

# L'arbre de l'espérance : Expérience dans la communauté



Résultats d'apprentissage du programme Santé et préparation pour la vie, Alberta Education

Les élèves vont :

B-9.11 avoir recours à leurs habiletés de résistance personnelle; ex. : en faisant appel à des mentors appropriés, en ayant un but bien précis, en ayant des normes claires de comportement personnel.

R-9.1 identifier des stratégies adéquates en vue d'alimenter les attitudes et les sentiments positifs.

## Contexte pour l'enseignant

L'espoir peut être perçu comme un besoin humain qui a la capacité de transformer la vie d'une personne. L'espoir permet aux gens de se tourner vers l'avenir et de vivre leur vie pleinement. L'espoir est un sentiment positif, tout comme sa forme verbale, « espérer ». Sans espoir, l'avenir peut nous sembler effrayant ou déprimant. En aidant les élèves à étudier le concept de l'espoir, ils peuvent voir les choses sous un autre angle, imaginer de nouvelles possibilités et développer des pensées positives. L'espoir permet aussi de se fixer des objectifs, et pour cela, il faut d'abord avoir une vision de l'avenir.

Lorsqu'on produit des messages d'espoir pour autrui d'après nos propres expériences, on peut donner de l'espoir aux autres.

L'arbre de l'espérance est un excellent projet à commencer au début du mois de décembre. Pour le mener à bien, il vous faudra trouver un endroit où l'espoir est le bienvenu, comme un centre de soins de longue durée, un centre médical pour enfants ou une autre classe dans votre école (par exemple de 3<sup>e</sup> année).

## Objectifs

Les élèves :

- Créeront un répertoire de citations d'espoir pour les autres.
- Comprendront qu'il faut parfois faire le choix conscient d'agir de façon optimiste pour avoir davantage espoir dans le présent et à l'avenir.
- Prendront conscience que nous pouvons influencer sur l'espoir des autres en créant une représentation visuelle de notre propre espoir.

## Matériel nécessaire

- Arbre artificiel ou petit arbre à soie
- Papier de bricolage
- Ciseaux
- Marqueurs
- Modèle ou pochoir en forme de feuille
- Laine pour accrocher la feuille
- Perforeuse pour faire un trou dans la feuille et attacher la laine
- Modèle de lettre aux parents



## Préparation

- Discutez avec les élèves de situations où ils ne se sont pas sentis optimistes et des manières dont on peut changer cela, seul ou avec de l'aide.
- Essayez de trouver des personnes qui pourraient avoir besoin de messages d'espoir à l'approche des Fêtes.
- Discutez des « comportements d'espoir/optimistes » que l'on peut partager avec les autres.

## 1<sup>re</sup> Activité : Messages d'espoir

- Demandez aux élèves de réfléchir au terme « espoir » et à des messages optimistes qu'ils peuvent créer pour donner de l'inspiration aux autres et les motiver à conserver leur espoir.
- Ces messages peuvent être sous forme de mots d'encouragement, de symboles, d'images, etc.
- Les élèves doivent ensuite créer deux messages sur le modèle de feuille fourni.
- Accrochez les feuilles sur l'arbre de l'espérance.

## 2<sup>e</sup> Activité : Activité communautaire

- Au cours des prochaines semaines, organisez un événement afin d'intégrer le service communautaire et les pratiques pleines d'espoir au sein d'une communauté.
- Rendez-vous avec vos élèves dans la communauté choisie pour transmettre leurs messages d'espoir et leur arbre.
- Demandez aux élèves de remplir un modèle de feuille vierge avec leur « nouvelle connaissance ».
- Vous pouvez décider de laisser l'arbre de l'espérance dans la communauté.

## Conclusion

Nous avons exploré l'espoir de façon à le partager avec les autres et créé un symbole d'espoir dans la communauté.

## Activité à faire à la maison et discussion de suivi en classe

Pour approfondir la sensibilisation des élèves à l'espoir dans leur vie, demandez-leur de rédiger une réflexion d'une page sur l'impact qu'a eu l'activité de service communautaire sur eux.

Vous trouverez ci-joint un modèle de lettre à transmettre aux parents.

Les élèves présenteront ensuite le fruit de leur réflexion.

## Stratégies d'évaluation

Pour montrer leur compréhension de l'espoir, les élèves :

- Créeront une feuille qui représente un message d'espoir.
- Participeront à une activité de groupe pour les aider à découvrir les espérances d'une autre personne.

## Référence

- Hope Foundation of Alberta. 2008, *Nurturing Hopeful Souls: Hopeful Practices and Activities for Children and Youth*, <http://www.ualberta.ca/HOPE/> (en anglais seulement).

## Modèle de lettre aux parents

Date :

Chers parents,

**Dans le cadre de nos leçons portant sur le bien-être mental, nous étudions le concept de l'espoir.**

L'espoir peut être perçu comme un besoin humain qui a la capacité de transformer la vie d'une personne. L'espoir permet aux gens de se tourner vers l'avenir et de vivre leur vie pleinement. L'espoir est un sentiment positif, tout comme sa forme verbale, « espérer ». Sans espoir, l'avenir peut nous sembler effrayant ou déprimant. En aidant les élèves à étudier le concept de l'espoir, ils peuvent voir les choses sous un autre angle, imaginer de nouvelles possibilités et développer des pensées positives. L'espoir permet aussi de se fixer des objectifs.

Votre enfant a créé sur une feuille une image ou un message d'espoir. Il va ensuite parler de ses espoirs avec les autres.

Merci.