

Bonjour à toutes et tous,

Nous allons revenir à l'école d'ici peu, mais ce ne sera pas comme d'habitude....

Nous avons essayé de regrouper quelques idées, pistes pour vous aider à appréhender ce moment un peu particulier pour vous et vos élèves. En effet, le contexte peut être perçu comme peu rassurant. Divers sentiments peuvent être présents : doutes, joie de se retrouver, inquiétudes....

AVANT LA REPRISE

- Le document « déconfinement pour les parents » en [pièce jointe](#) peut être envoyé aux parents afin de préparer le retour à l'école. Nous avons bien conscience que ce document n'est pas utilisable par toutes les familles. En revanche, il contient des ressources accessibles aux enfants.

- Vous pouvez féliciter les enfants pour leur courage et leur patience. Cela les concerne tous : ceux qui reviendront à l'école et ceux qui resteront à la maison et qui participent à lutter contre la propagation du virus.

- Vous pouvez aussi diffuser (ou afficher en classe) la BD des gestes barrières de coco le virus et celle sur le retour à l'école.

<https://www.cocovirus.net/rentree-scolaire>

[BD en pièces jointes](#)

- Vous pouvez rassurer quant aux peurs éventuelles de certains de ne plus rien savoir, de ne pas avoir assez travaillé et donc d'avoir compromis la suite de leur scolarité. Vous pouvez remercier les jeunes du travail fourni pendant cette période particulière et éviter les remarques à un enfant sur l'absence de travail...

AU MOMENT DE LA REPRISE

L'épidémie et le confinement n'ont pas été vécus de la même façon pour tous. Il paraît alors essentiel de prendre un temps pour se retrouver, se poser et parler de ce qui a été vécu et ressenti durant cette période de confinement (cela peut être des moments heureux mais aussi des moments anxiogènes voire traumatisants).

Les enfants auront pour certains, besoin, envie de partager leurs expériences. D'autres ne le souhaiteront pas : certains peuvent avoir peur. Certains peuvent même ressentir plus d'anxiété et de stress s'ils en parlent ou s'ils écoutent les autres en parler. Permettez qu'ils ne participent pas.

C'est pour cela qu'il est souhaitable de proposer **différents moments** (dans la journée, dans la semaine) afin que les enfants qui le désirent puissent exprimer leur vécu, leurs émotions. Ils ne le feront peut-être pas la première fois : c'est la répétition des moments d'expression qui permettra à certains de s'en saisir (même tardivement). Il est également important de **diversifier les activités** et les supports possibles (quoi de neuf, comment je me sens aujourd'hui (météo intérieure), travail sur les émotions, débat philo, dessins, écrits...).

Nous avons recueilli diverses activités possibles en fonction des âges pour permettre ces moments

d'échanges, nous sommes en train de rédiger **des documents les récapitulant** : nous vous les ferons parvenir au plus vite.

Le retour en classe va donc être l'occasion :

- de [se retrouver](#), se redécouvrir
- de [s'exprimer](#) (son vécu, ses émotions) pour ceux qui le souhaitent, pas d'obligations
- d'[accueillir les émotions](#) des enfants, dire qu'il est normal de se sentir triste, bouleversé, stressé... Les rassurer sur le fait qu'ils n'ont pas vécu la même chose que les autres. Il y a autant de vécus que de personnes et cela est normal.

Pour accueillir les émotions, vous pouvez utiliser une phrase amorce :

- - « j'ai l'impression que tu ressens de la colère/tristesse/peur..... »
- « il me semble que c'est compliqué pour toi en ce moment... »

Puis quand l'enfant parle, on n'est pas obligé de mettre des mots à chaque fois. On peut simplement l'écouter en silence, « ah bon », »ok »...On peut parfois reformuler « si j'ai bien compris.. ».

- d'[accueillir les questions](#) s'il y en a (ne pas les devancer. On peut demander aux enfants ce qu'ils savent, ce qu'ils ont compris...)
- de faire à nouveau des choses ensemble (en respectant les gestes barrières...) et de [ne pas laisser le virus prendre toute la place.](#)

Il est également possible de faire **un moment de parole** avec les élèves afin qu'ils puissent partager leur vécu vis-à-vis de ce confinement. On peut le faire sous forme de questions réponses ou sous forme d'amorces de phrases. Voici alors quelques idées de questions ou d'amorces qui peuvent être posées (à adapter selon l'âge) et servir de point de départ pour ouvrir la discussion :

Questions	ou	Amorces
Si tu devais évoquer le confinement en un seul mot, lequel serait-il ?		Le confinement, c'était ...
Qu'est ce qui t'a plu pendant le confinement ?		Ce que j'ai le plus aimé pendant le confinement, c'était ...
Qu'est ce que tu n'as pas aimé durant le confinement ?		Ce que j'ai le moins aimé durant le confinement, c'était ...
Qu'as-tu appris ?		Pendant, le confinement, j'ai appris/découvert ...
Qu'est ce qui t'a manqué ?		Pendant le confinement, j'aurais aimé ... ou j'ai souvent pensé à
Quels ont été tes sentiments pendant cette période ?		Pendant le confinement, j'étais/je me suis senti(e) la plupart du temps ...
Qu'est ce que tu aurais aimé faire mais que tu n'as pas pu ?		Pendant le confinement j'aurais aimé faire ...
Comment te sens-tu aujourd'hui ?		Aujourd'hui, je suis/je me sens

Vous pouvez proposer aux enfants de raconter par différents supports (dessins, textes, dictée à l'adulte, ...) **leurs souvenirs de ces semaines passées en confinement**. Le but est de pouvoir ici **partager les vécus et ressentis de chacun**.

Ces souvenirs peuvent concerner :

- x Des ressentis, sentiments
- x Des activités qu'ils ont pratiquées : jeux, lectures, vidéos, promenades...
- x Des lieux : lieu de vie du confinement, ce qui a pu leur manquer durant le confinement
- x Des personnes : présentes ou absentes
- x L'école à la maison : leur endroit de travail, leurs outils...

Ensuite :

- Vous pouvez aborder **ce qui a aidé les enfants** dans cette période. Ici l'objectif est de pouvoir se centrer sur des **aspects plus positifs** à savoir ce qui a permis d'aider à surmonter/traverser cette période de confinement (livres, personnes, objets, nourriture, musiques, jeux ...).

Dans un premier temps, il est important que vous puissiez reprendre contact avec vos élèves. **Et si certains le souhaitent, il est tout à fait possible de nous contacter afin d'évoquer cette reprise, des façons possibles de l'aborder, des craintes éventuelles par rapport aux paroles des enfants....Cela peut se faire avant la reprise (11, 12 ou 13 mai) ou après selon les besoins.**

APRES

Dans un deuxième temps, nous pourrons faire le point ensemble sur les enfants que vous pouvez avoir identifiés comme fragilisés afin de réfléchir à des dispositifs à leur intention.

Nous vous enverrons ultérieurement un complément d'informations sur « l'après », ainsi qu'un document pouvant aider à l'observation des signes d'alerte.

NB : La période est particulière, la priorité est à la création de nouveaux repères pour continuer de vivre ensemble. Les bilans psychologiques (avec psychométrie) ne sont pour l'instant pas envisageables.

Ce travail est mené de façon concertée par les 3 antennes RASED de la circonscription. En effet, nous pensons que la réflexion commune est plus riche. C'est pourquoi certains documents sont encore en cours d'élaboration, nous vous les ferons parvenir par la suite.

En attendant, nous vous souhaitons à toutes et tous du courage et une bonne reprise.

Raphaëlle RONGER, Fatiha MALLER, Anne RUST

Psychologues EN de la Circonscription de Bron-Chassieu-Jonage