

Équipements	Les articles pertinents pour faire l'activité choisie
Résultat(s) d'apprentissage	Développer les aptitudes relationnelles en choisissant une activité à laquelle la jeune personne peut participer avec d'autres membres de la famille.

## Description

Il est parfois difficile pour les jeunes personnes de communiquer et collaborer avec les membres de la famille qui habitent sous le même toit. Invitez la jeune personne à réfléchir à des activités qu'on pourrait faire ensemble, ou bien une activité ou une compétence que la jeune personne aimerait que vous partagiez avec lui/elle, ou une activité ou une compétence qu'il ou elle aimerait apprendre à la famille.

Expliquez à la jeune personne qu'il faut songer à une activité agréable qui peut se faire en compagnie d'au moins un autre membre de la famille. Par exemple, on pourrait jouer une partie de cartes, créer une routine de danse, regarder les photos de famille, préparer des muffins, ou jouer une partie de basketball.

## Compétences de bien-être émotionnel



### RÉFLÉCHIR

Les élèves développeront des habiletés cognitives et apprendront des stratégies d'autogestion et de prise de décisions, et des compétences interpersonnelles.



### RESSENTIR

Les élèves développeront des habiletés affectives et des stratégies qui favorisent des relations saines et positives avec soi-même, avec autrui et avec l'environnement.



### AGIR

Les élèves mettront en pratique des habiletés et des stratégies comportementales qui favorisent un processus décisionnel responsable, la conscience de soi et la conscience sociale.



## Questions de réflexion

La réflexion est une étape importante de l'apprentissage favorisant le bien-être émotionnel. Pensez à poser les questions de réflexion ci-dessous à la jeune personne et discutez des réponses avec l'élève.

- *Comment te sentais-tu durant l'activité? Comment se sentaient les autres membres de la famille?*
- *Peux-tu penser à d'autres activités que tu pourrais proposer pour faire en compagnie des membres de la famille?*