VOUS METTEZ EN PLACE UNE ACTIVITÉ D'EXPRESSION SUR LA CRISE ACTUELLE, QUELLE POSTURE ENVISAGER ?

La plupart d'entre nous vivons un déconfinement pour la première fois de notre vie. C'est donc très difficile d'anticiper ce qui peut arriver et de s'y préparer.

Si vous envisagez de mettre en place une activité d'expression autour de la crise du covid-19, des aspects émotionnels peuvent vraisemblablement surgir. Les élèves vont peut-être exprimer leurs sentiments (culpabilité, perte de contrôle…) ou leurs ressentis face à la situation (craintes, inquiétudes…). Pour tous et toutes, l'expression émotionnelle est essentielle. Elle permet de libérer et d'extérioriser l'énergie associée aux émotions, de communiquer son état intérieur et de pouvoir recevoir du soutien.

Nous avons recensé **quelques situations vécues** lors de la mise en place d'activités d'expression proposées dans notre outil déconfinement. Nous avons tenté de les adapter à votre contexte professionnel actuel. **Elles sont là pour vous aider et vous permettre d'activer vos ressources personnelles afin d'accompagner les élèves dans ce contexte inédit.**

« Lors d'une activité d'expression . . .

(espace de parole ou autre activité d'expression)

. . . j'ai constaté que les élèves ne savaient pas très bien quelle distance relationnelle adopter avec moi, ou qu'ils·elles pensaient que j'allais davantage intervenir dans la discussion ».

Posture : faciliter la parole.

. . . les élèves n'ont pas du tout accroché, alors qu'ils·elles m'avaient clairement exprimé leur besoin de mettre en place une telle activité ».

Posture : être flexible et s'adapter.

. . . un·e élève s'est mis·e à pleurer ou à parler d'une façon que je juge agressive ».

Posture : pratiquer l'écoute active.

. . . certain·e·s élèves semblent écouter ou observer l'activité sans y participer ».

Posture : respecter le droit que chacun·e a de s'exprimer ou pas.

. . . je suis choqué·e par certains propos et j'ai envie d'intervenir pour rectifier ce qu'ils·elles pensent ».

Posture : pratiquer le non-jugement.

Faciliter la parole...

La difficulté ici est de **sortir de votre rôle habituel.** En tant que prof, il consiste principalement à accompagner les élèves dans la construction de leurs savoirs et compétences et d'en évaluer l'acquisition. Dans une activité d'expression, le rôle est différent. Vous êtes là pour **garantir le respect du cadre** nécessaire au bon déroulement de l'activité, **sans trop intervenir ou rectifier** ce qui se dit. Vous **facilitez et relayez la parole** des jeunes en leur donnant des outils pour exprimer ce qu'ils·elles ressentent **sans y porter de jugement**.

Les élèves peuvent être désarçonné·e·s par ce changement de posture. Avant de commencer ce type d'activité, il convient donc de **clarifier votre rôle** avec eux·elles.

Pratiquer l'écoute active...

Quand une personne exprime un mal-être (peu importe son expression : colère, tristesse...), une façon de l'aider est de **pratiquer l'écoute active**. Il ne sert à rien de nier ou de minimiser le ressenti (« *ce n'est rien, ça passera* »), sa colère (« *ça ne sert à rien* »), car **un ressenti n'est jamais faux**, puisque c'est ce que vit la personne. Il est préférable de laisser le·la jeune s'exprimer en acquiescçant à ce qu'il·elle dit et en l'encourageant par un **langage d'acception** : « *je comprends* », « *je vois* »...

Vous pouvez ensuite l'aider **en reformulant** ce qu'il·elle dit et en posant des **questions ouvertes**. Par exemple : « *donc, si je comprends bien, tu as eu le sentiment que… ? As-tu une solution pour … ? Et si tu faisais cela, quel bénéfice cela aurait-il pour toi ? …* ».

L'écoute active est un outil puissant qu'il **convient néanmoins d'arrêter** :

- **Si le·la jeune ne veut plus participer**, ne pas insister et revenir vers lui par la suite pour s'assurer qu'il·elle n'a pas besoin d'aide (cf. dans la FAQ).
- **Si vous estimez que certains propos ou comportements mettent à mal la poursuite de l'activité** avec le reste du groupe. Il convient de **réguler** cette conduite **en expliquant clairement** pourquoi vous faites cela : « *je comprends ta colère, mais quand tu dis que… ce n'est pas respectueux pour… et je ne peux pas te permettre de tenir de tels propos* ». Après l'activité, vous pouvez revenir vers l'élève pour discuter, et le cas échéant, le·la **réorienter vers le CPMS ou un service d'écoute/d'aide spécialisé** (cf. outil ressources utiles, p.2).

Respecter le droit que chacun·e a de s'exprimer ou pas…

Ces activités sont basées sur la **liberté d'expression** : si on force un·e jeune à s'exprimer, on ne respecte pas cette liberté. Il est souhaitable de **laisser de la place aux silences** des élèves sans forcer l'expression. **Ce que vit chacun·e lui appartient**, ainsi que le désir de l'exprimer ou pas.

Pratiquer le non-jugement…

Dans ce type d'activité, il ne s'agit ni de déterminer qui a tort ou raison, ni d'évaluer la pertinence des propos, mais de permettre un **lieu d'expression libre**. Tant que le respect des un·e·s et des autres est présent (verbalement ou physiquement), il n'y a pas lieu d'intervenir pour rectifier les propos des élèves avec le risque de leur communiquer un jugement de valeur.

Il peut arriver que des discussions s'enveniment et que des arguments, pour défendre une position, vous semblent faux :

- Rappelez qu'il faut **parler en « je », ne pas nommer ou désigner une personne.**
- Expliquez que l'activité n'est **pas un lieu de débat**, que l'on n'est pas là pour dire qui a tort ou raison, mais pour **exprimer ce que l'on ressent**.
- **Interrompez l'activité si des propos tenus ne respectent pas le cadre convenu**, vous semblent **intellectuellement dangereux** (fake news) ou **portent atteinte à une personne ou un groupe de personnes**. Faites-le en **nommant** clairement les choses, par exemple : « *quand vous dites que… vos propos sont irrespectueux ou dangereux car… Je ne peux pas vous permettre de continuer à les tenir. Si c'est le cas, on arrêtera l'activité* » - « *Quand vous faites… vous ne respectez pas cette règle : … Si elle continue à ne pas être respectée, nous devrons interrompre cette activité* ».

Etre flexible et s'adapter...

Certaines activités peuvent **convenir à un groupe et pas à un autre** : pas de stress, ce n'est **pas grave** si une activité ne fonctionne pas, cela **ne remet pas en cause vos qualités pédagogiques**. Si cette situation survient, vous pouvez en discuter avec les élèves pour **comprendre** ce qui ne leur convient pas : peut-être qu'ils·elles n'aiment pas s'exprimer en public, qu'ils·elles préfèrent un autre moyen d'expression que celui proposé, qu'ils·elles ne se sentent pas assez en sécurité dans le groupe…

Si la raison est **liée au moyen d'expression, vous pouvez en proposer d'autres**. On a parfois tendance à privilégier la parole, or ce n'est pas l'unique manière de s'exprimer. Le dessin, l'expression corporelle , la mise en place d'une action solidaire … sont des moyens tout aussi efficaces que l'expression orale ou écrite (cf. l'outil création collective).
Si cela est **lié à un sentiment d'insécurité, proposez des activités individuelles** plutôt que collectives (cf. l'outil questionnaire individuel).