations qui peuvent développer et mener vers le stress et la colère. Expliquez es trois types de stress et demandez aux enfants de donner des exemples pour chacune

**Frustration**— ça arrive quand quelqu'un est bloqué, quand ils veulent faire ou demander quelque chose et qu'ils ne peuvent pas parce que ils sont bloqués par les autres ou par la situation globale

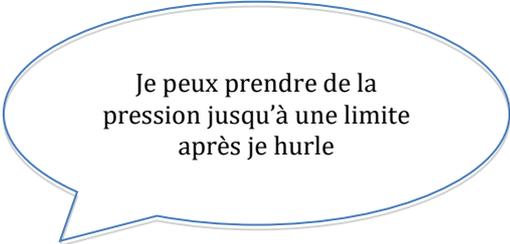
**Conflit** — ça arrive quand un choix difficile doit être fait

**Pression**— ça arrive quand quelqu'un sent être forcé de faire quelque chose qu'il/elle ne veut pas faire réellement, ou forcé de faire beaucoup plus

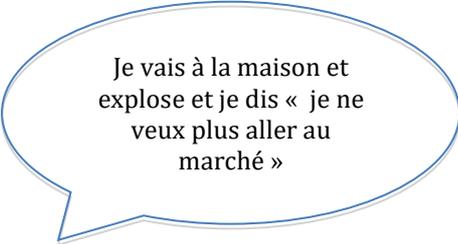
2. Montrez les photos du volcan ou bombe. Expliquez que certaine personne vont exploser comme un volcan si le niveau de stress accumulé est trop élevé
3. Demandez au groupe de donner des exemples de causes de stress. Ici il y'a quelque réponses venant d'enfant qui ont fait cette activité.
  - Quand les gens m'ennuient
  - Quand je travaille trop durement
  - Quand nous les filles avons à travailler plus que les garçons

- Les gens utilisent le mauvais langage contre moi
- La colère
- Un ami qui est malade
- La solitude
- Quand nous nous battons à la maison
- Bruit
- Odeur
- Problème de santé tels que maux de tête, mal de dent, blessure au sport, froid intense, chaleur intense
- De faire des choses qui nuisent à ma santé
- Faire des choses dangereuses pour ma sécurité
- 4. Demandez aux enfants ce qui se passe quand les gens explosent (sont en colère)
  - Ils se défoulent sur les autres
  - Ils peuvent s'en prendre à eux même
  - Ils peuvent s'en aller
- 5. Diviser les enfants en deux groupes de trois et leur demander de discuter ou dessiner les causes du stress dans leurs vies. Demandez leur de décider le point auquel une personne peut exploser si toutes ces causes sont rassemblées. Donner à chaque groupe un sac en papier
- 6. Chaque groupe dit à tout le groupe les causes du stress qu'ils ont discuté, et ils gonflent et éclatent le sac en papier au point où ils pensent que quelqu'un pourrait exploser du fait de tout le stress

Vous pouvez aussi utiliser le mouvement physique comme feedback. Dans leur présentation, le groupe peut prendre un pas vers chaque fois qu'ils mentionnent un stress et ensuite crier fortement pour l'explosion !



Je peux prendre de la pression jusqu'à une limite après je hurle



Je vais à la maison et explose et je dis « je ne veux plus aller au marché »



Quelque fois nous explosons quand le problème ou le stress est trop

### Discussion finale

Quels sont les principales sources de stress (les pairs, familles, école, média, police, autres à signaler,,,) )

Quels sont les signes qui sont là qui développent le stress,,,

- Baisse de température
- Petite devient frustrant
- Pensée tournant dans la tête
- Avoir le sentiment d'avoir quelque chose dans le ventre

Comment le stress peut être réduit,,,

- Respirer profondément
- Aller loin de la cause du stress
- Aller pour une marche/ courir/ jouer au sport
- Ecouter de la musique

Comment pouvez-vous expliquer si quelqu'un a le stress

- Changement de comportement
- Fait l'école buissonnière
- Conflit avec une personne respecté
- Fumer ou boire
- Drogue
- Refuser d'accepter qu'on est stressé etc.

**Qu'est ce que nous pouvons faire si un ami a atteint ce niveau ?**

## **Leçon Trente Quatre Gestion des Emotions : briser le cercle du mal**

### **Activités**

1. Rappelez aux enfants que le comportement est différent de l'identité
2. Demandez aux enfants de se tenir debout et imaginez une occasion quand leur comportement heurtent quelqu'un d'autre ou qu'ils ont été heurté/ mécontent/ malheureux. Fermez les yeux et faites vous une photo. Vous regardez l'autre/les autres personne (s) dans la/les même (s) situation (s). Qu'est ce que vous avez senti ? qu'est ce que vous avez vu ? qu'est ce que vous entendez ? qu'est ce que vous vous dites ?
3. Après 5 minutes à peu près, leur demandez maintenant d'ouvrir leurs yeux, se mettre d'un côté et regarder les photos de votre corps.
4. Après demandez aux enfants de fermer les yeux une nouvelle fois et d'imaginer qu'ils sont l'autre personne. Quand vous serez prêt, marchez sur la chaussure de l'autre personne en vous regardant vous mêmes. Qu'est ce que vous entendez ? qu'est ce que vous sentez, et qu'est ce que vous vous dites ? donnez vous du temps vous mêmes pour faire l'expérience d'être cette personne.
5. Après 5 minutes à peu près, demandez aux enfants d'ouvrir les yeux, mettez vous à un côté et remuer cette photo hors de votre corps.
6. Maintenant, imaginez que vous êtes au cinéma. Imaginez que vous êtes dans la salle en train de regarder un film sur l'écran. Comme vous le voyez la première personnalité marche sur l'écran, vous vous réalisez que cette personnalité est vous ? continue de vous regardez vous même dans le film. Maintenant est ce que vous vous voyez-vous même ? si vous vous voyez entrain de sentir des émotions au moment où tu regardes, imaginez que l'écran est loin devant jusqu'à ce que tu puisses regarder seulement. Maintenant l'autre personne vient sur la scène du film. De cette position dans l'audience, quelle conseil voudriez vous vous donner ?
7. Maintenant vous rejoignez le film comme vous même. Suit les conseils que vous vous êtes juste donné. qu'est ce que vous voyez maintenant ? qu'est ce que vous entendez maintenant, et qu'est ce que vous sentez maintenant. Maintenant mettez vous à la place de l'autre personne et regardez – vous. Prenez la position de l'autre personne, comment est ce qu'il se serait tenu, se seraient tenu et auraient expérimenté leur position. Qu'est ce qu'il voit, entendent ou sentent ?
8. Après 5 minutes ou presque, leur demandez d'ouvrir leurs yeux, mettez vous à côté et montrez cette photo de votre corps

### **Discussion finale**

En binôme sur quoi avez vous fait l'expérience dans les deux différents scénarios ? Est ce qu'il était plus facile de vous donner des conseil et voir la situation différemment quand vous avez sortir vos chaussures et vous êtes vu sur la scène,, comment est ce que vous pensez que cet expérience pourrait être différent pour l'autre personne du premier scénarios

### **Activité de Suivi**

Une personne explique les deux scénarios, ils jouent les deux scénarios pour le reste de la classe.

## **Leçon trente cinq : Préparation pour des relations humaines amicales : relations à long terme**

### **Points importants :**

Les 6 qualités discutées dans cette session sont les suivantes :

**Respect** : pour valoriser les gens, leurs idées et croyances (même si vous êtes différentes) et de bien les traiter et de les traiter de la manière dont tu voudrai être traité.

**Responsabilité** : être digne de cofinance. Les gens peuvent vous faire confiance pour mener bien vos responsabilités d'une bonne manière.

**Comprendre** : pour connaître et comprendre une autre personne, qu'est ce qu'il croit, sent, veut, etc. Pour être en mesure de vous mettre à leur place et imaginer que à quoi ressemble la vie pour eux. Ecouter est une partie importante de la compréhension.

**Effort** : toutes les relations traverses des périodes difficiles. Les gens doivent travailler sérieusement pour s'assurer que la relation réussit. Beaucoup de partenariat se cassent par ce que les gens n'ont pas se s'évertue pas à les préserver. Quand les choses ne marchent pas, ils veulent mettre fin à la relation et comme résultat, ils ne pourront jamais tirer profit d'une relation comme cela se devait

**Prendre soin** : se préoccuper des gens et ce qui est mieux pour eux. Vous pouvez monter de la compassion en aidant un membre de la famille qui est malade, en aidant dans l'éducation, etc.

**Partage** : il y' a plusieurs moyens de partager. Vous pouvez partager les choses comme la nourriture, mais vous pouvez aussi partager les idées et les valeurs. En restant ouvert et honnête à propos de vos idée et problèmes sur les choses qui vous concernent vous et votre partenaire ou amis est très important pour développer des relations durables. En fait, partager signifie se soutenir les uns les autres, même en période difficile. C'est pourquoi le proverbe dit « un vrai ami c'est lui dans la difficulté ».

### **Matériels**

Une large feuille de papier (avec les six qualités écrites en des mots ou avec des symboles à l'avance)

Markers ou crayon

Etudes de cas sur une petite feuille de papier

Deux copies des rôles pour Marie et René pour les jeux de rôle

### **Activité :**

1. Ecrire les 6 qualités. Dessinez des symboles si nécessaire

2. Le groupe en entier discute chacune de ces qualités. Utilisez les mots ou écrivez une définition de chaque sur le tableau.
3. Expliquez que dans une bonne relation, toutes les deux parties contribuent à toutes ces qualités. Expliquez que les relations ne sont pas parfaites. Elles prennent du temps et du travail pour se développer.
4. Divisez les enfants en cinq group et leur donner (ou leur dire) les cas suivants :

Janne et Samuel sont de grands amis. Hier ils se sont battus en jouant au football. Ils veulent à nouveau être des amis mais ils ne savent comment reprendre.

Sara et Aliou sont entrain de devenir de bons amis. Cependant, Aliou pense que cette relation devrait les aider à améliorer leurs connaissances en mathématiques, français et TIC.

Une fille doit s'installer dans une maison à Bignona venant d'une place où il y'a la guerre civile. Marie l'a bien accueillie mais la fille veut que Marie reste avec elle tout le temps parce qu'elle se sent nerveuses à chaque fois qu'elle reste seule. Marie elle veut du temps pour ses devoirs d'écoles et les rencontres avec ses amies.

Alexe vit avec son père et sa belle mère. Il est en colère que sa mère n'est plus dans la maison et il a des problèmes pour accepter sa belle mère, en particulier quand elle fait les choses autrement (cuisine, lavage des habits, etc.) comparé à sa mère. Cependant, il essaie de développer de meilleures relations avec sa belle mère.

Abdou est un enfant jovial qui peut tranquille. Cependant, il sent que son maitre lui lance tout le temps des pick et le punit pour des raisons qu'il ignore. Ce n'est pas de sa faute quelqu'un fait des blagues en classe et qu'ils se mettent à rire.

5. Chaque groupe discute ses cas et identifie deux choses que les caractères pourraient faire (de la liste des six qualités) qui va améliorer les relations. Ils vont développer ensuite développer à travers des sketch.
6. Les groupes présentent leur sketch à leur tour
7. Les discutez. Demandez aux enfants quelles sont les relations à long terme et les relations à cours termes. Quelles sont les différences ?
8. Demandez à chacun d'écrire sur une feuille de papier une relation dans leur propre vie qu'ils voudraient améliorer. Ils devront lister les différentes choses qu'ils peuvent faire pour l'améliorer .
9. Demandez leur de partager leurs relations avec leurs voisins et discuter d'avantage
10. Inviter les volontaires à partager leurs relations avec le reste du groupe

### **Discussion finale**

- Si vous avez à donner une qualité dans votre relation avec les parent ou adulte, laquelle de ces six seriez vous le plus tenté de donner ? pourquoi ? qu'en est-il d'avec un ami ?
- Lesquelles des six qualités vous n'aurez jamais abandonné ? pourquoi ?
- Comment est ce que nous pouvons développer ces six qualités dans une relation ?
- Comment est ce que vous sentirez devant un ami qui ne vous respect pas ou n'écoute pas vos idées et choix ? qu'est ce que vous pouvez faire

- Comment est ce que vous vous sentirez si un adulte qui est important pour vous ne vous comprend pas ? qu'est ce que vous pouvez faire pour cela ?
- Quand une relation va mal, il est facile de blâmer les autres de manquer les six qualités. Comment pouvez vous être sûr que vous n'êtes pas le problème vous mêmes ?

## Leçon Treente Six PROJET DE VIE :

### MATERIELS REQUIS

- Supports visuels pour enregistrer les idées (papier, padex ou tableau/blanc et craie/ markers)
- **Document:** Projet de Vie
- **Document:** Plan d'Action
- Un crayon ou un stylo pour chaque participant.

### TACHES A ACCOMPLIR AVANT LA LECON

- **Pour les informations à partager :** photocopier assez de copies du document de deux pages, « Projet de vie », de telle sorte que chaque participant puisse avoir une copie.
- **Pour les informations à partager :** Faire un support visuel du document, Projet de vie, sur un tableau papier ou un tableau blanc.
- **Pour Activité/ Exercice de Groupe:** photocopier assez de copies du document, « Plan d'Action », de telle sorte que chaque participant puisse avoir une copie.
- **Pour Activité/Exercice de Groupe :** Faire un support du document « Plan d'action », sur le tableau papier ou le tableau blanc.

### Activité 1 individuelle et Discussion

1. Inviter les participants à trouver une position confortable dans la salle, se détendre et fermer leurs yeux. Demander aux participants d'imaginer avoir 25 ans et se sentir satisfait de la vie. Utiliser les déclarations suivantes si elles sont culturellement appropriées pour aider à ordonner la pensée des participants concernant leur vie future à l'âge de 25 ans.

- Vous avez maintenant 25 ans.
  - Vous avez lutté par moments, mais maintenant semblez satisfait de ce que vous avez accompli.
  - A l'âge de 25 ans, Quel est votre relation avec vos parents ?
  - A l'âge de 25 ans, Quel genre d'emploi avez-vous ?
  - A l'âge de 25 ans, êtes vous célibataire, marié, en couple ou avez vous des enfants?
  - A l'âge de 25 ans, Quel est votre loisir ?
2. Inviter les participants à partager leurs futures prédictions avec le reste du groupe.
  3. Montrer les participants que la leçon du jour aborde les questions de « Qu'est ce que vous voulez réaliser à l'avenir ? » et « Qu'est ce qui doit être fait pour que vos rêves se réalisent ? »

## Activité 2

1. Distribuer et expliquer le document 'Projet de vie' composé de deux pages.
  - Les thèmes classés au début de chaque page sont abordés tout au long de la vie.
    - Ecole ou stage
    - Emploi
    - Amour
    - Transport
    - Distraction, Passe-temps
    - Vie spirituelle
    - Famille et amis
 (Une colonne vide où les participants peuvent ajouter leur propre sujet)
  - Des périodes de temps représentant quatre ans de vie sont classés sur le côté gauche de chaque page.
    - 6-9ans
    - 10-13ans
    - 14-17 ans
    - 18 -21ans
    - 22-25 ans
  - Les rangées de groupes d'âge représentant 5 – 6 ans, 6-11, et 11-15 sont plus larges que les deux autres puisque on se concentrera sur ces trois périodes de temps pour la leçon du jour.
    - \* la rangée du groupe d'âge 5-6 contiendra des informations sur votre passé récent.
    - \* la rangée du groupe d'âge 7-11 contiendra des informations sur le présent.
    - \* La rangée du groupe d'âge 12-15 contiendra des informations sur la prochaine étape de votre vie.
 Les participants sont priés de remplir les rangées pour les groupes d'âges 24-28 et 29-33 après avoir fait ce cours.
4. Exposer le document que vous avez préparé et démontrer comment le remplir. Utilisez vos expériences de la vie pour remplir quelque carrées du support.
 

**Note à l'intention de l'animateur:** Ne vous sentez pas obligé de remplir toutes les carrées dans les trois premières rangées. Les participants repéreront et choisiront les carrées qu'ils veulent compléter et vous devez faire la même chose.

**Note à l'intention de l'animateur :** Si tous les participants peuvent écrire alors modeler en utilisant des mots écrits. Si aucun des participants ne peut écrire, alors modéliser en utilisant de simples dessins. Si vous avez une combinaison d'écrivains et de non-écrivains inclure à la fois les mots et les illustrations. Quelques exemples suivent :

- **AMOUR**
- \* 2 petits/petites amis dans la case pour 14-17 ans

- \* 1 petit/petite ami dans la case pour 18-21 ans
- \* Marié dans la case pour 22-25 ans

- **TRANSPORT**

- \* Bicyclette dans la case pour 6-9 ans
- \* Bicyclette dans la case pour 10-13 ans
- \* Scooter dans la case pour 13-21 ans

- **ECOLE OU STAGE**

- \* Ecole primaire dans la case pour 10-13 ans
- \* Cours secondaire dans la case pour 14-17 ans
- \* Université dans la case pour 18-21 ans

- **DIVERTISSEMENT ET PASSE-TEMPS**

- \* Basket et football dans la case pour 10-13 ans
- \* Football dans la case pour 14-17 ans
- \* Football et danse dans la case pour 18-21 ans

2. Inviter les participants à remplir les cases utilisant des mots, des images ou symboles. Leur dire de remplir les cases qui les intéressent ou les préoccupent le plus. S'il y'a un sujet qui suscite de l'intérêt pour eux et qui n'est pas énuméré sur le document, encourager les participants à titrer la dernière colonne non titrée et compléter le document. Employer quelques unes des questions, déclarations et phrases suivantes pour stimuler la pensée des participants pendant qu'ils complètent cette activité. Sélectionner les questions et déclarations les plus appropriées pour votre culture et votre groupe.

- **ECOLE OU STAGE**

- \* Etiez-vous à l'école quand vous aviez 10-13 ans? Si oui, où? A quel niveau avez-vous arrêté/complété?
- \* Quels niveaux avez vous arrêté et /ou complété dans la période courant allant de 14 à 17 ans? Quels autres niveaux ou types d'écoles fréquenteriez – vous toujours dans cette période de temps?
- \* Quels genres d'éducation ou de formation pensez vous recevoir quand vous aurez entre 18-21? Pensez vous que vous assisterez à des cours du soir ou bénéficierez d'une formation supplémentaire pour votre travail? Voyez-vous aller à l'université? Si oui, indiquez-le dans la case.

- **TRAVAIL**

- \* Quels genres de travail aviez-vous quand vous étiez âgé entre 10-13 ans?
- \* Quels travaux avez vous effectué durant la période courant de 14 à 17 ans? Y compris les travaux à temps partiel.
- \* Quels travaux voyez vous faire à partir de maintenant jusqu'à l'âge de 21 ans?
- \* Quels genres de travail espérez-vous avoir quand vous aurez 18-21 ans? Pensez vous que vous aurez juste un emploi ou plusieurs?
- \* Indiquer tous les types d'emplois que vous pourriez avoir au moment de vos 23 ans.

- **AMOUR**

- \* Aviez-vous un petit ou une petite-amie à l'âge de 10-13 ans? Si oui, combien?
- \* Avez- vous quelqu'un de spécial actuellement? (14-17 ans)? Si oui, indiquer dans la case.
- \* Pensez vous que vous aurez d'autres aventures avant vos 19 ans? Si oui, combien et quels genres d'aventures?
- \* Pensez vous que vous vous marierez et vivrez avec quelqu'un? Quel sera votre âge quand vous vous marierez? Serez-vous fiancé pendant un temps long ou court avant votre mariage?

- **TRANSPORT**

- \* Comment vous vous déplaciez quand vous aviez entre 10-13 ans? Avez-vous marché les longues distances?
- \* Quels sont vos différents moyens de transport maintenant (14-17 ans)? Est-ce que votre moyen de transport a changé au fil des ans? E?
- \* Voyez- vous possédé une bicyclette, un scooter, un motorcycle, une voiture, un camion ou autre type

de véhicule quand vous aurez entre 18-21 ans ?

- **DIVERTISSEMENT ET PASSE-TEMPS**

- \* Comment vous vous amusiez quand vous aviez entre 10-13 ans?
- \* Quels sports ou passe-temps connaissez-vous entre (14-17 ans)? Y'a-t-il d'autres sports ou loisirs ou types de loisirs auxquels vous pourriez participer avant l'âge de 19 ans?
- \* Voyez-vous participé aux mêmes activités quand vous aurez 24 ans de la même manière que vous le faites maintenant ?

- **VIE SPIRITUELLE**

- \* Avez-vous pratiqué des enseignements spirituels quand vous aviez entre 10-13 ans ? Les avez-vous trouvés pleins de sens et /ou épanouissants ?
- \* Comment est votre vie spirituelle maintenant (14-17 ans)?
- \* Voyez-vous votre vie spirituelle changée quand vous aurez 23 ans? Si oui, comment sera-t-elle différente?

- **FAMILLE ET AMIS**

- \* Comment était votre famille quand vous aviez entre 10-13 ans ?
- \* Qui étaient vos amis et qu'est-ce que vous avez fait ensemble quand vous aviez entre 10-13 ans?
- \* Voyez-vous vos parents maintenant (14-17 ans)? Comment est votre relation avec eux ?
- \* Qui sont tes amis maintenant et qu'est-ce que vous faites ensemble? (14-17 ans)?
- \* Quand vous pensez aux cinq prochaines années, quel genre de relation voulez-vous avoir avec vos parents?
- \* Pensez-vous que vous aurez les mêmes amis quand vous aurez 23 ans? Quel genre d'amis pensez-vous avoir quand vous aurez 23 ans ?

Donnez 15 à 25 minutes aux participants pour remplir les cases qu'ils sélectionnent dans leurs documents.

### ACTIVITE 3

1. Dire aux participants que créer une image de leur vie dans cinq à dix ans est le premier pas pour que leurs souhaits deviennent réalité. Rappeler aux participants que le second pas dans le processus d'atteinte de leur objectif est de faire un plan pour accomplir chaque objectif.
2. Demander aux participants de réviser leur document, « Projet de vie », et de sélectionner trois cases à partir du groupe d'âge 18-21 qu'ils voudraient planifier d'accomplir.
3. Expliquer qu'un plan d'action est un outil utilisé pour préparer une personne à accomplir un objectif.
4. Distribuer le document, « Plan d'action ». Exposer le support préparé du document et démontrer son processus d'utilisation. Dans votre démonstration, utiliser des exemples à partir de votre vécu ou à partir des exemples ci-dessous. Au fur et à mesure que vous décrivez chaque étape du processus, il faut fournir un exemple.

#### Description de Processus

- Sélectionner une des trois cases à partir du groupe d'âge 18-21 qu'ils ont choisi à l'étape du chapitre #2 ci-dessus et remarquer le sujet de sa colonne. Ecrire le nom de ce thème ou dessiner un symbole représentant ce sujet sur la ligne de « sujet » sur le document « Plan d'Action ».
- Ensuite copier, le contenu de la case du sujet pour le groupe d'âge 14-17 dans la case « Situation Courante ».
- Après, copier le contenu de cette case du sujet pour le groupe d'âge 18-21 dans la case « Situation Désirée ».
- Finalement, avec un partenaire, ils décideront ce qu'ils feront pour augmenter leurs chances d'avoir la situation désirée devenir réalité. Insérer les mots, images ou symboles dans la case intitulée « Actions ».

à entreprendre ».

#### - **Exemples**

- **Sujet** : Famille et Amis

**Situation Actuelle**: Visiter les parents deux fois par ans ou dîner avec les parents une fois par deux semaines

**Situation Désirée**: Visiter les parents une fois par mois ou dîner avec les parents deux fois par semaine

**Actions à entreprendre** : Commencer à visiter les parents une fois tous les deux mois ; Economiser de l'argent pour le transport vers la maison parentale ou commencer à dîner avec les parents une fois par semaine, programmer des soirées spéciales pour être à la maison avec les parents

- **Sujet**: Transport

**Situation Actuelle** : Marcher ou prendre un bus

**Situation Désirée** : Acheter un scooter d'occasion

**Actions à entreprendre**: Epargner de l'argent quand j'obtiens un travail ; commencer à faire les courses pour scooters afin de savoir les bon prix

5. Demander aux participants s'ils ont besoin d'éclaircissement sur comment utiliser le « Plan d'Action ».

3. Faire trouver aux participants qui ont sélectionné un sujet similaire d'aborder leur plan d'action. Demander au partenaire le plus petit d'être le planificateur et le plus grand d'être son conseiller. Expliquer comment les couples travailleront ensemble.

- Le planificateur sélectionnera un sujet.

- Le planificateur remplira les deux cases extérieures, « Situation Actuelle » et « Situation Désirée », pour le sujet spécifié du sur le Plan d'Action.

- Le planificateur et le conseiller travailleront ensemble pour discuter de ce que le planificateur pourrait faire pour rendre la situation désirée réalisable.

- Le planificateur remplira la case des actions à entreprendre avec un mot, une phrase, un symbole, une image indiquant les actions qu'il ou qu'elle pense être les meilleures.

- Les partenaires changeront les rôles et répéteront le processus.

- Les partenaires continueront à échanger les rôles et à répéter le processus jusqu'à ce que chaque partenaire ait complété tous ces trois plans.

4. Demander si quelqu'un a besoin d'éclaircissement avant de permettre au premier planificateur de commencer à remplir son « Plan d'Action ».

5. Contrôler les binômes au fur et à mesure qu'ils complètent leurs « Plan d'Action ». Noter ces binômes qui font un excellent travail. Vous demanderez à un ou deux binômes de partager leurs plans avec le grand groupe.

6. Arrêter le processus de planification. Demander à un ou deux binômes que vous avez observés faire un excellent travail de partager un de leurs plans avec le grand groupe.

#### **Activité 4**

Dire aux participants pourquoi il est important de faire des plans pour le futur, il y'a d'habitude des événements imprévus qui affectent leurs plans. Apprendre à accepter ces événements et ajuster leurs plans en conséquence est une compétence importante à apprendre.

Expliquer qu'ils vont travailler avec un binôme des plans présentés durant la dernière étape dans l'« Activité Discussion des binômes ». Cependant, vous allez ajouter un événement imprévu à la situation.

Le groupe décidera alors quelles étapes le planificateur doit prendre pour s'adapter à ce nouvel événement.

Demander à l'un des participants qui a présenté son plan d'action plutôt au grand groupe de le partager encore. Sélectionner un événement imprévu approprié à partir de la liste suivante ou créer votre propre événement. Partager le avec le grand groupe.

- On vous a licencié de votre travail.
- Vos parents veulent que vous rentriez à la maison pour un an parce que l'un d'entre eux est malade.
- On vous a volé toutes vos économies.
- Tous vos amis actuels sont partis vers d'autres villes pour trouver du travail.
- Vous découvrez que votre femme, mari, petite amie ou petit ami vous trompait.
- N'importe quel moyen de transport que vous avez acheté est tombé en panne et ne peut être réparé. Le mécanicien vous dit que c'est invendable.
- Vous vous cassez la jambe et ne peut pas travailler ou bouger confortablement à travers la ville pour trois mois.

Demander au groupe de discuter comment ils gèreraient un événement imprévu et les modifications qu'ils suggéreraient au planificateur.

Demander au deuxième planificateur de partager son plan d'action. Ajouter un autre événement imprévu à la situation pour la discussion pour le grand groupe.

### APPLICATION INDIVIDUELLE

1. Demander aux participants de réfléchir et de partager leurs réponses concernant les questions suivantes avec le grand groupe.
  - Quels sont les avantages d'imaginer vos souhaits à l'avenir et de faire des plans pour le futur?  
Si vous avez dirigé l'Activité Facultative :
  - Quelles sont les raisons qui rendent difficiles de s'adapter aux événements imprévus qui se manifestent ? Qui serait le meilleur conseiller "à rechercher" quand on fait face à des événements imprévus ?
2. Dire aux participants que la vie peut être remplie de situations inattendues positives ou négatives. Avoir des objectifs et un plan pour les réussir les aidera à faire le mieux pour à la fois les situations positives et négatives inattendue sans s'égarer.
3. Noter qu'ils peuvent faire l'exercice concernant le projet de vie à des périodes diverses durant leurs vie parce que leurs attentes et situations changeront.

### PROJET DE VIE

AGE	ECOLE OU STAGE	TRAVAIL	AMOUR	TRANSPORT
10 – 13				
14 – 17				

18 – 21				
22 – 25				
26 - 30				

AGE	DIVERTISSEMENT PASSE-TEMPS	ET	VIE SPIRITUELLE	FAMILLE ET AMIS
10 – 13				
14 – 17				
18 – 21				
22 – 25				
26 - 30				

**PLAN D’ACTION**

Sujet : .....

Situation actuelle

Action à entreprendre

Situation désirée

Sujet : -----

Situation actuelle

Action à entreprendre

Situation désirée

Sujet : -----

Situation actuelle

Action à entreprendre

Situation désirée