

# L'histoire de Christophe

## **PUBLIC CIBLE**

10 À 14 ANS

## **MATÉRIEL**

Annexe de l'activité « L'Histoire de Christophe » (annexe 1)

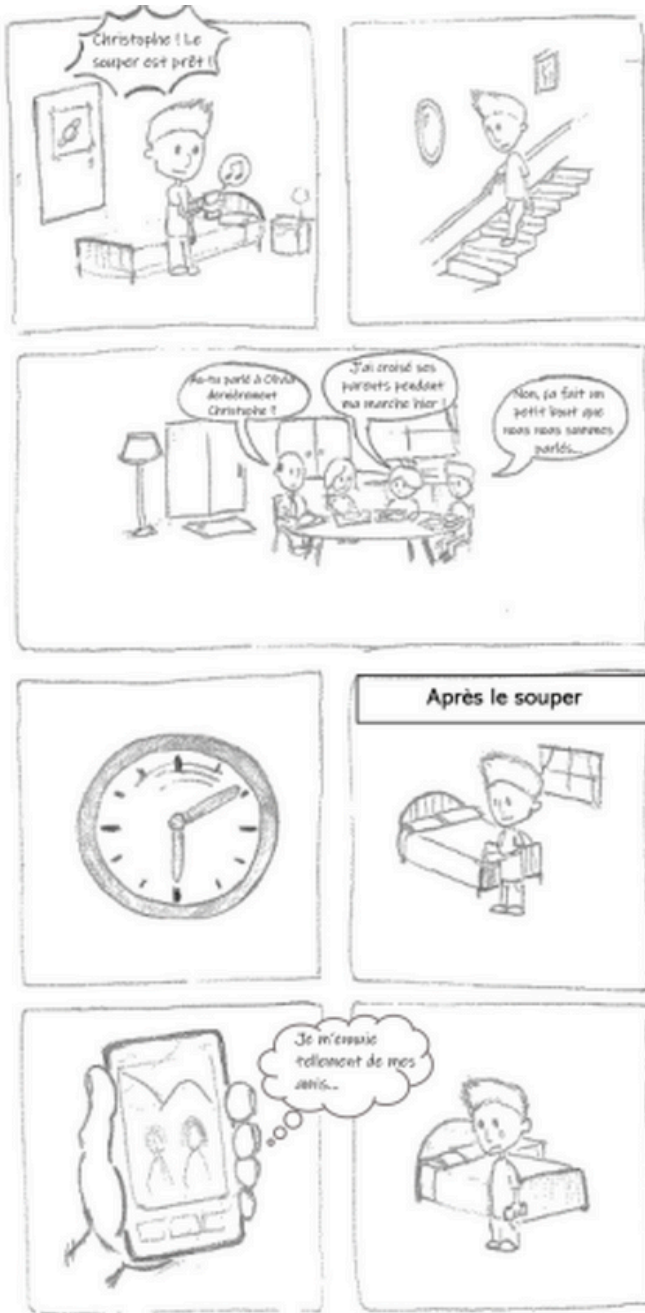
## **DÉROULEMENT**

1. Lire l'histoire de façon individuelle.
2. Faire un retour en groupe sur les différentes options choisies au cours de la lecture.

**Note :** L'intervenant·e peut utiliser l'annexe 2 pour des sujets de discussions.



# L'histoire de Christophe

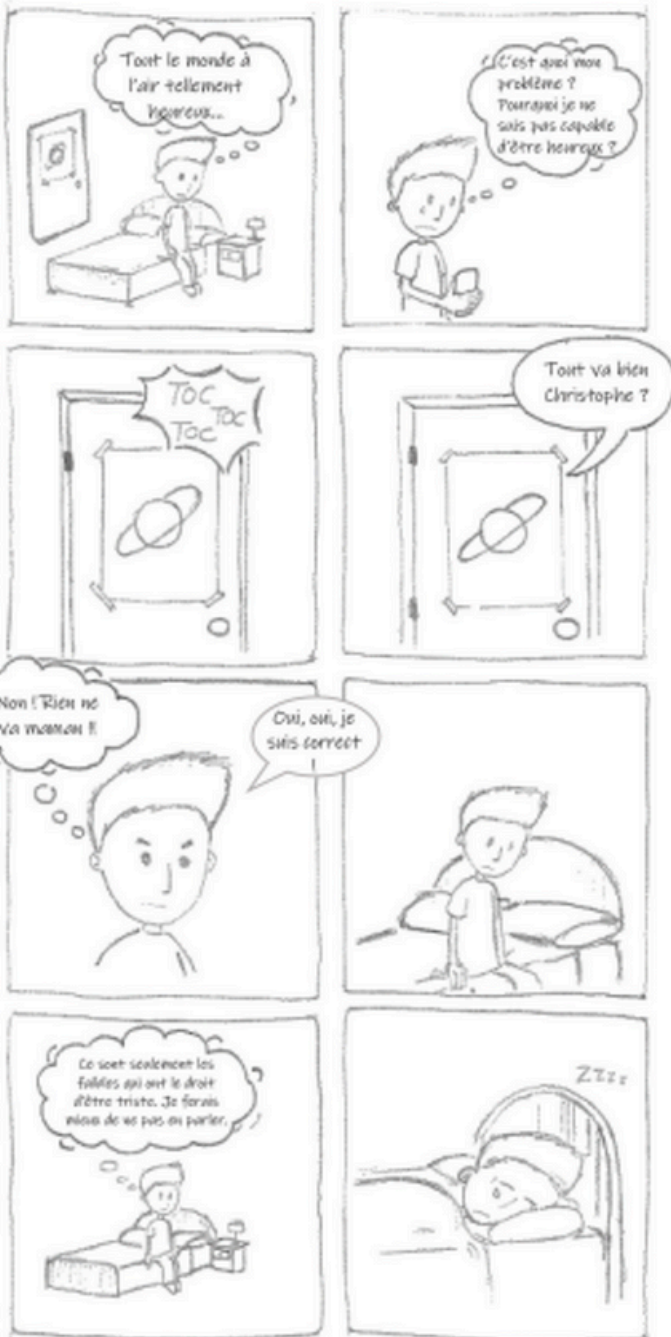


Si vous étiez Christophe, que feriez-vous parmi les scénarios suivants ?



# L'histoire de Christophe

Scénario 2



Scénario 3



# L'histoire de Christophe

## Scénario 4



# L'histoire de Christophe

## QUESTIONS POUR LE RETOUR SUR LA LECTURE

**1. Quel scénario avez-vous choisi pour Christophe et pourquoi?**

**2. Qu'ont en commun les scénarios 1, 3 et 4?**

Christophe décide de se confier à quelqu'un.

**3. Quelles sont les solutions que vous pouvez mettre en place lorsque vous vous trouvez dans une situation similaire à celle de Christophe?**

On cherche ici comme solutions : aller parler à quelqu'un en qui on a confiance (parents, ami·e·s, professeurs, frère/sœur, etc.), contacter des organismes par l'intermédiaire de leur ligne d'écoute (Tel-jeunes, la Maison l'Éclaircie, ANEB, etc).

**4. Qu'est-ce qui se passe dans le deuxième scénario?**

Christophe a une attitude négative à son égard. Il se rabaisse en se comparant à ce qu'il perçoit dans les réseaux sociaux et n'accepte pas les sentiments qu'il vit. On peut ouvrir la discussion sur ce que l'on perçoit sur les réseaux sociaux par rapport à la réalité.

**5. Qu'est-ce que Christophe pourrait se dire à la place?**

Christophe pourrait se dire qu'il est normal de se sentir de cette façon. Il pourrait établir une liste de toutes les personnes à qui il pourrait parler de ses émotions. Il pourrait établir une liste des choses qu'il aime faire et trouver des solutions pour les adapter au contexte qu'il vit. Il pourrait nommer tous les gestes positifs qu'il pose et déterminer pour quelle raison il les fait.

**6. Que reprenez-vous de cette activité?**

