

L'apprentissage socio-émotionnel à l'école

Le soutien Psychosocial

Pour un apprentissage holistique de qualité des
réfugiés et des déplacés internes



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)



Plan

- Re-connexion
- Le stress et le traumatisme et effets sur la scolarité
- La résilience et comment la promouvoir
- La place du SPS à l'école
- La pyramide d'interventions
- Réflexions finales

Les Objectifs de cet atelier



A la fin de cet atelier, vous allez pouvoir :

- reconnaître les effets du stress et du traumatisme sur l'apprentissage et le comportement social des élèves
- reconnaître le rôle du SPS dans la promotion de la résilience des élèves en contextes de crise.
- distinguer les différents besoins de soutien psychosocial
- classer les besoins et les interventions suivant la pyramide des interventions SPS-ASE
- proposer des interventions SPS adaptées et applicables dans votre propre contexte.

Ressources

Le présent matériel est développé en utilisant des ressources libres, notamment :

- **Le Module de formation de l'INEE sur SPS-ASE dans les situations d'urgences**
<https://inee.org/fr/resources/module-de-formation-de-linee-sur-sps>
- **Les premiers secours psychologiques : Guide pour les acteurs de terrain**
<https://www.paho.org/fr/node/44399>
- **Helping Traumatized Children Learn**
<https://traumasensitiveschools.org/trauma-and-learning>

Comment ça va ? - Rose, épine et / ou bourgeon

Rose = Un moment fort, un succès, une petite victoire ou quelque chose de positif qui s'est passé..

Épine = Un **défi** que vous avez vécu ou quelque chose pour lequel vous avez besoin de plus de soutien

Bourgeon = De nouvelles idées qui ont un **potentiel** ou quelque chose que vous avez hâte d'en savoir plus ou de vivre.

Rose



Succès

Epine



Défi

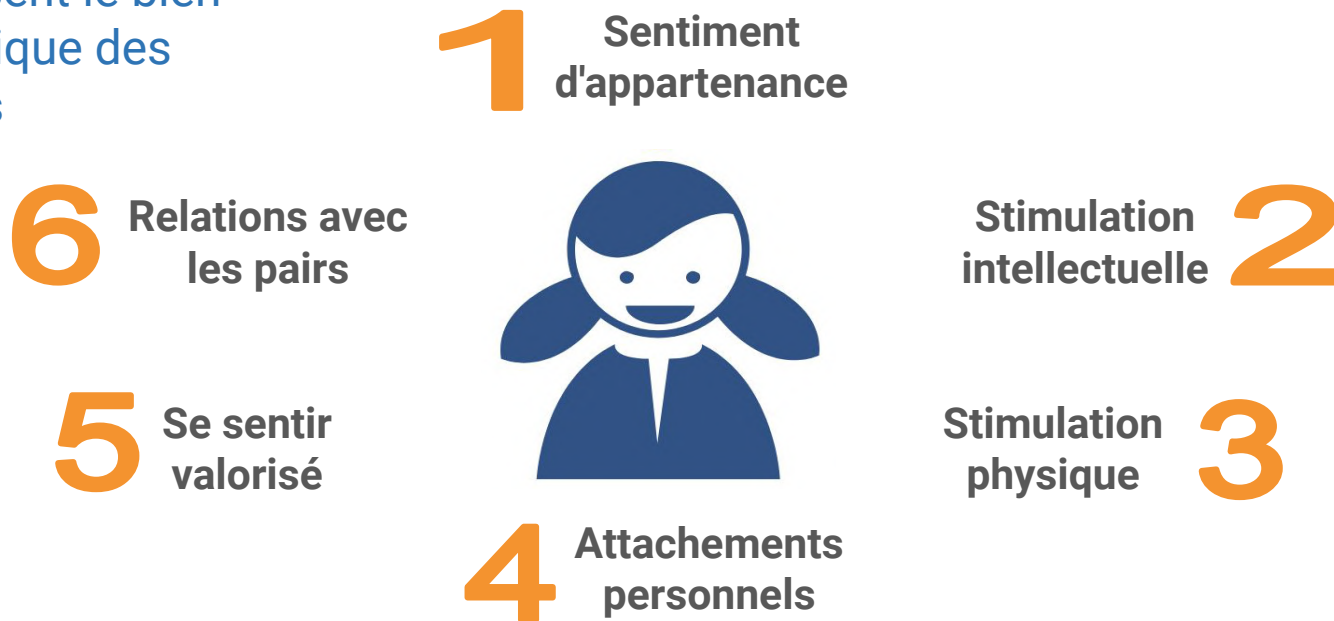
Bourgeon



Potentiel

Rappel - Le soutien psychosocial (SPS)

Processus et actions
qui favorisent le bien-être
holistique des
personnes



Exemple d'intervention SPS

Dessiner pour surmonter les traumatismes - UNICEF



Le stress et le traumatisme

Pourquoi parle-t-on du stress et du trauma ?



Réflexion: Qu'est-ce que le stress ?



1. Quelles situations engendrent du stress ?
2. Comment se sent physiquement une personne stressée ?
3. Comment se sent émotionnellement une personne stressée ?
4. Comment agissent les personnes qui sont stressées ?

Types de symptômes du stress



Les symptômes physiques se réfèrent aux réactions du corps.
(exemple : maux de tête ou d'estomac)

Les symptômes émotionnels se réfèrent aux émotions et à l'état d'esprit.
(exemple : se sentir dépassé)

Les symptômes cognitifs se réfèrent à la capacité de penser et de traiter l'information.
(exemple : difficulté à se concentrer)

Les symptômes comportementaux se réfèrent aux actions.
(exemple : se ronger les ongles)

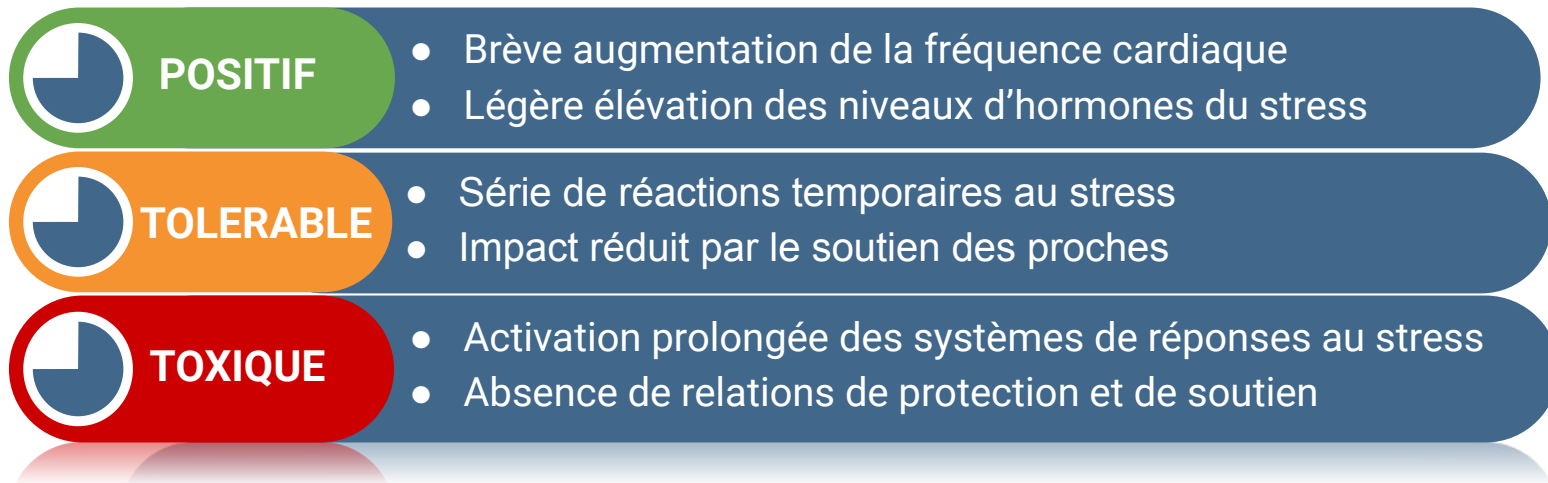
Activité - Classifier des symptômes du stress

Par petits groupes, vous avez 3 minutes pour classer quelques symptômes communs du stress.

? Pensez-vous à d'autres symptômes de stress ?

physique ce que votre corps ressent	émotionnel vos émotions et votre état d'esprit	cognitif votre manière de penser et de traiter l'information	comportemental vos actions

Niveaux de stress



Le stress et l'apprentissage ne font pas bon ménage !

Les chercheurs ont montré que des niveaux faibles et moyens de l'hormone du stress, le cortisol, améliorent l'apprentissage et améliorent la mémoire,

tandis que des niveaux élevés de l'hormone du stress ont un effet néfaste sur l'apprentissage et la mémoire.

Pour plus de détails : <https://www.edutopia.org/blog/the-science-of-fear-ainissa-ramirez>

Le stress en contextes de crise



Discutez dans de petits groupes des questions suivantes :

1. Quelles sont les situations de crise qui vous ont touché ou touché vos élèves ?
2. Quels sont les effets de la crise sur la vie des gens et leur quotidien ?
3. Quels types de symptômes du stress avez-vous observés ?
4. Quels symptômes de stress avez-vous observés dans votre propre comportement ?

Jeu de rôle - Gestion du stress

Imaginez que vous êtes un-e élève réfugié-e. Vous êtes dans un nouvel endroit sans votre famille. Vous fréquentez une nouvelle école avec de nouvelles personnes et un nouveau programme scolaire.

- Quels sont les moyens **positifs** pour gérer ce stress ?
- Quelles sont les moyens **négatifs** pour gérer ce stress ?

Le traumatisme

Cette section est adaptée de <https://traumasensitiveschools.org/trauma-and-learning>



Quand est-ce que on parle de traumatisme ?

Exemple - Les enfants de Diffa - Écouter ou lire l'article de DW :
[Niger : la vie est difficile pour les enfants déplacés à Diffa](#)

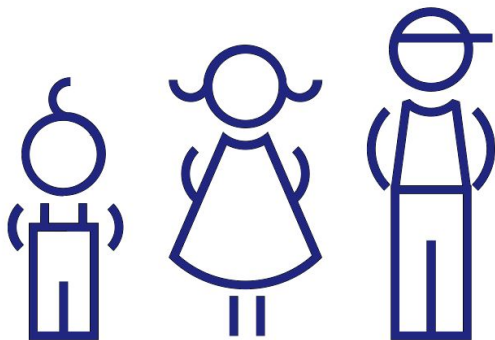


Le traumatisme et l'apprentissage

Le traumatisme est une réponse à un ou plusieurs événements extrêmement stressants où la capacité de faire face est considérablement compromise. Les effets vont au-delà de la performance scolaire.

Pendant l'enfance

Difficultés sociales
Difficultés émotionnelles
Difficultés scolaires



A l'adolescence

Difficultés sociales
Difficultés émotionnelles
Difficultés scolaires

+

Pratiques autodestructrices

Les impacts du traumatisme sur les élèves



Réflexion : Accompagner des élèves traumatisés?

Dans les contextes de crises et de déplacement, au moins un-e élève peut avoir vécu un événement traumatique sans que vous le sachiez.

Ces élèves ainsi que tout le groupe ont besoin de votre soutien et accompagnement pour surmonter leurs difficultés

Prenez quelques minutes pour penser à ce que vous pouvez faire pour accompagner les élèves traumatisés ?

Que puis-je faire en tant qu'enseignant ?



COLLECTIF

- C'est un travail individuel et **collectif** qui implique tout le personnel de l'école.



EBA

- Offrir un espace sûr de bien-être et d'apprentissage
- Assurer un sentiment de sécurité



SPS

- Tisser des liens
- Assurer un soutien social et psychologique



ASE

- Offrir des opportunités de développer les compétences sociales et émotionnelles ainsi que académiques

La résilience

La résilience est la capacité à faire face au stress et à s'adapter aux défis. La résilience survient lorsque les facteurs de protection favorisant le bien-être sont plus puissants que les facteurs de risque causant des dommages.

Quels sont les facteurs qui augmentent la résilience ?



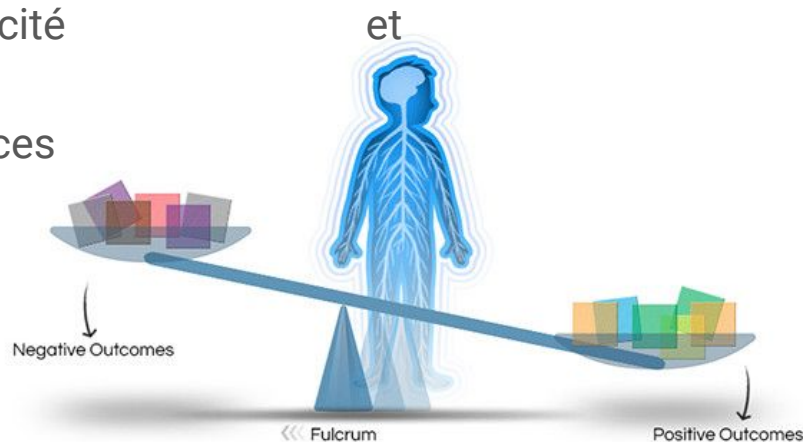
La résilience pour vous aussi !



Le rôle de l'ASE et le SPS dans la promotion de la résilience

La recherche a identifié un ensemble commun de facteurs qui prédisposent les enfants à des résultats positifs face à une adversité importante :

- Des relations adultes-enfants favorables ;
 - *par exemple avec vous, son enseignant-e*
- Le développement d'un sentiment d'auto-efficacité d'auto-contrôle ;
- Des opportunités pour renforcer les compétences d'adaptation et les capacités d'autorégulation ;
- Expliquer que les échecs sont des occasions pour apprendre.
- La mobilisation des sources de foi, d'espoir et les traditions culturelles.



Partage d'expérience

Réflexion - Comment le SPS peut bénéficier à ceux qui ont traversé des événements traumatisants ?

Activité individuelle - puis discussion en groupes

- Prenez quelques minutes pour penser à un-e élève qui a vécu un événement traumatique et les signes qu'elle/il présente.
 - Identifier les besoins de l'élève
 - Penser à la manière dont cet-te élève pourrait bénéficier de **votre** soutien psychosocial.
 - Est-ce qu'elle/il a plutôt besoin du soutien d'autres personnes ?
- Utilisez le tableau qui suit pour identifier les besoins et proposer des interventions
- Rappelez-vous de la règle de confidentialité : vous ne devez pas nommer ou identifier l'élève
- A votre avis, quel est **le rôle de l'enseignant** dans le soutien psychosocial de ses élèves ?

Donnez des exemples d'interventions

Besoins des élèves	Interventions possibles pour améliorer le bien-être des élèves traumatisés
Sentiment d'appartenance	
Relations avec les pairs	
Attachments personnels	
Stimulation intellectuelle	
Stimulation physique	
Se sentir valorisé	

Besoins et exemples d'interventions SPS

Besoins des enfants	Interventions psychosociales possibles
Un sentiment d'appartenance	Établir une structure éducative où les enfants se sentent inclus.
	Promouvoir le rétablissement des pratiques culturelles et traditionnelles de garde d'enfants, dans la mesure du possible.
Relations avec les pairs	Offrir une routine fiable et interactive, par le biais de l'école ou d'autres activités éducatives organisées.
	Offrir des activités de groupe et d'équipe (sports, théâtre, etc.) qui exigent la coopération et la dépendance les uns envers les autres.
Attachments personnels	Faire appel à des enseignants capables d'établir des relations de soins appropriées avec les enfants.
	Offrir des possibilités d'intégration et d'unité sociales en enseignant et en respectant toutes les valeurs culturelles, quels que soient les antécédents.
Stimulation intellectuelle	Améliorer le développement de l'enfant en lui offrant une variété d'expériences éducatives.
Stimulation physique	Encourager les activités récréatives et créatives, tant traditionnelles que nouvelles, par le biais de jeux, de sports, de musique, de danse, etc.
Se sentir valorisé	Créer des occasions d'expression par le biais de discussions individuelles ou en groupe, le dessin, l'écriture, le théâtre, la musique, etc. qui favorisent la fierté et la confiance en soi.
	Reconnaître, encourager et féliciter les enfants

Pyramide de l'intervention SPS

Pyramide d'intervention

Niveau	Interventions Suggérées	Résultats
Niveau 4 - Problème Psychologiques graves	<p>SERVICES SPÉCIALISÉS: Thérapie cognitivo-comportementale, thérapie d'exposition, thérapie d'acceptation et d'engagement, thérapie comportementale dialectique</p> <p>Dirigé par des professionnels de la santé mentale seulement</p>	<p>sécurité santé mentale relations</p>
Niveau 3 - Problème de santé mentale légers à modérés	<p>SOUTIEN CIBLÉ NON SPÉCIALISÉ: Techniques non ciblées de rétablissement post-traumatique, art-thérapie, thérapie de groupe, thérapie cognitivo-comportementale adaptée</p> <p>Dirigé par des professionnels/para-professionnels de la santé mentale ou des enseignants, parents ou bénévoles hautement qualifiés et supervisés</p>	<p>sécurité santé mentale relations formation & développement</p>
Niveau 2- Lé gère détresse psychologique	<p>ACTIVITÉS DE SOUTIEN GÉNÉRALISÉES: Pleine conscience, gestion du stress management, jeux de fonction exécutive, art, musique</p> <p>Dirigé par des enseignants, des parents ou des bénévoles qualifiés</p>	<p>sécurité santé mental relations formation & développement</p>
Niveau 1 - Population générale touchée par un traumatisme	<p>SERVICES DE BASE ET SÉCURITÉ:</p> <p>Climat scolaire positif, plans de sûreté et de sécurité des écoles, réduction des risques de catastrophe, programmes scolaires d'alimentation</p>	<p>sécurité santé mental relations formation & développement santé physique bien-être matériel</p>

Activité de classification

Activité sur papier

Associez les interventions au bon niveau de la pyramide.

SPS sur le terrain



1. Où se déroule l'activité ?
2. Quelle est l'activité ?
3. Qui anime l'activité ?
4. Qui bénéficie de l'activité ?
5. Comment cette activité favorise-t-elle le bien-être ?
6. À quel niveau de la pyramide cette activité s'adresse-t-elle ?

Apprendre avec des études de cas

Dans votre groupe, prenez connaissance de l'étude de cas attribuée et discutez-en :

- Quelles interventions SPS/ASE pouvez-vous repérer dans cette étude ?
- Quel est le groupe cible de l'intervention ? Comment en bénéficient-ils ?
- Qui d'autre pourrait bénéficier de cette intervention ? Comment ?
- À quel niveau de la pyramide SPS-ASE se situe l'intervention ?

Activité de détente pour enseignants et élèves

Parfois, quelques **respirations profondes** peuvent vous détendre.

Instructions :

1. Asseyez-vous ou tenez-vous debout dans une position confortable.
2. Inspirez par le nez pendant cinq secondes. Je compte jusqu'à cinq donc suivez ma voix et inspirez doucement quand je compte.
3. Expirez par la bouche pendant cinq secondes. Je vais compter jusqu'à cinq, alors suivez ma voix et expirez lentement pendant que je compte.
4. Utilisez ce travail de respiration pendant quatre cycles de respiration, en comptant lentement.
5. Partagez avec les collègues comment vous vous sentez.

Notre rôle en tant qu'enseignants

Réflexion : Que dois-je faire en tant qu'enseignant ?







Discutez en petits groupes et proposez quelques actions à partager avec les autres

En tant qu'enseignants d'élèves réfugiés et déplacés internes (ou défavorisés),

- Quel serait votre rôle pour assurer un soutien psychosocial adapté ?
- Quelles sont les mesures que vous pouvez prendre ?
- Qu'est-ce que vous feriez pour promouvoir un soutien psychosocial adapté dans votre école ou plus largement dans votre communauté ?

Les principes d'une aide *responsable*

-  1. Respecter la sécurité, la dignité et les droits des élèves
-  2. Adapter ce que l'on fait pour prendre en compte la culture des élèves
-  3. Etre au courant des autres interventions au niveau de l'école ou la communauté
-  4. **Prendre soin de soi**

Les actions pour un premier soutien psychosocial

OBSERVER

- Assurez-vous de la sécurité.
- Identifiez les élèves ayant clairement des besoins essentiels urgents.
- Identifiez les élèves en détresse.



ECOUTER

- Abordez les élèves qui semblent avoir besoin de soutien.
- Essayez de comprendre quels sont leurs besoins et leurs préoccupations.
- Écoutez et montrez votre empathie.



CONNECTER

- Orientez les élèves pour accéder aux services existants pour répondre à leurs besoins essentiels .
- Transmettez des informations aux responsables de l'école.
- Si possible, contactez les parents et orientez-les vers les soutiens sociaux disponibles

Conclusion- Reflexions

Et maintenant..

Proposez des interventions SPS concrètes adaptées à vos contextes

Besoins des élèves	Interventions possibles pour améliorer le bien-être des élèves traumatisés
Sentiment d'appartenance	
Relations avec les pairs	
Attachments personnels	
Stimulation intellectuelle	
Stimulation physique	
Se sentir valorisé	

Une réflexion en 3-2-1



Réfléchissez et écrivez sur une feuille les éléments suivants :

- **3 nouveaux concepts** que vous avez découverts aujourd'hui
- **2 interventions PSS** que vous pensez pouvoir appliquer dès demain
- **1 question** ou un souci qui reste à surmonter

Discutez de vos réponses avec un collègue à côté de vous puis tous ensemble dans le groupe.

Est-ce que nos objectifs sont atteints ?

Sur une note de 1-10 comment vous estimez votre maîtrise des objectifs d'aujourd'hui ?

Dans quelle mesure êtes-vous capable de

1. reconnaître les effets du stress et du traumatisme sur l'apprentissage et le comportement social des élèves
2. reconnaître le rôle du SPS dans la promotion de la résilience des élèves en contextes de crise.
3. distinguer les différents besoins de soutien psychosocial
4. classifier les besoins et les interventions suivant la pyramide des interventions SPS-ASE
5. proposer des interventions SPS adaptées et applicables dans son propre contexte.

Avez-vous des propositions pour des améliorations ?

Merci pour votre participation !

Envoyez vos questions et remarques à
clipmail@ceinternational1892.org



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

