

# S'ÉPANOUIR

Activité pour les élèves de 4<sup>e</sup> année du primaire

Cette fiche pédagogique a été conçue par Laurie Dubois-Tanguay, professionnelle de recherche en éducation.

**Durée :** 1 h

**Matériel :** Album *Dans la rue*



Pour approfondir la lecture du livre :

**Dans la rue**  
Album psychoéducatif pour mieux comprendre l'itinérance

**Auteur :** L'Engrenage St-Roch  
(rédaction et coordination par Annie Mathieu)

**Illustrateur :** Florian Lavoisier Bizimana

**Éditeur :** Éditions Midi trente

**ISBN :** 978-2-925568-12-4

## Présentation de l'activité

Cette activité s'inscrit dans le programme *Culture et citoyenneté québécoise* (CCQ), dans les réalités culturelles *Perception de soi* et *Questions existentielles*, pour les élèves de 4<sup>e</sup> année du primaire. Tout au long de l'activité, les élèves seront amenés à discuter entre eux, notamment en appliquant les conditions favorables au dialogue.

Pour commencer, ils prendront part à une discussion philosophique sur les besoins de base d'un être humain dans le but de réfléchir aux forces et aux défis de chaque personne. La lecture de l'album *Dans la rue* les mènera ensuite à observer le cas d'Oli, le personnage en situation d'itinérance présenté dans le livre. Ils seront alors invités à dégager des constats sur l'itinérance et à réaliser une analyse pour identifier les caractéristiques de la situation d'Oli. Par la suite, ils reviendront sur leurs constats de la discussion philosophique sur les besoins de l'être humain afin d'associer des émotions à des déclencheurs, à travers une discussion réflexive sur l'épanouissement d'une personne.

Au terme de cette activité, les élèves seront en mesure d'identifier des déclencheurs possibles des émotions et de mieux comprendre l'influence de certaines actions sur l'estime personnelle. À travers une discussion sur les émotions, ils réfléchiront aux éléments contribuant au bonheur ainsi qu'aux différentes visions du bonheur.

## PLAN DE LA PÉRIODE

- Discussion : les besoins de l'être humain
- Lecture du livre
- Analyse d'une situation : l'horaire d'Oli
- Discussion : les répercussions des actions sur les émotions
- Réflexion sur le bonheur



## Étape 1

# DISCUSSION : LES BESOINS DE L'ÊTRE HUMAIN

Durée : 10 minutes



Pour approfondir la lecture du livre :

**Dans la rue**  
Album psychoéducatif pour mieux comprendre l'itinérance

**Auteur :** L'Engrenage St-Roch (rédaction et coordination par Annie Mathieu)

**Illustrateur :** Florian Lavoisier Bizimana

**Éditeur :** Éditions Midi trente

**ISBN :** 978-2-925568-12-4

## OBJECTIFS

Cette première étape invite les élèves à amorcer une réflexion sur la vie collective à partir d'une discussion philosophique sur les besoins des êtres humains. Ils seront notamment amenés à dégager les caractéristiques de ces besoins, ce qui leur permettra de réfléchir aux défis et aux forces de chaque personne (réalité culturelle Perception de soi).

## DÉROULEMENT (CONSIGNES POUR L'ENSEIGNANT-E)

- Consultez les pages 38-39 de l'album *Dans la rue* traitant des besoins essentiels.
- Avant d'entamer la discussion, précisez aux élèves les conditions favorables au dialogue. Par exemple, donnez-leur ces trois règles de fonctionnement :
  - Demander la parole en levant la main.
  - Écouter les autres.
  - Respecter les autres.
- Guidez les élèves avec les questions philosophiques proposées ci-dessous et inscrivez leurs réponses ou quelques mots-clés au tableau.
- Aidez les élèves à distinguer les besoins physiologiques des autres besoins en précisant que tous les besoins sont importants dans le développement d'une personne.
- Concluez la discussion en mentionnant que les êtres humains ont différents besoins (besoins physiologiques, besoins de sécurité, besoins sociaux et besoins d'estime et d'accomplissement).



## QUESTIONS À POSER AUX ÉLÈVES ET RÉPONSES ATTENDUES

### De quoi avons-nous besoin pour vivre ?

- Réponses attendues : eau, nourriture, sommeil, vêtements adaptés (se tenir au chaud), prendre soin de son hygiène (se laver, se brosser les dents, aller aux toilettes), etc.

### Une fois que ces besoins sont comblés, avons-nous besoin d'autre chose pour vivre longtemps ?

- Réponses attendues : logement, sécurité (se protéger, avoir de l'intimité), soins de santé (dentiste, médecin, etc.), etc.

### Est-ce qu'il y a autre chose d'important pour se sentir bien ?

- Réponses attendues : avoir des relations solides, recevoir de l'affection de sa famille, de ses amis ou d'autres relations, vivre du bonheur, etc.

#### BESOINS PHYSIOLOGIQUES

Respirer, s'hydrater, se nourrir, dormir, être au chaud, se reproduire, se loger, etc.

#### BESOINS DE SÉCURITÉ

Vivre dans un environnement stable (être protégé contre la violence, avoir un toit), etc.

#### BESOINS SOCIAUX

Avoir le sentiment de faire partie d'un groupe, avoir des amis, etc.

#### BESOINS D'ESTIME ET D'ACCOMPLISSEMENT

Avoir confiance en soi, se respecter, se sentir reconnu et apprécié des autres, faire un travail que l'on aime, etc.

## Étape 2

# LECTURE DU LIVRE

Durée : 10 minutes



Pour approfondir la lecture du livre :

**Dans la rue**  
Album psychoéducatif pour mieux comprendre l'itinérance

**Auteur :** L'Engrenage St-Roch  
(rédaction et coordination par Annie Mathieu)

**Illustrateur :** Florian Lavoisier Bizimana

**Éditeur :** Éditions Midi trente

**ISBN :** 978-2-925568-12-4

## OBJECTIFS

Cette étape vise à observer une réalité culturelle à travers la lecture de l'album *Dans la rue*. Pendant la lecture, les élèves seront amenés à écouter attentivement et à observer les images et les éléments importants de l'histoire afin d'examiner les défis que pourrait vivre une personne en situation d'itinérance notamment en lien avec ses conditions de vie et les relations qu'elle entretient avec les autres. À la fin de cette étape, ils seront en mesure de comprendre les besoins d'Oli, le personnage en situation d'itinérance présenté dans le livre.

Pour aller plus loin, il serait possible de faire des liens avec la réalité culturelle *Dynamiques de groupe*.

## DÉROULEMENT (CONSIGNES POUR L'ENSEIGNANT-E)

- Lisez l'album à voix haute en prenant le temps de montrer les images.
- Vérifiez que les élèves comprennent l'histoire.  
Posez des questions comme : « Qui est Oli ? Où est-il ? Que lui arrive-t-il ? »
- Attirez l'attention des élèves sur les besoins d'Oli : « Avez-vous remarqué les besoins d'Oli ? » Au besoin, référez-vous à l'encadré ci-dessous, qui indique les pages où l'on peut identifier certains besoins.
- Faites une transition vers l'étape 3 en annonçant aux élèves qu'ils observeront maintenant la journée d'Oli afin de mieux comprendre l'ensemble de ses besoins.

### BESOINS PHYSIOLOGIQUES

Page 22 :  
se nourrir.

Page 17 :  
dormir, se loger,  
être au chaud.

### BESOINS DE SÉCURITÉ<sup>1</sup>

Page 6 :  
être en groupe  
pour se protéger.

Page 17 :  
se loger.

### BESOINS SOCIAUX

Page 6 :  
avoir le sentiment  
de faire partie  
d'un groupe.

Page 19 :  
avoir des amis.

### BESOINS D'ESTIME ET D'ACCOMPLISSEMENT

Page 21 :  
se sentir reconnu  
et apprécié des autres.



<sup>1</sup> Pour approfondir la compréhension des besoins de sécurité, il pourrait être pertinent d'inviter les élèves à réfléchir à la période de la préhistoire, lorsque les êtres humains étaient constamment en danger par rapport aux autres prédateurs. L'enseignant-e pourrait alors poser des questions comme : « Est-il possible de s'accomplir si l'on se sent constamment en danger ? »

### Étape 3

# ANALYSE D'UNE SITUATION : L'HORAIRE D'OLI

**Durée :** 15 minutes



Pour approfondir la lecture du livre :

**Dans la rue**  
Album psychoéducatif pour mieux comprendre l'itinérance

**Auteur :** L'Engrenage St-Roch  
(rédaction et coordination par Annie Mathieu)

**Illustrateur :** Florian Lavoisier Bizimana

**Éditeur :** Éditions Midi trente

**ISBN :** 978-2-925568-12-4

## OBJECTIFS

Cette étape invite les élèves à observer et à analyser l'horaire quotidien d'Oli en identifiant les moments importants (p. ex. : manger, dormir, se déplacer, aller aux toilettes, se laver). Ils seront amenés à comparer certains éléments de cet horaire avec leur propre quotidien et à exprimer ce qu'ils remarquent ou trouvent différent ou difficile, afin de dégager des constats à partir d'une situation vécue par une personne en situation d'itinérance.

Cette étape invite aussi les élèves à comparer différentes réalités observées dans leur environnement et à mieux comprendre certaines difficultés. À la fin, ils seront en mesure d'identifier des éléments qui rendent certaines situations plus difficiles, grâce à la section documentaire de l'album.

## DÉROULEMENT (CONSIGNES POUR L'ENSEIGNANT-E)

- Présentez l'horaire d'Oli ou reconstruisez-le oralement ou au tableau (page 40 de l'album).
- Posez des questions guidées pour faire émerger des constats (p. ex. : « Est-ce qu'Oli mange comme toi ? », « Où dort-il ? »).
- Amenez les élèves à comparer l'horaire d'Oli avec leur propre réalité de façon simple et concrète.
- Soutenez les élèves dans l'identification des difficultés vécues par Oli (p. ex. : manque de sécurité, solitude, difficulté à combler les besoins de base).
- Encadrez les échanges pour maintenir un climat respectueux et éviter les jugements.
- Pour conclure : faites ressortir les constats principaux (p. ex. : Oli ne peut pas toujours combler ses besoins de base, sa situation est différente de celle des élèves), mettez en évidence le fait que certaines situations peuvent être plus difficiles pour certaines personnes et faites des liens avec l'étape 1 en rappelant l'importance des besoins.

### QUESTIONS DE COMPRÉHENSION

- Qu'est-ce qu'Oli doit faire dans sa journée ?
- Est-ce que c'est facile pour lui de manger, de dormir ou de se laver ?
- Qu'est-ce qui semble difficile dans sa journée ?
- Est-ce que sa journée ressemble à la tienne ? Pourquoi ? Qu'est-ce qui est différent ?

### QUESTIONS DE RÉFLEXION

- Penses-tu que l'horaire d'Oli concerne aussi toutes les personnes en situation d'itinérance ?
- Qu'est-ce que cela peut faire vivre à ces personnes ?

## Étape 4

# DISCUSSION : LES RÉPERCUSSIONS DES ACTIONS SUR LES ÉMOTIONS

Durée : 10 minutes



Pour approfondir  
la lecture du livre :

**Dans la rue**  
Album psychoéducatif  
pour mieux comprendre l'itinérance

**Auteur :** L'Engrenage St-Roch  
(rédaction et coordination  
par Annie Mathieu)

**Illustrateur :** Florian Lavoisier Bizimana

**Éditeur :** Éditions Midi trente

**ISBN :** 978-2-925568-12-4

## OBJECTIFS

Cette étape invite les élèves à identifier des émotions vécues par Oli dans différentes situations, à associer des actions à ces émotions et à exprimer ce qu'une personne peut ressentir selon les gestes posés par les autres. Ils seront aussi amenés à faire des liens avec des situations simples de leur quotidien, en réfléchissant aux déclencheurs possibles d'émotions à partir de situations vécues par des personnes en situation d'itinérance. Cette étape leur permettra aussi de faire des liens entre les relations avec les autres et les émotions. À la fin, les élèves seront en mesure de formuler des constats sur le ressenti des personnes en situation d'itinérance.

## DÉROULEMENT (CONSIGNES POUR L'ENSEIGNANT-E)

- Posez des questions guidées à partir de l'histoire (p. ex. : « Comment Oli se sent-il au début? », « Que change Xavier? »).
- Amenez les élèves à faire le lien entre une action et une émotion (p. ex. : jouer avec quelqu'un ➔ se sentir moins seul, heureux).
- Proposez des exemples concrets d'actions qui peuvent influencer les émotions (dire bonjour, sourire, ignorer, aider).
- Favorisez des réponses simples, concrètes et liées à l'observation.
- Encadrez les échanges pour maintenir un climat respectueux.
- Pour conclure : soulignez que les actions des autres peuvent changer comment une personne se sent, mettez en évidence le fait que de petits gestes peuvent avoir des répercussions importantes (positives ou négatives) et dégagez avec les élèves un constat simple (p. ex. : « Ce que je fais peut faire sentir quelqu'un mieux ou moins bien »).



## QUESTIONS À POSER AUX ÉLÈVES ET PISTES DE RÉPONSES

### Comprendre les émotions d'Oli

#### Au début de l'histoire, comment Oli se sent-il ?

- Oli peut se sentir seul, possiblement triste ou isolé. (Page 12)
- Il peut aussi avoir faim ou manquer de confort. (Page 13)
- Il semble chercher une interaction sociale, notamment avec Xavier, ce qui montre qu'il a besoin de contact avec les autres. (Page 13)
- Lorsqu'il parle avec Xavier, il montre qu'il veut être reconnu comme une personne et qu'il n'est pas dangereux. Il raconte aussi des éléments de son passé (p. ex. : il jouait déjà aux échecs), ce qui permet de déconstruire certains stéréotypes liés aux personnes en situation d'itinérance. (Pages 13-14)

#### Pourquoi se sent-il comme ça ?

- Parce qu'il est seul et qu'il n'entre pas souvent en relation avec les autres. (Page 12)
- Parce qu'il peut être ignoré par les autres. (Page 12)
- Parce que ses besoins de base ne sont pas tous comblés (p. ex. : manger, dormir, se sentir en sécurité). (Page 13)
- Parce qu'il vit une situation différente de celle des autres personnages. (Page 13)

## Observer le changement (action → émotion) (page 20)

### Comment Xavier agit-il avec Oli ?

- Il parle avec lui.
- Il accepte d'interagir avec lui.
- Il joue aux échecs avec lui.
- Il lui accorde de l'attention et ne l'ignore pas.
- Il agit avec ouverture et respect.

### Après avoir joué aux échecs avec Xavier, comment Oli peut-il se sentir ?

- Oli peut se sentir moins seul.
- Il peut se sentir heureux ou content.
- Il peut se sentir important ou reconnu.
- Il peut se sentir apaisé.
- Il peut se sentir accepté.

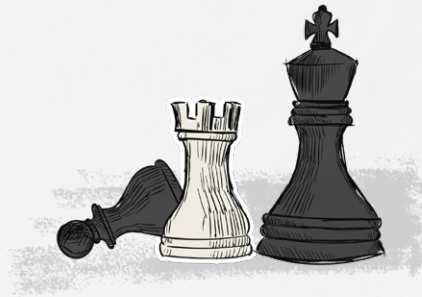
## Faire le lien avec les actions

### Est-ce que les actions des autres peuvent changer la façon dont on se sent ?

- Oui, les actions des autres peuvent changer nos émotions. (Pages 21-22)
- Un geste positif (p. ex. : parler, jouer, dire bonjour) peut faire sentir une personne heureuse, moins seule, importante.
- Un geste négatif (p. ex. : ignorer, rejeter) peut faire sentir une personne triste, seule ou rejetée.
- Même un petit geste peut avoir un grand effet sur la façon dont une personne se sent.
- Dans l'histoire, l'interaction avec Xavier montre que les actions des autres peuvent améliorer le bien-être d'une personne.

### Pourquoi son émotion a-t-elle changé ?

- Parce que Xavier a interagi avec lui.
- Parce qu'il a passé un moment avec quelqu'un.
- Parce qu'il s'est senti écouté et respecté.
- Parce qu'un geste simple (jouer ensemble) peut faire du bien.
- Parce qu'il n'était plus seul à ce moment-là.



### Qu'est-ce que l'on peut faire pour aider une personne en situation d'itinérance à se sentir mieux ?

- Si l'élève est seul-e : dire bonjour, faire un sourire, regarder la personne avec respect (ne pas l'ignorer), souhaiter une bonne journée, faire un petit signe de la main, faire preuve de politesse (ne pas rire de l'itinérance, ne pas pointer).
- Si l'élève est avec un adulte : donner de l'argent, offrir quelque chose (p. ex. : nourriture, boisson), échanger quelques mots.

## Transférer les apprentissages dans la vie réelle (essentiel au 2<sup>e</sup> cycle)

### Si on dit bonjour à quelqu'un, comment cette personne peut-elle se sentir ?

### Si on aide quelqu'un ou qu'on lui donne quelque chose, comment peut-il se sentir ?

### Et si on ignore quelqu'un, comment peut-il se sentir ?

## Tout au long de la discussion, l'enseignant-e guide les élèves pour les aider à :

- reconnaître les émotions vécues ;
- associer des réactions ou des actions à ces émotions ;
- comprendre que les interactions entre les personnes peuvent influencer ce que l'on ressent.

## Conclusion

# RÉFLEXION SUR LE BONHEUR

Durée : 10 minutes

## OBJECTIFS

À la suite de la lecture de l'histoire d'Oli et des échanges sur la réalité des personnes en situation d'itinérance, l'enseignant·e peut amener les élèves à réfléchir au bonheur en les invitant à exprimer ce qui les rend heureux, à faire des liens entre les besoins essentiels (p. ex. : manger, dormir, être en sécurité) et le bien-être, à réfléchir aux répercussions des gestes et des interactions sur les émotions et à comparer leurs idées avec celles des autres.

Les élèves seront ainsi amenés à se questionner sur ce qui permet de se sentir bien, en considérant à la fois les besoins essentiels (étape 1) et l'importance des gestes et des interactions (étape 4). À la fin de cette discussion, ils seront en mesure de nommer des éléments qui peuvent contribuer au bonheur à partir de l'histoire d'Oli, de faire des liens simples entre les besoins, les relations et le fait de se sentir bien, ainsi que de dégager des constats sur ce qu'est le bonheur.

## DÉROULEMENT (CONSIGNES POUR L'ENSEIGNANT·E)

- Posez des questions ouvertes (p. ex. : « Qu'est-ce qui rend une personne heureuse ? », « Est-ce que les petits gestes peuvent rendre heureux ? »).
- Faites des liens explicites avec les étapes précédentes (besoins et émotions).
- Revenez sur des exemples de situations vécues par Oli pour soutenir la réflexion.
- Accueillez les réponses sans imposer une définition unique du bonheur.
- Encouragez les élèves à expliquer leurs idées simplement.
- Pour conclure : soulignez que le bonheur peut venir de plusieurs éléments (besoins comblés, relations, gestes du quotidien), mettez en évidence le fait que le bonheur peut être différent pour chaque personne et faites ressortir l'importance des petits gestes et des relations positives pour contribuer au bonheur.



Pour approfondir la lecture du livre :

**Dans la rue**  
Album psychoéducatif pour mieux comprendre l'itinérance

**Auteur :** L'Engrenage St-Roch  
(rédaction et coordination par Annie Mathieu)

**Illustrateur :** Florian Lavoisier Bizimana

**Éditeur :** Éditions Midi trente

**ISBN :** 978-2-925568-12-4

## QUESTIONS POUR LA DISCUSSION

### LIEN AVEC LES BESOINS

- Est-ce que l'on peut se sentir bien si on a du mal à manger, à dormir ou à être en sécurité ? Pourquoi ?
- À partir de tout ce que nous avons vu et dit, de quoi avons-nous besoin pour nous sentir bien dans notre vie ?

### LIEN AVEC OLI

#### ET LES RELATIONS

- Est-ce que jouer avec quelqu'un ou parler avec quelqu'un peut le rendre plus heureux ?
- Est-ce que de petits gestes peuvent faire du bien ?

### BONHEUR SIMPLE ET VÉCU

- Qu'est-ce qui te rend heureux ou heureuse, toi ?
- Est-ce que ce sont de grandes choses ou de petites choses ?
- Est-ce que le bonheur peut se partager avec les autres ? Comment ?

## Tout au long de la discussion, l'enseignant·e :

- accueille les réponses des élèves sans imposer une définition unique ;
- aide les élèves à faire des liens simples ;
- reformule pour faire ressortir que :
  - les besoins comblés aident à se sentir bien ;
  - les relations peuvent contribuer au bonheur ;
  - le bonheur peut être vécu de différentes façons.

