

Soutien aux élèves, aux familles, aux enseignants

Circonscription de Saint-Omer 2

1) Conseils Pour les parents et les enseignants :

Comment soutenir les enfants pour se remettre de cette catastrophe naturelle ?

Nous sommes tous bouleversés par ces scènes de désolation liées aux inondations qui touchent notre territoire.

Qu'un enfant soit victime ou spectateur de cette catastrophe, il est important qu'il puisse s'exprimer sur ce qui est vécu et ressenti.

Les enfants ont également besoin d'entendre les émotions de leurs proches, face à la situation. Si vous êtes choqués, surpris, attristés, inquiets... C'est le moment de partager ces émotions qui sont importantes pour eux dans la construction de leur empathie et leur capacité de gestion émotionnelle... Et qui vont permettre à l'enfant de ne pas se sentir seul et piégé dans des émotions et sentiments qu'il peine à reconnaître.

Les enfants ont besoin d'être écoutés.

Il est donc important, plutôt que de les saturer d'informations, de les **questionner** sur un mode plus passif : Comment vas-tu ? A quoi penses-tu ?...

Si l'enfant est petit, on peut se mettre à la table et choisir de **dessiner** tous ensemble, pour **raconter** ce qui est arrivé.

Si votre enfant ne marque aucun malaise, aucune inquiétude, il ne faut pas le forcer à en parler. Peut-être n'est-il pas prêt ou n'en éprouve pas le besoin. **Montrez-vous disponible sans être insistant.**

Au contraire, s'il exprime beaucoup d'inquiétudes, il faut éviter le classique "*oublie ça... pense à autre chose...*" qui marquerait une rupture dans le processus d'extériorisation. **Répondez avec patience** et répétez-vous s'il pose les mêmes questions.

Les enfants ont besoin d'être compris.

Ce qui peut effrayer un enfant, le marquer, n'est pas forcément ce que nous imaginons... dans le cas des inondations, c'est le fait par exemple de voir des gens évacués en barque, de voir des objets flotter ou des animaux.

Lorsqu'on écoute les plus petits, on est souvent surpris de ce qui les inquiète car ça ne correspond pas avec nos préoccupations d'adultes.

Il est, somme toute, indispensable de reconnaître que l'évènement a été grave, effrayant, difficile et douloureux pour que votre **enfant puisse se sentir validé dans ses perceptions**. Vous pouvez contribuer à faire aller mieux votre enfant s'il sait ne pas être seul à éprouver ce qu'il ressent. Faites-vous confiance et partagez votre ressenti. Si vous perdez le contrôle sur vos émotions, expliquez ce qui vous arrive, pourquoi cet événement vous affecte.

Les enfants ont besoin d'être rassurés.

Souvent, en voulant rassurer on peut tomber dans la réassurance utopiste en disant « *ça n'arrivera plus* » ou lorsque l'évènement est ailleurs « *ça n'arrivera jamais chez nous* ». Ce sont des arguments peu honnêtes en décalage avec notre langage non verbal et notre émotion. **Il vaut mieux dire la vérité à son enfant** plutôt que de lui mentir, au risque de le décevoir et de rompre la confiance qu'il a en nous.

Ne faisons donc pas de promesses intenables mais ne basculons pas non plus dans le catastrophisme. Il faut reconnaître que cela fait partie des évènements qui peuvent parfois arriver et rassurer en expliquant tout ce qui sera mis en place par les autorités, les services spécialisés, pour que cela n'arrive plus.

Il faut **souligner le positif de la situation**. S'émerveiller devant toute la solidarité, l'entraide, que cela génère aussi; pointer comment dans ces cas-là, les êtres humains sont capables de déployer toutes leurs forces, et de tisser des liens très forts, pour se relever et continuer.

Si votre enfant est en demande, **répondez avec patience à ses demandes** de tendresse.

Les enfants ont besoin d'être protégés.

Il faut aussi **faire attention à ce que les enfants ne soient pas confrontés aux images seuls**. Car celles qui passent en boucle à la télévision peuvent susciter de l'angoisse et engendrer une anxiété de séparation (peur de dormir dans son lit, de retourner à l'école, chez nounou, etc.), une attitude régressive (pipi au lit), agitation, colère, besoin de réassurance permanente par des questions incessantes... Dès lors, si vous prévoyez de regarder les nouvelles, faites-le ensemble et éteignez la télévision après avoir terminé, pour parler de ce qui se passe. Évitez de les regarder en boucle.

Si votre enfant a vécu l'évènement, il est important, de **surveiller son attitude, ses comportements** ; si ceux-ci changent beaucoup, il faut encore l'inviter à parler de ce qu'il a vécu, sans non plus le presser de questions.

Il ne faut rien suggérer mais le laisser exprimer ses émotions, ses peurs. Pouvoir parler de l'évènement certes mais aussi **positiver sur les petits détails** qui pour un enfant, pourront être vécus de façon très positive voire ludique : « *bon et bien du coup, on va vivre chez papi mamie pendant quelques jours, ils vont nous gâter un peu* », « *ce sera comme des petites vacances* ».

Il faut essayer au maximum de **maintenir les habitudes familiales ou au moins les rituels immuables** (la petite histoire avant l'endormissement, le câlin au doudou) et favoriser les temps en famille pour aider l'enfant à se sécuriser auprès des siens. Les habitudes ramènent un rythme normal et réduisent le temps que votre enfant peut passer à songer aux événements. Elles peuvent également l'aider à mieux dormir la nuit et à avoir l'impression que la vie est prévisible.

Soyez patient. Le stress causé par ces événements peut avoir des répercussions sur vous, vous rendre moins patient auprès de votre enfant ou vous inciter à moins l'écouter. N'oubliez pas de vous occuper aussi de vous. **Il ne faut pas hésiter à chercher le support d'un professionnel de l'écoute si la situation vous semble préoccupante, si vous craignez de mal faire ou si vous êtes vous-même trop envahi par l'évènement pour apporter un soutien adéquat à votre enfant.**

Enfin, l'impuissance est un sentiment pénible tant pour les adultes que les enfants. Écrire des lettres de remerciement aux personnes qui sont venues en aide à votre famille, aider à rebâtir votre communauté et prendre soin d'autres personnes sont des moyens de **reprendre espoir et contrôle**.

2) Ressources pour les enseignants:

Ne restez pas seuls :

- Le pôle ressource de circonscription est disponible pour répondre à vos interrogations.
- Une cellule d'écoute académique est à votre disposition chaque jour de la semaine au 03 20 15 62 00.

Ressources pédagogiques en lien avec les propositions de soutien effectuées en pages 1 et 2 :

<https://www.reseau-canope.fr/formations-thematiques/developpement-de-lempathie-pour-mieux-vivre-ensemble.html>

En descendant la page, vous trouverez une vidéo de Christophe Marsollier, inspecteur général de l'Éducation Nationale : « Accueillir les émotions des élèves ». Ces dernières pouvant avoir un impact psychologique et scolaire à ne pas négliger.

<https://lesfondamentaux.reseau-canope.fr/video/enseignement-moral-et-civique/respecter-autrui/les-emotions-de-ptit-cube/les-emotions>

- Une journée remplie d'émotions. L'émotion qu'est-ce que c'est ? (en vidéo)
- Album sur les émotions
- Art visuel (via un TBI)

Continuité pédagogique :

Le terme de continuité pédagogique implique surtout dans ce contexte exceptionnel l'objectif de garder le lien avec les élèves quand cela est possible.

Parfois, un enseignant peut se trouver en difficulté pour mener de nouveaux apprentissages à distance. Pensez alors à mobiliser des activités d'entraînement et/ou de révision, qui sont très loin d'être une perte de temps. L'entraînement, la révision, font partie du processus d'apprentissage !

En raison du contexte particulier (dans le cas où le domicile de l'élève est sinistré, lorsque l'élève est gardé par des grands-parents, ou quand les enseignants se trouvent en situation complexe), la **souplesse et l'adaptabilité sont les mots d'ordre de notre action.**

Un courriel de Monsieur le Directeur académique nous rappelle ce lundi 13 novembre deux liens vers des outils :

<https://pedagogie.ac-lille.fr/>

<https://eduscol.education.fr/1989/continuite-pedagogique-dans-le-premier-degre>

Nous vous souhaitons beaucoup de courage
Pour l'accompagnement de nos élèves dans
Contexte exceptionnel.

Le pôle ressources de circonscription
de Saint-Omer 2

