

Emotions, nature et m

A l'école Saint-Vaast, une classe de maternelle pratique chaque semaine l'école du dehors. Et pour aider les enfants à verbaliser leurs émotions, Marie-Laurence Jadot, leur institutrice, s'inspire de la Métanature, une méthode de médiation par la nature. Démonstration.

Avec hargne, Yanis creuse un trou dans la terre. Quelques copains de classe veulent se joindre à lui. Il s'énerve. « Laissez-moi tranquille, je veux le faire tout seul ! » Sa colère éclate, disproportionnée.

Lors du tour de météo intérieure, chaque enfant exprime son humeur du jour en partant d'un élément météorologique. Maya lâche : « Nuage... ». Ça fait plusieurs jours que la météo de Maya est nébuleuse...

Pendant les jeux libres, Thomas est agressif envers Milo. Il veut être le seul à grimper à l'arbre. Il le rejette à plusieurs reprises et se fâche.

Ces moments où les émotions s'immiscent, bouillonnent, explosent, Marie-Laurence Jadot, institutrice, les vit avec ses élèves. Comme dans toute école... Si ce n'est qu'ici, l'école se fait dehors. Depuis cinq ans, Marie-Laurence et sa collègue Anne pratiquent l'école du dehors avec leur classe de maternelle de l'école Saint-Vaast. Trois matinées par semaine et tout au long de l'année, les élèves apprennent de et dans la nature, au milieu des bois.

Depuis peu, Marie-Laurence Jadot a recours à un nouvel outil auquel elle s'est formée à Paris : la Métanature². Cette méthode de médiation par la nature s'appuie sur trois ingrédients de base : la nature, la métaphore et les cinq sens. Pour l'institutrice, ce fut une évidence : elle avait ces trois ingrédients sous la main et pouvait donc adapter la méthode à ses pratiques d'enseignante du dehors. C'est chose faite. Désormais, lorsqu'une situation de conflit intérieur se présente, elle s'appuie sur la Métanature pour libérer ses élèves de leur souci émotionnel et, ainsi, leur permettre de se remettre en posture d'apprentissage. Tout cela se passe dans un cadre sécurisant : la nature, qui les apaise et qu'ils connaissent puisqu'ils la côtoient trois fois par semaine.

Marie-Laurence Jadot raconte sa méthode

« Sur le sentier menant au bois, lors du tour de météo intérieur, pendant les jeux libres ou les moments d'apprentissages, on sent vite qu'il y a quelque chose qui ne va pas. Ce peut être des conflits avec les autres, des revendications et autres petits détails récurrents.

Je propose alors à l'enfant de venir avec moi pour une promenade, pendant que ses camarades sont occupés à une tâche, ce que permet plus facilement l'école en nature. L'élève donne la direction et le rythme de la promenade et je l'invite en toute liberté à exprimer ce qui le tracasse, ce qui motive son comportement, son langage, ses réactions... Il m'exprime alors qu'il se sent en colère ou triste, par exemple.

Ensuite, je lui dis : "Choisis un endroit, un coin ou un élément naturel qui ressemble à ce que tu ressens. Autour de toi, quelle est la partie de nature qui ressemble à ta colère ?"

Yanis, par exemple, m'a montré un arbre arraché, les éclats de bois pointant vers le ciel. Quant à Thomas, il a pointé un amas de ronces.

Après quoi, je demande : "Choisis un endroit de la nature ou un élément naturel qui te fait du bien. Là où tu te sentirais vraiment bien, détendu, heureux."

Thomas a opté pour le pied d'un arbre, dans un rayon de soleil. Maya a cueilli une feuille très douce au toucher.

J'invite ensuite l'enfant à expliquer son choix : "Cet espace, cet élément récolté, c'est comme quoi ? Ça te fait penser à quoi ? Ça ressemble à quoi ? Qu'est-ce qui t'attire ?"

Thomas m'a répondu : "Ça fait du bien, c'est chaud... Quand il fait chaud, qu'il y a du soleil, mon papa me dit toujours qu'il va m'emmener au parc jouer au ballon. Mais il ne le fait jamais ! Moi ça m'énerve."



métaphores



expérience

Peurs et sécurité : éduquer au risque

C'est alors que nous nous dirigeons vers « le jardin des possibles ». J'exprime ceci à l'enfant : "J'ai bien entendu que tu étais triste (ou en colère). Qu'est-ce qui, ici, dans la nature, pourrait te rendre moins triste, là tout de suite ?"

Yanis a construit un pont au-dessus de son trou pour que ses amis puissent passer sans pour autant y toucher. Thomas a trouvé un autre arbre qui lui plaisait et a grimé dessus à sa guise.

Cette méthode permet de gérer l'émotion du moment, en aidant les enfants à verbaliser ce qu'ils ressentent, à trouver un petit chemin pour qu'ils se sentent mieux. Mais elle ne vise pas à résoudre le problème en soi. La plupart du temps, après cet échange avec l'enfant, j'essaie d'engager une discussion avec les parents, pour les informer de ce que j'ai entendu, sans juger. Je suis enseignante, pas psychologue. Et dans certains cas, il me faut donc passer le relais à des personnes compétentes dans ce domaine.»

Céline TERET

Contact : Ecole du dehors de l'école libre Saint-Vaast -
<http://ecoledudehors.canalblog.com>

¹ En 2013, SYMBIOSES n°100 « Dehors, la nature pour apprendre » consacrait un article (p.18-19) à l'école du dehors de l'école de Saint-Vaast, à (re)découvrir via www.symbioses.be

² Plus d'infos sur la méthode Métanature conçue par Jean-Luc Chavanis : www.metanature.fr

« Waouh ! » au Baluchon

Au centre de Charleroi, le Baluchon accueille les écoles fondamentales pour une approche sensible et affective de la nature. L'Armoire Magique (un espace de jeux intérieur rappelant les coins et recoins de la forêt) et les sorties au bois sont autant d'occasions pour les enfants de découvrir et s'amuser, d'exploser de joie et de surmonter leurs peurs. « Les émotions vécues varient en fonction des enfants, de leur âge... mais il y a toujours beaucoup d'émerveillement et de joie, explique Marie Adam, responsable pédagogique au Baluchon. C'est pour eux l'occasion de découvrir, de sentir, de voir, d'observer, d'expérimenter... et de s'amuser. De manière générale, les enfants sont de moins en moins au contact de la nature et vont peu en forêt. Du coup, une fois qu'ils y entrent, certains explosent et courent partout, c'est comme une libération de joie. D'autres ont peur et il faut y aller progressivement. Dans tous les cas, l'animatrice est là pour rassurer et accompagner les émotions vécues. »

C.T.

> lire l'intégralité de cet article sur Mondequibouge.be

Dès les prémices d'un projet d'école visant à reconnecter les élèves à la nature, les scénarios-catastrophes se déversent, venant alimenter les peurs, multiples et variées, rationnelles et irrationnelles. Des peurs d'adultes: enseignant.e.s, directions, parents...

Céline Henriët, de l'asbl GoodPlanet, suit les projets *Ose le vert*, crée ta cour afin d'installer plus de biodiversité et de convivialité dans les espaces extérieurs des écoles. Céline, c'est un peu la coach qui rassure. Et être rassuré, le personnel éducatif et les parents en ont parfois bien besoin au démarrage d'un projet d'aménagement d'un espace nature, de petite ou de grande envergure, dans la cour de récréation. Et si un enfant venait à se blesser en grimant à l'arbre de la cour de récré ? Si un p'tit bout tombait dans la mare didactique ? Et si mes élèves se salissent au contact de la terre ? Et quid des piqûres d'abeilles aux alentours de l'hôtel à insectes ? Quid des risques d'empoisonnement au contact de certaines plantes ?

« On démarre nos accompagnements par une réunion de concertation avec tous les acteurs concernés, l'équipe éducative et extrascolaire, les parents intéressés... C'est un moment où on laisse s'exprimer les attentes et les motivations, mais aussi les craintes et les peurs. Ensuite, on détricote les infos et on fait des choix en fonction des capacités de chacun, en donnant toujours une place centrale à l'enfant et son bien-être. Nous veillons également à bien les informer et les outiller, afin qu'ils prennent conscience que se laisser guider par leurs peurs et ne rien faire dans l'idée d'éviter tout risque, c'est courir le risque... de faire pire ! »

En d'autres termes : décider de ne pas aménager des espaces de jeux naturels pour éviter que les enfants ne se blessent, ne se salissent ou pour éviter le changement, c'est aussi risquer que les élèves s'ennuient dans des cours de récré bétonnées, aseptisées et dénuées de tout risque apparent, et in fine, que des tensions surgissent. C'est aussi passer à côté des nombreux bienfaits psychomoteurs, sociaux et cognitifs que procure aux enfants un vrai contact à la nature. En se frottant au risque, un risque limité et acceptable, et sous le regard bienveillant d'un adulte, on apprend aussi à gérer ce risque lors de situations plus dangereuses.

C.T.

Plus d'infos à ce sujet : <http://www.oselevert.be/securite-et-education-au-risque.php>