



Créer une histoire d'émotion

Faites rouler le Cube des émotions, et créez une histoire basée sur une émotion choisie.



2/5



1/5



2/5



30 min



Aperçu de l'activité

But

Les adolescents créent un scénario en dessinant des images et/ou des mots pour développer leurs pensées critiques et leurs compétences de narration.

Objectifs

Les adolescents seront aptes à :

- ▶ Expérimenter de nouvelles façons d'exprimer leurs pensées.
- ▶ Exprimer de manière créative, leurs idées.
- ▶ Réfléchir sur les causes des différentes émotions, et des façons de gérer des émotions positives et négatives.

Domaines de compétences

Communication et expression ; créativité et innovation.

Fonctionne bien pour

Les adolescents qui sont prêts à créer un scénario et les adolescents qui commencent à comprendre et à parler d'émotions.

Phase

Se connaître soi-même.

Avant

Pas d'activité nécessaire avant celle-ci.

Après

Discutez des autres façons/activités pour utiliser le cube des émotions. Pratiquez l'apprentissage et l'utilisation des mots pour les émotions représentées sur le cube et également les autres émotions.

Préparation

Ayez le cube des émotions prêt. Expliquez ce qu'est le cube des émotions, si les participants ne l'ont jamais utilisé.



Créer une histoire d'émotion

1

Rassemblez les participants en cercle. Laissez chaque participant lancer le cube des émotions. Demandez-leur de se rappeler de l'émotion qui était sur la face supérieure du cube après de l'avoir roulé.

2

Expliquez :

Chaque participant va créer une histoire sur une émotion tirée avec le cube.

3

Donnez à chaque participant une feuille de papier, des marqueurs et des stylos.

4

L'animateur dit :

« Pliez votre feuille de papier en deux, deux fois de suite, pour créer quatre rectangles. » (Démontrer comment le faire.) « Vous pouvez utiliser cette feuille de papier comme scénario. Dans le rectangle en haut à gauche vous pouvez dessiner la première partie de votre histoire. Le second rectangle en haut à droite est la deuxième étape de votre histoire. La troisième feuille est la partie centrale de l'histoire et la quatrième feuille est la fin de l'histoire. »

5

L'animateur dit :

« Ci-dessous vous trouverez certaines idées pour vous aider à créer une histoire :

- ▶ Imaginez un caractère, quelqu'un de réel ou pas, expérimentant cette émotion. Pourquoi il ou elle fait l'expérience de cette émotion ?
- ▶ Pensez à qui est cette personne. Est-ce une jeune personne, une personne âgée, un garçon ou une fille ?
- ▶ Que se passe-t-il avant que cette personne ne ressente l'émotion ? Que se passe-t-il après ?
- ▶ Où est cette personne ?
- ▶ Que fait cette personne ? »

6

L'animateur dit :

« Maintenant, dessinez l'histoire de votre personnage dans votre scénario. Souvenez-vous de dessiner le moment où le caractère est en train d'expérimenter à tout moment l'histoire – le début, le milieu et la fin. »

7

Donnez aux participants le temps pour dessiner leurs histoires.

8

Partage et acquis

Rassemblez tout le monde dans le cercle. Invitez les participants à partager leurs histoires en organisant une visite de la galerie (s'ils le souhaitent).

9

Demandez : « quelles étaient certaines des causes des différentes émotions dans vos histoires ? »

10

Demandez : « de quelle manière vos personnages gèrent-ils les émotions ? Ces moyens étaient-ils utiles ou non, pour gérer ces émotions ? »

11

Demandez : « est-il jamais difficile de gérer des émotions positives ? Qu'ont fait vos personnages pour gérer leurs émotions positives ? »

12

Demandez : « quelles sont les nouvelles façons de gérer les émotions difficiles ou positives de ces histoires que vous pourriez essayer dans la vie réelle ? »



Créer une histoire d'émotion

A faire et à ne pas faire

- ✓ Laissez les adolescents écrire sur les différentes émotions s'ils ne sont pas confortables d'écrire sur une des émotions qu'ils ont tiré avec le cube des émotions.
- ✗ Demandez aux participants d'écrire ou de dessiner sur leurs propres sentiments ou expériences, mais laissez-les faire s'ils le souhaitent.
- ✗ Réprimander ou critiquer les adolescents s'ils dessinent sur de la violence, utilisent un langage dur ou inapproprié lorsqu'ils écrivent ou racontent leurs histoires – parlez avec les adolescents de manière individuelle si vous voyez que des problèmes surviennent. Considérez de ne pas partager ou afficher des dessins qui pourraient bouleverser les autres.

Adaptation

Petit groupe : si vous avez un petit groupe de participants, créez une histoire ensemble.

Faible taux d'alphabétisation : utilisez seulement des images pour le scénario, sans mots.

Différents groupes linguistiques : utilisez l'exercice comme une chance d'apprendre et de pratiquer les mots pour les émotions représentées sur le cube dans leurs différents langages.

Environnement

Espace à l'intérieur ou à l'extérieur.

Fournitures

- ▶ Le cube des émotions.
- ▶ 4 feuilles de papier pour chaque participant.
- ▶ Des stylos et des marqueurs pour chaque participant.

Improviser

Les adolescents peuvent créer des jeux de rôle après avoir fait rouler le cube des émotions pour créer une histoire.

Les adolescents peuvent créer une présentation par affiche pour raconter toute l'histoire.

Les adolescents peuvent créer un morceau de musique ou un poème après avoir fait rouler le cube des émotions.

Continuez

Utilisez le cube des émotions pour des moments dans le cercle où les émotions sont abordées.