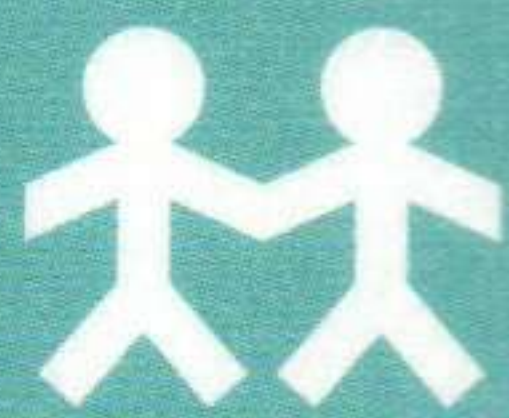


# Feuillelet explicatif

ImProsocial



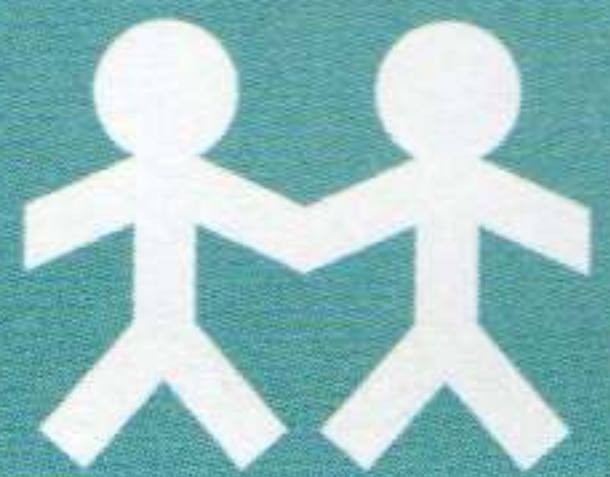
Habiletés  
sociales



Émotions

Placote





## Habiletés sociales

Utiliser ses habiletés sociales dans des mises en situation

### Le développement des habiletés sociales

Les habiletés sociales impliquent des comportements et des attitudes qui amènent l'enfant à interagir positivement avec les autres. Dès la petite enfance, l'enfant développe des habiletés sociales de base qui lui permettent d'entrer en relation avec les autres (p. ex. en saluant, en se présentant, en partageant), d'être poli (p. ex. en remerciant, en s'excusant) et de maintenir une interaction (p. ex. en regardant une personne dans les yeux, en attendant son tour de parole).

Plus l'enfant avance en âge, plus il développe des habiletés sociales complexes. Pour ce faire, il doit être conscient de lui-même, c'est-à-dire de ses émotions, de ses champs d'intérêt et de ses forces. Il doit aussi bien comprendre que ses comportements ont des conséquences sur les autres.

Le tableau qui suit présente des habiletés sociales que l'enfant développe graduellement de l'enfance à l'adolescence.

| Habilité sociale  | Exemple de comportement associé                                    |
|---|--|
| Contrôler ses émotions et les exprimer adéquatement lors d'interactions sociales. | Garder son calme pour être capable de trouver de bonnes solutions. |
| Comprendre différents points de vue et démontrer de l'empathie.                   | Identifier les émotions des autres.                                |
| Gérer les relations adéquatement lors de conflits.                                | Coopérer et demander de l'aide.                                    |
| Prendre des décisions justes et responsables.                                     | Trouver des compromis satisfaisants pour tous.                     |
| Être capable de s'affirmer.   | Exprimer ses préférences par rapport à la musique ou aux sports.   |
| Faire preuve de raisonnement moral.   | Agir selon ce qui est considéré comme bien.                        |

Le développement des habiletés sociales de l'enfant facilite son adaptation dans plusieurs situations et contribue à lui faire vivre des interactions positives avec les autres. De façon générale, cela lui permet d'avoir des relations de qualité. On peut dire d'un enfant qui adopte des comportements positifs envers les autres qu'il agit de façon *prosociale*.



### Le saviez-vous ?

Pour l'enfant, l'apprentissage des habiletés sociales se fait surtout en observant comment ses parents et ses proches s'y prennent pour interagir avec les autres et en tentant de les imiter. Plus une habileté sociale est pratiquée dans divers milieux et renforcée par les adultes et les pairs, plus l'enfant risque d'y avoir recours au bon moment lorsqu'il en aura besoin.

### Pourquoi le jeu ImProsocial ?

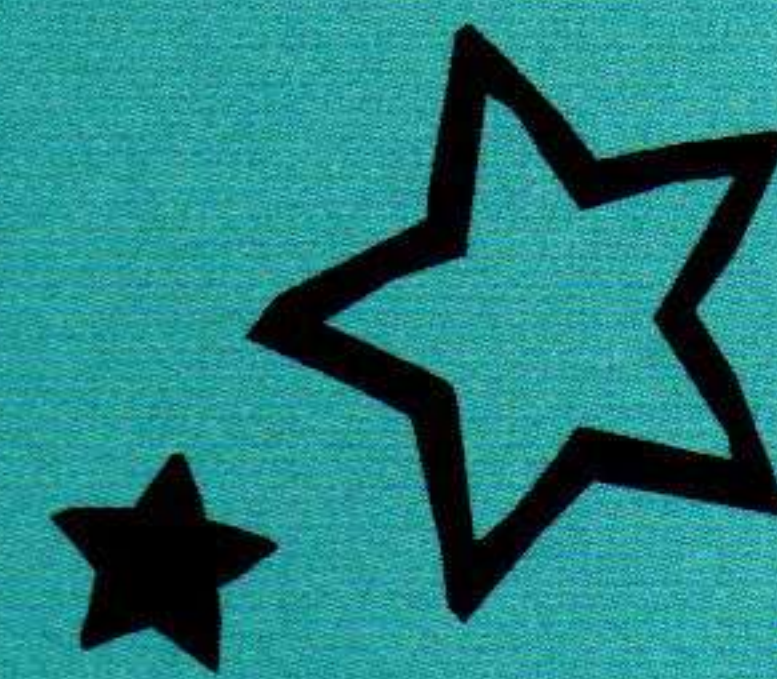
Le jeu **ImProsocial** est pertinent pour les jeunes de 8 à 14 ans, car il présente des mises en situation qui ont été pensées pour eux, autant sur le plan des habiletés ciblées que de celui des contextes proposés. Le fait que l'enfant peut se mettre en action dans ces situations fictives l'aide à adopter de nouveaux comportements positifs qu'il n'aurait peut-être pas eus au quotidien. L'enfant a ainsi l'occasion de développer des habiletés sociales qu'il sera en mesure d'utiliser lorsqu'il vivra réellement une situation semblable.

Le jeu **ImProsocial** facilite aussi la rétroaction du parent à son enfant (p. ex., le parent peut dire: «Ce que tu as choisi de dire à ton ami était très respectueux.»). En effet, il peut être plus difficile d'offrir cette rétroaction dans la vie de tous les jours, dans le feu de l'action, en dehors d'un contexte ludique.





# Comment aider votre enfant pendant le jeu ?



Avant l'improvisation, si votre enfant a de la difficulté à s'imaginer dans la mise en situation proposée, vous pouvez attirer son attention sur certains aspects qui vous semblent importants, par exemple: «Crois-tu que le personnage que tu vas jouer a demandé la permission à ses parents?» Si votre enfant n'arrive pas à vous répondre, vous pouvez expliquer en vos mots la situation et parler du sentiment que peut ressentir le personnage. Cela constitue un bon point de départ pour permettre à votre enfant de réaliser son improvisation. N'hésitez pas non plus à apporter votre aide pendant l'improvisation si cela vous semble pertinent.

Une fois l'improvisation réalisée, vous gagnez à faire un retour en vous basant sur la liste de questions fournie. N'insistez pas sur le fait que votre enfant n'a pas fait preuve des habiletés sociales attendues dans la situation. Il pourrait alors se décourager et se désintéresser du jeu. Félicitez-le plutôt pour tous ses bons coups. Cela demeure la meilleure façon de maintenir sa motivation à adopter de nouveaux comportements positifs.

## ?? Le saviez-vous ?

Certains enfants éprouvent des difficultés à apprendre en imitant les autres. Par exemple, les enfants ayant des difficultés liées à l'attention ou à l'impulsivité perçoivent et décodent plus difficilement les signaux sociaux qui permettent d'interagir adéquatement avec les autres. Pour aider ces enfants, il est recommandé de les amener à s'auto-observer, à évaluer leurs comportements et à anticiper les conséquences possibles lors des interactions sociales. Cela favorise leur responsabilisation et l'adoption des habiletés sociales attendues.

Voici des exemples de répliques qui font preuve d'attitudes prosociales, acceptables et inadéquates socialement.

### Mise en situation 1 :

Tu suis des cours d'arts martiaux depuis quelques mois déjà, LA discipline que tous les membres de ta famille pratiquent depuis des années. Mais ce sport ne t'intéresse pas beaucoup et tu souhaites abandonner avant la fin des classes. Tu en parles à ta mère. **Que dis-tu à ta mère ?**



**Attitude prosociale :** « Je ne souhaite plus faire ce sport, j'aimerais en essayer un autre à l'automne prochain. »



**Attitude acceptable :** « J'en ai assez, ça m'ennuie. »



**Attitude inadéquate socialement :**  
« Le professeur est mauvais, c'est emmerdant ! »

### Mise en situation 2 :

Avec tes amis, tu as ri d'un élève de ta classe, mais tu te sens maintenant mal à l'aise à son égard. Tu regrettes vraiment d'avoir agi ainsi et tu décides de t'excuser. **Que dis-tu à cet élève ?**



**Attitude prosociale :** « Je suis désolé d'avoir ri de toi, je ne voulais pas te faire de peine. Que puis-je faire pour m'excuser ? »



**Attitude acceptable :** « Je m'excuse d'avoir fait cela. »



**Attitude inadéquate socialement :**  
« C'était tellement drôle ce que tu as fait ; je n'ai pas pu m'empêcher de rire ! »





## Pour aller plus loin...

**ImProsocial** aide l'enfant à réfléchir au sujet des comportements prosociaux et à adopter ce type de comportements. Toutefois, l'apprentissage gagne à être poursuivi au quotidien. Voici quelques conseils pour aider votre enfant à avoir recours par lui-même à des comportements prosociaux :

- Discutez avec votre enfant de modèles sociaux positifs à imiter. Par exemple, parlez à votre enfant des comportements sociaux adéquats d'un personnage de film ou expliquez-lui pourquoi vous avez remercié une personne au magasin.
- Exposez les raisons pour lesquelles il est utile d'adopter un comportement prosocial et parlez des conséquences possibles de ce comportement, à la fois sur soi et sur les autres, par exemple : «As-tu remarqué le beau sourire de ton ami lorsque tu l'as salué ? Est-ce que toi aussi ça t'a fait plaisir ?»
- Nommez les comportements prosociaux adoptés par votre enfant pour qu'il en prenne conscience, et félicitez-le en disant par exemple : «Tu as bien compris que grand-maman était fatiguée et avait besoin de calme, je suis fier de toi!»
- Organisez des occasions de socialisation qui encouragent les amitiés comme inviter des amis à la maison ou accompagner votre enfant à une activité de quartier. Pour les enfants qui éprouvent plus de difficultés, il est préférable de commencer avec un ou deux amis, de proposer une activité structurée (jeu de société, activité dirigée) et d'éviter les jeux qui suscitent une compétition entre les enfants. En ce sens, les activités de coopération sont à privilégier.



nouvelle



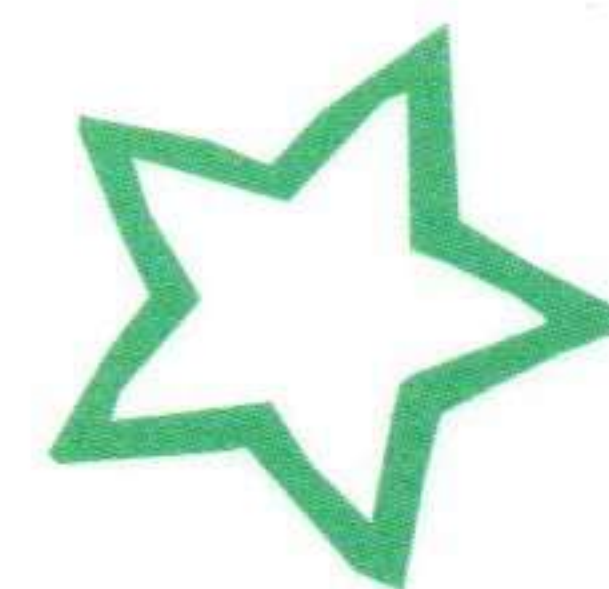
orthographe

Ce produit est conforme à la nouvelle orthographe



### Un coup de pouce ?

Si votre enfant éprouve des difficultés à se faire des amis et à maintenir ses amitiés dans le temps, il pourrait avoir besoin d'un coup de pouce pour améliorer ses habiletés sociales. Les intervenants du milieu scolaire offrent de bons conseils à ce sujet. De plus, ils pourront au besoin vous recommander de rencontrer un technicien en éducation spécialisée ou un psychoéducateur qui pourra outiller votre enfant par rapport à cette situation.



### Référence

Lemelin, J.-P., Provost, M. A., Tarabulsky, G. M., Plamondon, A., et Dufresne, C. (Éds). (2012). *Développement social et émotionnel chez l'enfant et l'adolescent. Les bases du développement. Tome 1*. Québec : Presses de l'Université du Québec.

### L'équipe d'ImProsocial

**Auteurs du jeu :** Stéphanie Deslauriers et Geneviève Lévesque  
**Auteurs du feuillet :** Geneviève Lévesque et Claudia Verret  
**Révisseuse linguistique :** Caroline Laflamme  
**Directrice de la collection :** Marie-Ève Bergeron-Gaudin

**Directeur éditorial :** Simon Tobin  
**Directrices artistiques :** Vanessa Dionne et Anne-Marie Lévesque  
**Consultantes :** Solène Bourque et Claudia Verret



# RETOUR SUR L'IMPRO:

## LISTE DE QUESTIONS\*

1. Pendant l'improvisation, penses-tu avoir adopté un comportement positif ?  
Si ce n'est pas le cas, quel aurait été ce comportement, selon toi ?
2. Pendant l'improvisation, quelles conséquences ton comportement a-t-il eues sur l'autre personnage ? Est-ce que cela t'a surpris ?
3. Pendant l'improvisation, penses-tu que l'autre joueur a adopté un comportement positif ? Si ce n'est pas le cas, quel aurait été ce comportement, selon toi ?
4. Pendant l'improvisation, crois-tu que l'autre personnage aurait pu réagir différemment ?  
Est-ce que cela aurait été mieux ?
5. Si la situation s'était présentée dans la vraie vie, penses-tu qu'il aurait été souhaitable d'adopter le même comportement ? Pourquoi ?
6. Si tu avais vécu cette situation dans la vraie vie, comment te serais-tu senti ?
7. Si tu avais vécu cette situation dans la vraie vie, comment l'autre aurait-il réagi par rapport à ton comportement, selon toi ? Et comment se serait-il senti ?
8. Est-ce que tu penses que le comportement que tu aurais adopté dans la vraie vie et que tu juges positif permet toujours d'avoir des relations positives avec les autres ?  
Comment pourrais-tu faire pour avoir un comportement positif semblable si tu te retrouves dans le même genre de situation à l'avenir ?

★ Si vous avez choisi de jouer avec la roulette, votre enfant adoptera parfois un comportement qu'il ne juge pas positif, simplement pour respecter la contrainte. Vous pourrez dans ce cas lui poser les mêmes questions, mais en lui signifiant que vous comprenez pourquoi il a adopté un comportement moins adéquat.