

et jeunes dans leurs apprentissages par la construction progressive d'une méthode de travail.

Globalement, le niveau de satisfaction semble être largement positif. Cependant, comme chaque année, l'évaluation la plus mitigée concerne la possibilité de transfert dans la pratique et l'ancrage des contenus dans la réalité concrète du terrain.

Ce point est à rapprocher des discussions en cours de formation sur les difficultés d'utiliser une méthodologie au sein d'une EDD dont les animateurs ne l'appliquent pas tous.

Les principaux éléments mis en évidence dans les évaluations portent sur la réactivation et l'intégration des notions vues lors de l'initiation, mais également sur le sentiment d'avoir une bonne vue d'ensemble de tous les gestes mentaux en fin de niveau 2.

Certains participants disent leur envie d'approfondir encore la gestion mentale et notamment le dialogue pédagogique.

Les participants mettent l'accent sur les effets positifs que la gestion mentale a produit sur leur pratique quotidienne et leur approche des jeunes et du travail en équipe. Ils évoquent également la nécessité de prendre le temps d'intégrer les gestes vus au niveau 2 pour pouvoir les transférer dans leur pratique.

Certains soulignent l'intérêt des exercices en sous-groupes afin de prendre conscience de la diversité de fonctionnement qui existe, mais également pour prendre conscience de leur propre fonctionnement.

D'autres ont apprécié les exercices de dialogue pédagogique en vue de l'appliquer avec les enfants dont ils s'occupent.

Du point de vue des savoir-être et des attitudes professionnelles, les participants parlent de changement de point de vue par rapport à l'échec de l'élève et de l'intérêt de prendre conscience de son propre fonctionnement pour l'aider à le dépasser. Certains participants disent avoir acquis une plus grande faculté de compréhension des problèmes rencontrés et d'introspection personnelle ainsi qu'une plus grande capacité à communiquer avec les enfants et les jeunes de leur groupe.

*« Pause relaxation :
créer une bulle de détente »*

La pause-relaxation offre aux enfants des clés pour apprendre à réguler leur énergie et leur relation avec les autres alors qu'ils abordent la vie sociale, scolaire et parascolaire.

Un temps de détente pour se retrouver, des jeux pour se découvrir, pour aider à se concentrer, à retrouver son calme, être à l'écoute de son corps et de ses émotions. Un temps bien utile pour les travailleurs aussi, pour pouvoir répondre aux exigences de leur métier en termes d'observation, d'attention et d'écoute.

Nous avons à nouveau sollicité l'intervention de Michèle Clette pour accompagner les participants dans cette découverte.

Proposée pour la deuxième année consécutive après une évaluation excessivement positive, la formation a connu à nouveau un beau succès.

Riche de son expérience multiple et pleine de sensibilité dans son approche, la formatrice leur a fait découvrir et mettre en pratique des outils simples et adaptés qui permettent tant aux enfants qu'aux adultes de retrouver une meilleure dynamique. Michèle propose en effet d'expérimenter des jeux de détente, des séquences de mouvement et de massage, des exercices de respiration, d'ancrage, de relaxation et de méditation imagée.

Autant d'exercices ludiques issus de différentes techniques de relaxation (yoga, shiatsu, etc.) abordables par tous et adaptables à tout âge.

Il s'agissait de donner aux participant(e)s des outils simples et adaptés qui puissent leur permettre d'obtenir une meilleure dynamique au sein du groupe d'enfants, de jeunes ou d'adultes; de trouver une détente physique et un calme intérieur pour chacun des acteurs; d'apprendre à se concentrer, être conscient de ses énergies; de développer la confiance en soi et ses potentiels; d'affiner la perception du schéma corporel et de faire repérer à chacun son mode de fonctionnement en sorte de le rendre plus autonome pour gérer par lui-même comportements, stress et émotions.

Les douze participantes (dont 3 enseignantes de deux écoles différentes et une formatrice indépendante) se sont montrées particulièrement investies dans la formation. Tant le respect de chacune que la participation active permanente et le partage d'expériences dans la bienveillance ont renforcé la dynamique mise en place par la formatrice.

La convivialité, le climat de confiance et le cadre mis en place par la formatrice ont été bénéfiques à l'esprit de groupe. La ponctualité et l'assiduité des participantes ont permis à la formatrice de mener à bien son programme.

Il a été très intéressant d'entendre les participantes sur les motivations de leur inscription, levant un coin de voile sur leurs conditions de travail au quotidien.

Elles rapportent clairement des problèmes de concentration des enfants et l'observation d'état d'excitation de ceux-ci, même très jeunes, à l'école ou quand ils arrivent à l'école de devoirs.

Dès lors, elles cherchaient à compléter leurs connaissances d'outils pour amener les enfants à gérer leurs émotions (deux participantes pratiquaient déjà le yoga et le brain gym); à pouvoir affiner la perception des états émotionnels des enfants pour déterminer les activités à mettre en œuvre pour les aider à gérer leur stress, mais aussi les problèmes relationnels qui naissent à certains moments dans la cour de récréation, ou pour élaborer des ateliers liant bien-être et écologie pour la participante indépendante (praticienne en reiki).

Globalement, le niveau de satisfaction est largement positif. Concernant l'ancrage des contenus dans la réalité concrète du terrain et la possibilité de transfert dans la pratique, le taux de satisfaction est en hausse par rapport à l'année passée.

Ceci est à mettre en relation avec le fait que la formatrice a adapté ses propositions d'exercices aux conditions matérielles et d'organisation des EDDs rapportées par les participants de l'année passée.

Il apparaît que les EDDs n'ont pas toujours l'espace disponible pour faire des séquences de mouvement et de massage en groupe. Cela dépend également de leur organisation : dans certaines EDDs, les enfants arrivent au « compte-goutte »

pendant le premier quart d'heure. Il est donc plus difficile de mettre en place une séquence de recentration avant de démarrer les devoirs.

Sur le plan des apports théoriques, les participantes ne présentaient pas le même acquis avant de commencer la formation. Pour certaines, ayant étudié la psychopédagogie ou s'étant déjà intéressées au domaine, les apports théoriques étaient un rappel.

Une d'elle témoigne que la partie théorique comportait beaucoup d'éléments qui entraient en relation avec la formation aux intelligences multiples qu'elle avait suivie. D'autres, pour qui c'était nouveau, mettent en avant l'apport de réelles connaissances du fonctionnement du corps et du cerveau (scientifiques) qui permet une plus grande capacité à différencier leur approche (définitions des positions de fuite, de lutte et d'inhibition, différenciation et progressivité entre recentration/respiration/relaxation).

D'autres encore soulignent l'intérêt du lien entre la théorie et les exercices.

Les participantes considèrent, en grande

majorité, que la formation leur a apporté une quantité importante et variée d'outils et de pistes à exploiter dans leur pratique professionnelle.

Plusieurs précisent qu'ils sont directement exploitables avec peu de moyens sur le terrain ou qu'ils leur donnent des idées pour en créer elles-mêmes.

Une autre porte intérêt à l'aspect ludique des propositions de travail de la respiration avec les enfants.

Il est à noter que les supports fournis par la formatrice sont conséquents : un cahier d'exercices et jeux, directement applicables pour la plupart, expérimentés pendant la formation, et des feuillets de liens théoriques fouillés et nombreux dans le domaine des disciplines dont sont issus les exercices, les neurosciences ou la physiologie.

Du point de vue des savoir-être et des attitudes professionnelles, les participantes parlent d'impact positif de la formation tant au niveau de leur relation interpersonnelle avec les enfants qu'au niveau personnel.

Dans l'exercice de leur pratique professionnelle, la majorité des

participantes témoignent d'expériences réalisées entre les deux journées de formation et qui ont permis, par exemple, de prendre en charge par la re-centration, une petite fille en situation de crise de nerf dans un atelier informatique, d'amener un groupe d'enfants à faire retomber les tensions générées pendant une récréation par des exercices de respiration.

Dans sa majorité, cependant, le groupe a terminé la formation avec un goût de « trop peu » dans le sens où l'esprit de groupe amené par la formatrice était très riche, bienveillant et chaleureux.

De nombreuses participantes ont suggéré d'ajouter une troisième journée à la formation pour approfondir les exercices vus, mais également pour le partage en groupe et les retours de la formatrice sur leurs expériences de terrain. Une journée qui sera dorénavant proposée lors des formations suivantes lorsque programmées.

Véronique Marissal au départ des propos recueillis dans les évaluations de fin de formation

