



JOUR 1 Qui suis-je?

Un élève de la 9^e à la 12^e année / de la 10^e à la 12^e année

LIENS AVEC LE PROGRAMME D'ENSEIGNEMENT

Interdisciplinaire — Tous les domaines

MATÉRIEL ET PRÉPARATION

Dix choses que j'aime faire : <https://monplanipe.ca/quisuis-je/dix-choses-que-jaime-faire.php>

Vivre de sa passion : <https://monplanipe.ca/quisuis-je/entre-passion-et-raison-mon-coeur-balance.php>

OU papier et crayon

REMARQUE : Cette activité convient mieux aux navigateurs Internet Chrome et Firefox qu'à Explorer.

Vidéos à l'intention du personnel enseignant :

Dix choses que vous aimez faire. 1^e partie : http://viewpure.com/B5_Lzo01zMk?start=0&end=0 (en anglais seulement)

Dix choses que vous aimez faire. 2^e partie : <http://viewpure.com/jbPng3UvSE8?start=0&end=0> (en anglais seulement)

Vivre de sa passion : <http://viewpure.com/Lnt4LwC6LDI?start=0&end=0> (en anglais seulement)



JOUR 1 Qui suis-je?

Un élève de la 9^e à la 12^e année / de la 10^e à la 12^e année

ACTIVITÉ : DIX CHOSES QUE J'AIME FAIRE ET VIVRE DE SA PASSION

NOM : _____

DIX CHOSES QUE J'AIME FAIRE

Directives : Énumère dix choses que tu aimes faire. Ne te sens pas limité lorsque tu dresses ta liste. Lorsque ta liste est terminée,

- insère le signe \$ à la suite de tout élément qui coûte plus de 10 \$ à faire;
- insère la lettre S à côté de toute activité que tu préfères faire seul;
- insère la lettre P à côté de toute activité que tu dois préparer afin de l'accomplir effectivement, et qui n'est pas spontanée;
- insère la lettre B à côté de toute chose qui implique que tu fasses bouger ton corps;
- insère la lettre E à côté de toute activité que tu préfères faire à l'extérieur;
- insère une coche (✓) à côté de quelque chose que tu as vraiment fait au cours des dernières semaines.

	\$	S	P	B	E	✓
1.						
2.						
3.						
4.						
5.						
6.						
7.						
8.						
9.						
10.						



JOUR 1 Qui suis-je?

Un élève de la 9^e à la 12^e année / de la 10^e à la 12^e année

RÉFLEXION

- As-tu eu des surprises?
- Que changerais-tu à ta liste?
- Quels aspects de ces activités aimes-tu faire?
- Peux-tu repérer des points communs dans ta liste?
- Décris de quelle façon quelque chose que tu aimes se retrouve dans les cours que tu suis à l'école secondaire.

NOTES DE L'ANIMATEUR

- Invitez les élèves à dresser une liste de dix choses qu'ils aiment faire. Veuillez noter qu'ils n'ont pas à se limiter à des passions liées au travail ET que l'on n'attendra pas d'eux qu'ils communiquent leurs réponses (bien qu'on demande au groupe de fournir un exemple). Ils ne doivent pas se sentir limités lorsqu'ils dressent leurs listes.
- Lorsque la liste est terminée, demandez aux élèves de faire ce qui suit :
 - insérer le signe \$ à la suite de tout élément qui coûte plus de 10 \$ à faire;
 - insérer la lettre S à côté de toute activité qu'ils préfèrent faire seuls;
 - insérer la lettre P à côté de toute activité qu'ils doivent préparer afin de l'accomplir effectivement, et qui n'est pas spontanée;
 - insérer la lettre B à côté de toute chose qui implique qu'ils fassent bouger leur corps;
 - insérer la lettre E à côté de toute activité qu'ils préfèrent faire à l'extérieur;
 - insérez une coche (✓) à côté de quelque chose qu'ils ont vraiment fait au cours des dernières semaines.
- Demandez aux élèves de réfléchir à ce qu'ils pensent de leurs listes. Sont-ils heureux, étonnés, souhaitent-ils y changer quelque chose?
- Demandez aux élèves de choisir un partenaire ou de travailler à trois, et d'échanger leurs impressions. Ils ne sont pas obligés de communiquer le contenu de leur liste s'ils ne le souhaitent pas, mais doivent indiquer leur réaction par rapport à l'activité.
- Cette activité provoque habituellement des rires, un surcroît d'énergie et une vive discussion. Veuillez noter que nous avons tous tendance à être galvanisés lorsque nous parlons de ce que nous aimons faire. Dans le compte rendu, incitez les élèves à formuler des remarques sur ce qui est ressorti au sujet de l'activité. Leur liste leur a-t-elle plu? Y a-t-il eu des surprises? Y a-t-il quoi que ce soit qu'ils aimeraient changer?
- Compte rendu : Veuillez noter qu'il s'agit dans cette activité d'effectuer une **exploration intérieure**. Les choses que nous aimons peuvent constituer de puissants incitatifs à agir. On peut passer en revue toutes sortes de listes de centres d'intérêt, mais en vérité personne n'est mieux en mesure de connaître nos intérêts que nous-mêmes. On tente souvent d'être sophistiqué et de faire des choses complexes, mais on oublie les bases telles que demander aux élèves ce qu'ils aiment faire. Faire ce que l'on aime faire est ce qui nous stimule et nous motive dans notre vie quotidienne. Les élèves peuvent tous réfléchir à ce qu'ils aiment faire et en parler.



JOUR 1 Qui suis-je?

Un élève de la 9^e à la 12^e année / de la 10^e à la 12^e année

- Cette activité force les élèves à dépasser le simple fait de dresser une liste distincte d'activités sans rapport les unes avec les autres pour étudier des points communs qui pourraient relier ces activités à des aspects importants de leur personnalité. Quels points communs remarquent-ils dans leurs propres listes d'activités qu'ils aiment? Voici quelques exemples :
 - des activités dynamiques;
 - des activités créatives;
 - des activités qui supposent d'aider ou de divertir les autres.
- Les points communs peuvent nous aider à répondre à la question suivante : « Qu'est-ce que j'aime à propos de x? » On trouvera souvent des indices dans les points communs qui se rapportent au « pourquoi ».
- Ce qui permet de faire passer cette activité à un niveau supérieur est de dépasser l'activité elle-même (le *quoi*) et d'inciter les participants à penser à leur *pourquoi* et à en parler. Par exemple, qu'aimes-tu à propos de (une émission de télévision)? Qu'aimes-tu à propos (du hockey, du patin, du magasinage, d'un sujet scolaire)? Le *pourquoi* peut varier d'une personne à l'autre. Une personne peut aimer les sports d'équipe pour la compétition, alors qu'une autre personne peut aimer le sport parce qu'il permet d'appartenir à une équipe.
- Le *pourquoi* renvoie à ce qui se trouve au fond de nous, ce qui nous stimule, nous nourrit, et nous fait nous rapprocher de nos rêves. Notre *pourquoi* représente un ensemble de centres d'intérêt et de valeurs qui a un sens et constitue une source de motivation. On peut se souvenir du proverbe suivant : « Montrez-moi quelqu'un qui sait *pourquoi*, et je vous montrerai quelqu'un qui trouvera *comment* ». La connaissance de ce que vous avez dans le cœur est fondamentale pour pouvoir prendre de bonnes décisions et pour alimenter durablement la construction de votre avenir.
- Veuillez noter qu'il existe de nombreuses manières d'exploiter ce que l'on aime faire. L'activité qui vient de s'achever en constitue une. Une autre manière consiste à relever les choses qui attirent notre attention et attisent notre curiosité. Posez les questions suivantes : Sur quels sujets aimes-tu lire? Quels sont tes sites Web préférés? De quels sujets parles-tu avec le plus d'entrain? Insistez sur l'importance qu'il y a à demander pourquoi ces choses les intéressent tellement.
- Notre enfance renferme une troisième piste quant à ce que nous aimons faire. Demandez aux élèves de se remémorer ce à quoi ils adoraient jouer lorsqu'ils étaient plus petits, peut-être était-ce jouer au Lego, ou faire du dessin. Les signes de ce que l'on aime faire apparaissent souvent dès la petite enfance. Nous aimons très certainement encore ces choses; nous avons simplement arrêté de jouer autant!
- Insistez sur l'importance de l'exploration intérieure et sur le fait d'exploiter les incitatifs qui nous stimulent et nous motivent.

VIVRE DE SA PASSION

- Demandez à un groupe de faire part d'un élément se trouvant sur ses listes. Inscrivez cet exemple volontaire au milieu d'un tableau de papier ou sur un rétroprojecteur. Réfléchissez avec le groupe à l'ensemble des manières par lesquelles une personne peut capitaliser sur cette passion pour gagner de l'argent. Encouragez la créativité! Consignez toutes vos idées sur le tableau de papier ou le rétroprojecteur.
- Remettez la liste des réflexions au groupe qui a communiqué volontairement son exemple pour la confier à la personne qui a fait part de cet élément.



JOUR 1 Qui suis-je?

Un élève de la 9^e à la 12^e année / de la 10^e à la 12^e année

- Veuillez noter qu'il s'agit dans cette activité (et ce parcours sinueux) d'effectuer une **exploration intérieure**. Soulignez que bien que certaines idées puissent être extravagantes, d'autres peuvent constituer une voie potentielle à explorer plus profondément. Avec leur expérience de vie et leur exposition limitées dans lesquelles puiser, trop de jeunes ne sont pas conscients de la gamme de possibilités qui peut être envisagée.
- Une fois qu'une possibilité prometteuse a été repérée, on se retrouve à manœuvrer. Mais ne passons pas à cela tout de suite, nous avons encore à emprunter le chemin sinueux pour un certain temps!