

Chaînes de gentillesse

LA GENTILLESSE AU-DELÀ DE LA CLASSE™
BOOST DE BIENVEILLANCE • OPTION 1 • INCLUSION

Calendrier de la leçon

25-30 minutes

Matériaux

- ☐ Bande de papier pour chaque participant.
- ☐ Crayons, stylos, etc.
- ☐ Ruban adhésif ou bâton de colle pour construire des chaînes en papier
- ☐ Inclusivité affiche (facultatif)



Partager

Discutez du lien entre la GENTILLESSE et l'INCLUSION. Définir l'inclusivité : L'INCLUSIVITÉ, C'EST INCLURE LES AUTRES, LES INVITER ET LES ACCUEILLIR À BRAS OUVERTS. (Montrez l'affiche sur l'inclusion si vous le souhaitez.) En groupe, identifiez les comportements aimables qui nous aident à inclure les autres. Comment incluez-vous les nouvelles personnes lorsqu'elles nous rejoignent ? Comment incluez-vous les autres avec qui vous ne jouez peut-être pas régulièrement ?

Visez 2-3 volontaires pour répondre à chaque question.



Inspirer

Lorsque nous choisissons la gentillesse, nous finissons automatiquement par inclure les autres ! Nous incluons les autres lorsque nous choisissons des mots et des actions aimables. La gentillesse est contagieuse. Lorsque nous recevons des mots gentils, nous nous sentons bien dans notre peau. Nous sommes alors plus susceptibles de partager des mots gentils avec les autres. Repensez à un moment où vous vous sentiez vraiment inclus, même si vous étiez nouveau. Notre objectif dans ce programme est que tout le monde se sente ainsi à chaque fois qu'il entre !

Expliquez qu'aujourd'hui, nous allons créer des chaînes de gentillesse pour partager la gentillesse chaque jour pendant notre temps ensemble.



Habiliter

Donnez une bande de papier à chaque participant. Ils écriront une phrase gentille et encourageante qui répondra à la question suivante : **Comment pouvons-nous être gentils avec les autres pour accroître l'inclusivité de notre programme ?** (Exemple : Nous invitons un nouvel élève à s'asseoir à côté de nous pendant l'heure du goûter.)

- Les travailleurs du programme peuvent servir de secrétaire pour les étudiants qui ne sont pas en mesure d'écrire leurs réponses de manière indépendante.

Reliez toutes les chaînes et accrochez-les dans la pièce si possible. Arrachez-en plusieurs chaque jour et lisez-les à haute voix pour inspirer le groupe à être gentil et inclusif de différentes manières.



Refléter

Lorsque nous incluons les autres, nous choisissons des mots et des actions aimables pour les accueillir à bras ouverts.

- Quels mots/phrases aimables avez-vous inclus dans votre chaîne de gentillesse ?
- Que ressentez-vous lorsque de nouvelles personnes choisissent des mots et des actions aimables pour vous aider à vous sentir le bienvenu ?
- Que pouvez-vous faire si vos paroles ou actions irrespectueuses laissent quelqu'un se sentir exclu ?



