



ACTIVITÉ PÉDAGOGIQUE SUR L'ESTIME DE SOI À L'AIDE DE LA CHANSON CHEMIN DE VIE

Dans le cadre de sa campagne de promotion de l'estime de soi 2008-2013, le Réseau québécois de l'Association canadienne pour la santé mentale a lancé un concours de chanson à travers les écoles primaires du Québec. Tout au long de cette campagne, différentes facettes de l'estime de soi ont été mises de l'avant : le sentiment d'identité, le sentiment d'appartenance, le sentiment de confiance et le sentiment de sécurité. Portant sur chacune de ces facettes, un vidéoclip a été réalisé à partir des dessins des élèves mettant en relief leur vision.

Chemin de vie

La chanson gagnante 2011, parle du sentiment de confiance. Elle a été écrite par des élèves de 6^e année du Pavillon Saint-Louis-de-Gonzague, à Québec, et est interprétée par la chanteuse et animatrice Julie Bélanger. La présente activité pédagogique qu'accompagne le vidéoclip *Chemin de vie* vous est proposée afin de susciter un échange sur cette facette particulière de l'estime de soi : la confiance.



Disciplines dans le cadre desquelles l'outil peut être utilisé

- Français;
- Musique;
- Arts plastiques;
- Éthique et culture religieuse.

Niveaux scolaires suggérés

2^e et 3^e cycles du primaire

Compétences requises par le programme et liées à l'activité d'apprentissage

- Lire des textes variés;
- Apprécier des œuvres médiatiques (œuvres d'art, objets du patrimoine artistique, images médiatiques, réalisations personnelles et réalisations des camarades)*;
- Apprécier des œuvres musicales, ses propres réalisations et celles de ses camarades*;
- Exercer son jugement critique, construire son opinion.

Objectif pédagogique

L'activité proposée permet aux élèves de réfléchir sur le sentiment de confiance, l'une des composantes de l'estime de soi.

Durée approximative

60 à 150 minutes

Matériel requis

- Une copie du texte de la chanson pour chaque élève (voir dernière page);
- Le vidéoclip (à télécharger à l'adresse suivante : www.acsm.qc.ca, onglet *Nos outils*, puis *Activités pédagogiques*);
- Les questions suggérées plus bas dans la 2^e partie du Déroulement de l'activité;
- Feuilles de papier;
- Matériel pour beaux-arts pour l'illustration de la chanson (facultatif);
- Questions pour un travail à la maison (facultatif).

*Note: Dans la deuxième partie de l'activité, d'autres questions sont à prévoir si les enseignantEs en arts plastiques ou en musique souhaitent utiliser la chanson à des fins pédagogiques (apprécier des œuvres médiatiques ou musicales).





Autres pistes d'activité possibles à la suite de l'activité

- Rédiger un nouveau couplet pour la chanson.
- Illustrer la chanson.
- Questionner un adulte de l'école ou un parent sur des expériences liées à la confiance. L'élève peut utiliser les questions de l'activité.
- Écrire à l'ACSM – Division du Québec pour faire connaître vos réponses, vos dessins, vos couplets, etc.,

ACSM

adresse courriel:
semaine@acsm.qc.ca

adresse postale:
911, rue Jean-Talon Est,
bureau 326,
Montréal (Québec)
H2R 1V5.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

1^{re} partie : Introduction à l'activité (10 à 30 minutes)

- **Annoncer** aux élèves que l'activité qui suit portera sur le sentiment de confiance.
- **Demander** aux élèves ce que la confiance signifie pour eux. Inscrive les réponses au tableau. Aborder trois aspects :
 - la confiance en soi,
 - la confiance à l'égard des autres,
 - l'impact de nos attitudes sur le sentiment de confiance des autres.
- Enrichir par des informations tirées d'autres sources (dictionnaires, Internet, etc.) et d'expériences rapportées ou vécues par les élèves. À ce sujet, vous pouvez trouver sur le site <acsm.qc.ca>, sous *Nos outils, activités pédagogiques*, la fiche intitulée *Amorcer la réflexion sur la confiance*.

2^e partie : Activité d'apprentissage (20 à 60 minutes)

- **Distribuer** le texte de la chanson en indiquant qu'il s'agit d'une composition d'élèves de 6^e année de la région de Québec qui ont participé au concours. Les informer que le travail à faire consiste à comprendre le texte puis à y réagir.
- **Présenter** le vidéoclip aux élèves.
- **Demander** aux élèves, réunis en équipe de deux ou plus, de répondre aux questions suivantes. On peut en choisir quelques-unes si on dispose de peu de temps ou si on veut que les élèves développent une compétence particulière.
 - Concernant l'habileté *Lire des textes variés (Comprendre et réagir au texte)* :
 - Explique en une phrase ou deux chacun des couplets de la chanson et donne pour chacun un exemple qui illustre le propos.
 - Selon toi, que voulaient dire les élèves par « Avance, recule » ?
 - Quels sont les couplets, les vers ou les mots que tu préfères dans la chanson ?
 - Indique si tu es en accord ou en désaccord avec ce qui est dit et explique pourquoi.
 - Si certains passages te plaisent moins, par quoi les remplacerais-tu ?
 - As-tu déjà lu un autre texte ou visionné un film où il était question de confiance ? Raconte en quelques mots.
 - Concernant l'habileté *Réfléchir sur des questions éthiques ou Exercer son jugement critique* (Examiner quelques repères d'ordre culturel, moral, religieux, scientifique ou social) :
 - Pourquoi est-il important d'avoir confiance en soi ?
 - Quels sont les éléments ou les situations qui peuvent détruire la confiance en soi ? Quels sont ceux qui pourraient nous faire perdre confiance en un(e) ami(e) (mots, gestes, attitudes, etc.) ?
 - Pourquoi est-il important de faire confiance à certaines personnes ?
 - Cela t'est-il déjà arrivé de perdre confiance en toi ? En quelqu'un ? Raconte en quelques phrases.
 - À qui peux-tu te confier si tu vis des difficultés ?
 - Y a-t-il des situations où on devrait rompre la promesse de garder un secret pour soi (p. ex. : taxage, abus, violence, etc.) ?

3^e partie : Objectifs des apprentissages (30 à 60 minutes)

Revenir en plénière et questionner les élèves sur les apprentissages réalisés. Voici quelques questions pouvant être exploitées :

- Qu'avez-vous appris qui n'a pas été dit sur la confiance à la première étape (Préparation à l'activité) ?
- Qu'avez-vous aimé de la chanson ? Qu'avez-vous le moins aimé ?
- Quels sont les passages avec lesquels vous êtes en accord ? En désaccord ? Pourquoi ?
- Quelles sont les divergences qui sont ressorties parmi les membres de votre équipe ? Sur quels sujets ?
- Avez-vous trouvé qu'il est important de faire confiance à certaines personnes et de se confier ? Et croyez-vous qu'on devrait parfois rompre la promesse de garder un secret pour soi ?
- Quelles sont les attitudes qui peuvent briser la confiance ?
- Quelles sont les attitudes qui peuvent aider à construire la confiance ?



Nous remercions le ministère de la Santé et des Services sociaux, le ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport ainsi que la Fondation François-Bourgeois pour leur contribution financière.



LA CHANSON

CHEMIN DE VIE

**Création
de la classe
de 6^e année
de Mme Sarah Demers
Pavillon St-Louis-
de-Gonzague**

Marie-Josée Pelletier,
enseignante en musique



Avance, recule, lâche pas et recommence
'Y a rien pour détruire ton assurance
La vie est un chemin et tu choisis le tien

C'est pas tout le monde qui a le courage
L'audace et la force d'accepter son image
Certains sont blessés par les préjugés
D'autres sont épuisés d'être toujours rejetés

Avance, recule, et prends soin de ta vie
Pas d'place pour la peur et la tricherie
La vie est un chemin et tu choisis le tien

De bonnes personnes tu places autour de toi
Et en tes talents tu gardes la foi
Ouvre ton cœur et chante avec moi
Fais entendre ta voix, et surtout amuse-toi

Tu as la beauté et l'intelligence
Ne laisse personne t'enlever ta confiance

Avance, recule, tu n'as qu'une seule chance
Ta vie est un cadeau immense
Elle est ce chemin qui mène vers demain...