Activité de jeu de rôle – « Comprendre les émotions des adolescents»

Objectif :
Permettre aux enseignants et aux parents de se mettre à la place des adolescents dans des situations difficiles en ligne afin de mieux comprendre leurs émotions et de s'exercer à répondre avec empathie.

Méthodologie :
Les participants sont répartis en petits groupes et se voient attribuer des scénarios pré-écrits dans lesquels ils jouent le rôle d'adolescents. Chaque scénario est suivi d'un temps de réflexion et d'une discussion animée par des experts.

Exemples de scénarios :

1. **Drame sur les réseaux sociaux :** Un adolescent se sent exclu parce que ses amis ne l'ont pas identifié sur une photo de groupe. Il se sent ignoré et se demande comment réagir.
2. **Messages anonymes :** Le participant reçoit un message anonyme blessant. Que ressent-il ? Comment devrait-il réagir ?
3. **Pression des pairs en ligne :** Des amis poussent le participant à partager des informations personnelles ou des photos. Comment gérer le stress et résister à la pression des pairs ?
4. **Débordement émotionnel en ligne :** Le participant, sous le coup de la colère, écrit un commentaire négatif sous la publication d'un camarade. Comment reconnaître et contrôler ses émotions avant de créer un conflit ?

Discussion et réflexion :
Après chaque scénario, les participants partagent leurs ressentis et expériences. Les experts apportent des conseils sur la façon d'aider les enfants à développer la régulation émotionnelle et des réponses empathiques dans des situations réelles.

Numéro de projet : 2023-1-ES01-KA220-SCH-000160237
Financé par l'Union européenne. Les opinions et points de vue exprimés sur ce site web n'engagent que leur(s) auteur(s) et pas nécessairement l'Union européenne ou le Service espagnol pour l'internationalisation de l'éducation (SEPIE). Ni l'Union européenne ni l'Agence nationale SEPIE ne peuvent en être tenues pour responsables.