

Formation du lundi 4 mai 2020 – Maternelle

L'objectif de cette formation est d'enrichir notre réflexion pour un retour le plus serein possible de nos élèves à l'école.

6 points seront abordés :

- L'impact de la situation sur les enfants en général
- L'impact sur les enfants de 3 à 6 ans
- L'espace d'expression de l'adulte : pourquoi et comment ?
- L'espace d'expression de l'enfant : pourquoi et comment ?
- Les compétences psychosociales pour faire émerger le positif
- Echanges, questions...

Généralités

Nous sommes dans une situation inédite, nouvelle. L'enfant en particulier va répondre par une émotion qui est la peur. On va parler de « maladie » et de « mort » et la mort est un tabou dans notre société. Il va y avoir des conséquences économiques et cela va être source d'angoisse.

Le vécu commence déjà au sein de l'espace familial. Y a-t-il une connexion internet ? un ordinateur ? un jardin ou non pour une activité physique ? L'enfant a-t-il une chambre à lui tout seul ? La famille habite-t-elle une ville ou un village ?

Il y aussi le climat familial qui va impacter : y a-t-il des dysfonctionnements déjà de base ? Est-ce qu'il y a des tensions, de l'alcoolisme, de la violence ... ? L'investissement des familles sera-t-il linéaire ?

3 impacts principaux pour les familles :

- L'avenir de leurs enfants
- La mort et la maladie chez leurs proches
- La situation économique : chômage, perte de salaire...

Le vécu d'un enfant à l'autre sera différent selon la proximité de la mort et de la maladie vécues au sein des familles.

3 éléments sont réunis et favorisent le climat anxiogène :

- L'annonce d'un décès est compliquée.
- La famille n'a pas accès au corps.
- Rituel non possible (enterrement refusé).

Et il faut aussi que les parents gèrent la frustration et la colère de leur enfant. Une violence qui finit par se ré-ajouter à tout cela.

On sait que les modalités différentes vont avoir des répercussions sur l'enfant et la famille.

L'impact des enfants de 3 à 6 ans

L'enfant est en cours de développement, d'apprentissage, d'éducation. Il a une grande capacité d'adaptation. Il est dépendant des parents et de l'adulte de manière générale. C'est un enfant qui a des besoins particuliers, notamment le besoin de sécurité.

Il y a 3 sphères principales du développement :

- **La sphère motrice** : il y a eu un manque d'activité physique à cause du confinement alors qu'elle permet de décharger les tensions et de mobiliser les ressources intellectuelles et cognitives de l'enfant ;

- **La sphère cognitive** : langage, raisonnement... On peut se demander comment les parents ont pu nourrir et stimuler leurs enfants sur ces points-là. Y a-t-il eu une coupure de la continuité pédagogique ? Invasion des écrans : comment les parents ont pu gérer ?
- **La sphère socio-affective** : il y a une absence de socialisation avec les autres enfants. Ils ont pu profiter davantage de leurs parents. Mais ce lien supplémentaire n'est pas toujours là. Comment les émotions ont été gérées, les conflits, l'ennui... Parfois les parents projettent leur propre ennui sur leurs enfants. Du côté des enfants nous sommes plus du côté de la rêverie, de la passivité, quand on parle d'ennui, ce qui est positif.

On sait que la première source d'inquiétude des enfants, c'est l'inquiétude des parents. C'est déstabilisant si on ne met pas les mots, si on cache des choses.

On parle de **contagion émotionnelle** : si un enfant observe un visage inquiet notamment, il va ressentir cette inquiétude alors que s'il observe un visage détendu et apaisé, il va présenter un visage équivalent et va le ressentir. L'enfant peut détecter les expressions de l'adulte facilement et ce toute sa vie. On peut se demander comment il va gérer ses changements. Il est donc important de rassurer avec le ton de la voix notamment et la gestuelle.

Les besoins fondamentaux

Le confinement va toucher aussi le besoin de manger. Cela a pu être impacté avec les problèmes économiques des parents par exemple.

L'enfant a un besoin de sécurité : il a besoin de comprendre, surtout si on lui cache des choses.

La **pensée magique** est la croyance qu'une idée, une pensée, peut avoir un impact dans la réalité et provoquer quelque chose par la pensée. Habituellement elle a lieu entre 3 et 6 ans et peut même se poursuivre plus tard avec les notions de maladie et de mort. L'enfant peut ressentir beaucoup de culpabilité. Il faut aussi être vigilant sur les changements inhabituels dans le comportement de l'enfant. Des régressions qui persistent par exemple, l'énurésie (difficultés à se retenir pour aller aux toilettes) ... des situations qui doivent être signalées à des professionnels seulement si ça dure dans le temps.

L'espace d'expression des adultes (professeurs à l'école)

La situation est grave et angoissante et va générer des émotions qui vont prendre de la place dans l'esprit de l'enfant.

À l'école, on apprend à comprendre, à penser. Le retour en classe est un retour vers le quotidien. Cela peut aider un certain nombre d'élèves, le retour d'une certaine stabilité. Les **rituels** nous aident à gérer les situations de crise car il y a ce côté rassurant (repères).

La reconstruction de la santé mentale passe par ce quotidien, ces routines.

Le professeur est celui qui détient le savoir, nous avons une fonction rassurante par rapport à notre parole et notre posture. On peut dire ce qui n'est pas toujours compréhensible. Dire qu'il faut suivre les règles du gouvernement en participant ainsi au respect de la Loi (sens civique) par exemple.

Nous allons être dans un éclaircissement pour l'enfant : on ne sait pas ce qu'il a vu ou entendu à la maison.

Comment faire à l'école ?

Le langage verbal n'est pas toujours maîtrisé. Il faut donc s'adapter : jeux, musique, danse, lecture, photo-langage...

C'est aussi en proposant des outils où nous sommes à l'aise, nous-même. On va attendre que les enfants fassent de leur mieux donc c'est valable pour nous aussi.

Il faut être attentif à la **cohérence entre le langage verbal et le langage corporel**. 80% de la communication passe par le corps même si le masque va gêner les expressions faciales.

Il faut aussi être attentif à l'accueil des enfants, des familles. Les enfants peuvent faire plein de choses à la fois il faut donc garder cela en tête, les oreilles des enfants sont toujours à proximité. Cet accueil doit être privilégié et pourquoi pas accueillir avec une activité positive, joyeuse : un chant connu de tous, un jeu, un jeu des différences (qu'est-ce qui a changé dans la classe).

Il serait bien aussi d'organiser un **débat** avec des règles structurantes et protectrices aussi bien pour nous que pour les enfants. Il faut un cadre : écoute (bâton de la parole), jeu par le « je », ne pas se moquer, faire de son mieux, avoir le droit de ne rien dire et juste écouter car certains ne sont pas capables de mettre des mots.

On peut dire qu'il faudrait partir de ce que sait et de ce qu'a compris l'enfant pour mieux exprimer ses représentations, ses émotions, ses besoins. Il faut reprendre des mots-clés liés à la situation. C'est important aussi de savoir que si l'enfant n'est pas clair, il faut reformuler par « si j'ai bien compris... » et à la fin « c'est bien ça ? » plutôt que de dire « je n'ai pas compris » car à cet âge, c'est dur de trouver les mots.

Il faut faire le point sur ce qui nous protège et ce qui protège les autres. Comment les enfants peuvent-ils être acteurs ? Et ce, pour diminuer les situations de stress et les apaiser.

Les facteurs de **résilience** sont présents : rebondir et faire de ses faiblesses une force.

L'effet pygmalion également : dire à l'enfant qu'il a de bons résultats facilite le fait qu'il aura des bons résultats par la suite.

On a un impact psychologique, identitaire sur l'enfant. Même idée que la contagion émotionnelle en s'exprimant avec notre corps, notre visage. Cela va avoir un impact sur ses gestes, ses actions derrière.

Concernant l'expression des émotions, on s'appuie dessus, on les nomme, on réfléchit à des moyens pour les apaiser.

Le retour à la routine, aux rituels, aux habitudes, est rassurant donne des repères et participe à la reconstruction de la santé mentale et individuelle et collective.

Comment gérer notre langage corporel ?

Il est difficile de le contrôler. Il est important de connaître ses limites. Il est surtout important d'être le plus à l'aise possible. C'est dans ce qu'on va partager avec les parents, les enfants. Plus on sera « au plus vrai », moins notre corps parlera à notre rencontre. Donc il faut déterminer les sujets qu'on souhaite aborder ou non. Il faut évaluer ses limites donc et ne pas vouloir aller dans la perfection que l'on cherche parfois.

L'espace d'expression des enfants : pourquoi et comment ?

Cela va leur permettre de bénéficier d'une écoute neutre **sans se mettre la barrière affective de ses proches**. Certains enfants ressentent l'inquiétude dans leur famille, prennent sur eux pour protéger leurs proches. L'école sera alors un lieu qui n'aura pas le même impact avec l'enseignant. Ils vont donc exprimer leurs émotions, poser leurs questions. C'est très précieux.

La situation est inédite, anxiogène et « ça prend la tête ». Cela peut nuire aux propositions d'apprentissage. Il faut donc se vider la tête.

C'est exprimer ses émotions et ses besoins avec ses mots à soi. Les émotions constituent la caractéristique de l'être humain. La peur et la tristesse seront présentes. Une émotion peut en cacher une autre. Derrière la colère ou la régression, il peut y avoir la peur. Il va falloir la chercher à travers les besoins, les expressions de l'enfant.

Une émotion ne se juge pas. Il faut l'identifier et la nommer. Il faut une écoute attentive, laisser l'enfant exprimer sans apporter de jugement. L'important est de pouvoir la dire.

Cela va permettre d'apaiser l'enfant, de contrôler ses émotions, réduire sa douleur physique, mental ou psychologique qu'une émotion non verbalisée peut générer.

Les maux de ventre, de tête sont des expressions des émotions quand on ne peut pas les exprimer avec des mots.

C'est donc chercher des moyens d'apaiser les émotions lorsqu'elles sont douloureuses et qu'elles prennent de l'énergie. C'est un exercice coopératif entre les enfants. L'idée est d'en faire quelque chose.

→ La roue de la grenouille par exemple :



Par rapport à une situation qui rend triste ou qui fait peur, on réfléchit ensemble. Comment on ferait ? Les enfants s'expriment sur ce qu'ils n'auraient pas forcément pensé par eux-mêmes. Dans les jours suivants, on en reparle ensemble par débats. Est-ce que ça a marché ? Une autre idée ? ... C'est un exemple de partage d'outils à partir de nos émotions.

Comment ? On a l'expression verbale : partir de leur vécu. Partager par exemple le mot le plus entendu pendant le confinement ou encore raconter ce qui a le plus changé dans les habitudes lors du confinement. On peut aussi commencer par le débat, « parmi les émotions, lesquelles avez-vous ressenties et dans quelle situation ? ».

On peut utiliser le **photo-langage** : on prend des images, chacun en choisit une et va pouvoir à tour de rôle prendre la parole et dire ce que lui évoque l'image par rapport à la situation vécue, par rapport à ce qu'il ressent sur le retour à l'école... Il est intéressant de choisir les images pour le photo-langage afin que cela colle en fonction de ce qu'on veut aborder, de nos limites... cela peut être à partir de livres, d'images sur

Internet... des idées de liberté, d'espace, de nourriture... Il faut que ce soit assez large pour que cela parle à l'enfant. L'enfant peut se projeter donc, il faut un lien avec leur vécu. Une expression de joie par exemple pour faire le lien avec une situation vécue pendant le confinement. Cela peut être des images d'éboueurs, d'infirmières, d'enseignants ou de tout personnel mobilisé... Chaque enfant prend ce qui lui convient. La verbalisation sur une même image sera complètement différente selon les enfants.

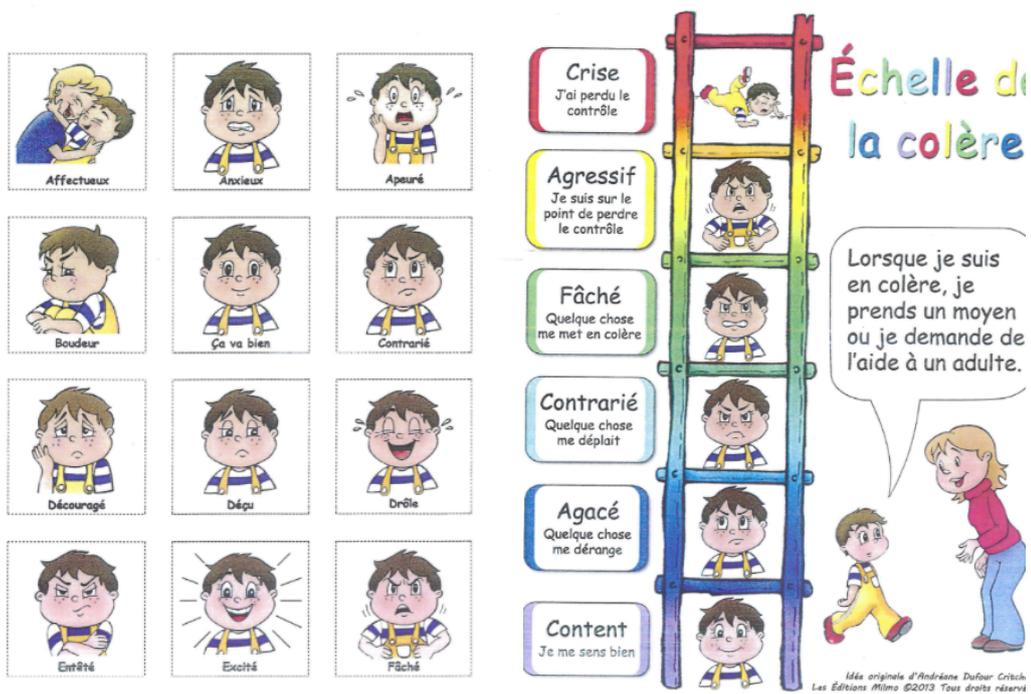
Cela peut être aussi des images du quotidien avec des côtés positifs et des côtés plus embêtants.

On redonne du sens à chacun des mots quand on fait un débat.

Autrement que verbalement, on peut aussi exprimer ce qu'ils ont vécu ou ce qu'ils vont vivre encore. Le dessin par exemple : dessiner le coronavirus, afficher les dessins et un peu plus tard prendre ses dessins et les enfermer dans une boîte. C'est une façon de maîtriser ce qu'il se passe et d'avoir d'impression de contenir cette problématique. Même si ce n'est pas un dessin parfait, même si on ne voit pas ce que l'enfant a dessiné, ce qui est important c'est ce que l'enfant en dit. **Il faut que ça fasse sens à l'enfant surtout, il faut que ça sorte.**

On peut dessiner ce qu'on a rêvé, se dessiner en héros combattant le virus ou encore un arbre, une fleur avant et après le confinement (Printemps). Il y a aussi le théâtre pour travailler les émotions : mettre des mots et les affiner.

On peut piocher une carte émotion dans la banque des émotions et la mimer. Ou alors la maîtresse ou le maître dit une émotion, l'élève mime et les autres doivent la deviner.



Si on peut parler au virus ? Qu'est-ce qu'on peut lui raconter ? Ou alors se projeter dans les vacances d'été ? Toujours par le théâtre, on se projette dans demain.

Les chants sont à favoriser : cela fait travailler les expressions, le corps... On peut ainsi vibrer ensemble. Même en étant confinés ou à 1 mètre de distance des autres. Le chant est un outil tout à fait à la portée des enfants, c'est anti-anxiogène.

Il existe un chant qui se nomme « Prendre soin » et qui est tout à fait approprié :

<https://www.youtube.com/watch?v=PdEJKH2eaxg>

Ce chant est facile et il peut être chanté avec une gestuelle.

Ne pas hésiter à visiter le site des enfantastiques : <https://lesenfantastiques.fr>

D'autres chants pour une alternative aux embrassades : « Bonjour bonjour ».

(<https://www.youtube.com/watch?v=atNkl6QFZ50>)

Pour les plus petits : « tape tape petites mains » et à la fin on déploie les ailes du papillon pour marquer la distanciation. C'est une façon positive de marquer la distanciation physique.

(<https://www.youtube.com/watch?v=ceZdhVWg36s>)

Le chant permet de déstresser ! On peut jouer avec sa voix, se relaxer, se détendre en amont.

On peut bien entendu partir sur des chants déjà connus des élèves.

Autre proposition, notamment en cas de « petit bobo » : « miaou mon petit chat pourquoi es-tu si triste ».

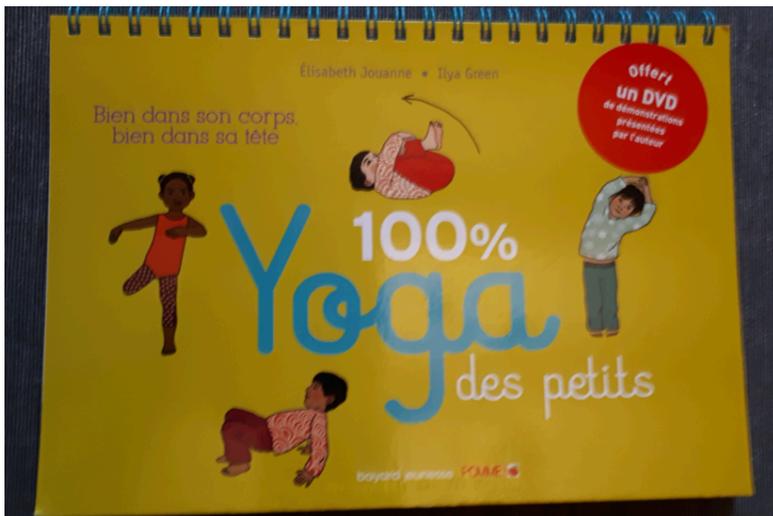
(<https://www.youtube.com/watch?v=wPBos22mMCA>)

On fait comprendre à l'enfant qu'on a compris qu'il s'est fait mal et **on répond à son besoin d'être entendu et câliné autrement.** Il faut essayer le plus possible de trouver des alternatives aux contacts physiques.

La relaxation et la méditation, il ne faut pas hésiter ! Le site « Petit bambou » (<https://www.petitbambou.com>) permet de faire des petites séquences de 10 à 15 minutes. Les enfants sont très réceptifs, par expérience. Cela leur permet d'être disponibles à d'autres choses par la suite.

On peut travailler sur la respiration, la prise de conscience de sa respiration : cela fait baisser la tension, le stress et permet de se reconcentrer.

On peut aussi s'aider par le livre « 100% yoga des petits » avec différentes postures.



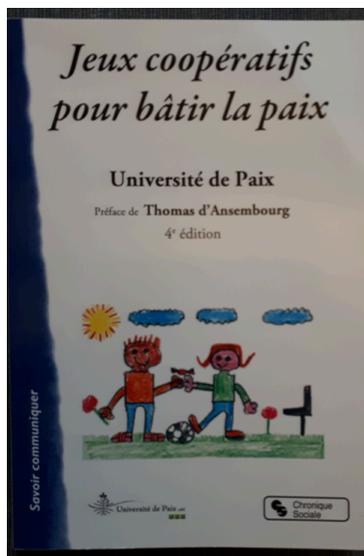
Attention, si un enseignant n'est pas du tout dans la méditation et le yoga, il vaut mieux ne pas y aller !

Des écoles de la Rochelle (voir sur Internet) ont mis en place de la méditation facile à mettre en œuvre.

Vidéo et article ici : <https://positivr.fr/meditation-la-rochelle-ecole/>

BIBLIOGRAPHIE

- Qu'est ce qu'être en bonne santé ?
De Anne Léraillé et Marie Noelle Durassier- Ed In Extenso
- Le conte chaud et doux des chaudoudoux
De Claude Steiner et Pef- Ed Interéditions
- La grosse colère
De Mireille d'Allancé- Ed école des loisirs
- Qu'est ce qui nous rend heureux ?
De Marie Agnès GAUDRAT et Carme Solé Vendrell - Ed Les arènes
- Un bon point pour Zoé (prendre confiance en soi)
De Peter H Reynolds- Ed Milan Presse
- Le menuisier et ses outils (complémentarité et non opposition)
Doc Méd'Acteurs Nouvelle Génération
- Tu es comme tu es
De Olivier Clerc et Gaia Bordicchia- Ed Père Castor
- La légende du colibri
De Denis Kormann -Ed Encore une fois
- Mes émotions Gaston la licorne
De Aurélie Chien Chow Chine -Ed hachette enfants
- La couleurs des émotions
De Anna Llenas- Ed quatre fleuves
- Au fil des émotions de Cristina Nunez Pereira et Rafael R Valcarcel -Ed Gautier Languereau
- Max et lilli ont peur des images violentes
De Dominique de Saint Mars et Serge Bloch -Ed Alligram
- Max et Lilli ont du mal à se concentrer
De Dominique de Saint Mars et Serge Bloch -Ed Alligram
- Max et Lilli veulent tout tout de suite
De Dominique de Saint Mars et Serge Bloch -Ed Alligram
- Max décide de faire des efforts
De Dominique de Saint Mars et Serge Bloch -Ed Alligram
- Lilli se dispute avec son frère
De Dominique de Saint Mars et Serge Bloch -Ed Alligram
- Ernest est malade
De Gabrielle Vincent-Ed Ecole des loisirs
- Ernest et Célestine : la grande peur
De Gabrielle Vincent-Ed Ecole des loisirs
- Les pico bogue pour les plus grands et en particulier :
Situations critiques, questions d'équilibre et légère contrariété Ed Dargaud



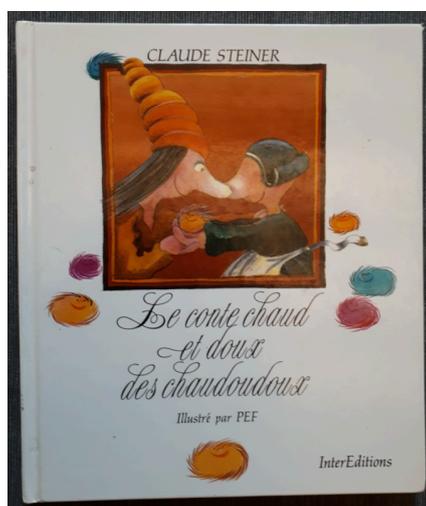
Il y a aussi les jeux. Le livre *Jeux coopératifs pour bâtir la paix* permet de jouer en maintenant une distanciation physique.

1, 2, 3 Soleil peut être utilisé, mais aussi : la marelle, le « Jacques a dit », le rive rivière...

Une patinette par enfant ? ou selon les jours ? L'enfant doit bouger ! Il en a besoin.

Autre outil : les contes

Il y a *Le conte chaud et doux des chaudoudoux* (disponible en PDF : <http://ekladata.com/x8Xs4cWK9MjOBrRZYjJpV2CMpE/lecture-Le-conte-chaud-et-doux-des-chaudoudoux.pdf>) et en vidéo : <https://www.youtube.com/watch?v=Rzrq7dqHQ28>



Ce conte permet de réfléchir sur ce qui permet de rendre heureux. Ce sont des petites choses qui ne coûtent rien et qui nous rendent heureux. Il est intéressant pour montrer qu'un câlin qui fait du bien habituellement pourrait faire du mal en ce moment.



On peut aussi en fabriquer, les proposer

individuellement aux enfants.

Comment fabriquer des Chaudoudoux?



Matériel:

- Du tissu doux de différentes couleurs
- Du rembourrage pour coussin (Kapok)
- Des morceaux de laine de différentes couleurs
- Des yeux à coller
- De la colle
- Des ciseaux

1/ Découpez soigneusement des carrés de tissu de 20cm*20cm (fabriquer un gabarie dans du papier cartonné)

2/ Placez le carré dans la paume de la main

3/ Placez au centre du carré une boule de kapok, maintenez la bien fermement tout en refermant le carré de tissu dessus

4/ Entourez la boule obtenue d'un fil de laine bien serré pour obtenir une boule bien ferme. C'est la tête.

5/ Tirez légèrement sur le reste du tissu pour le tendre et faire la cape du chaudoudoux.

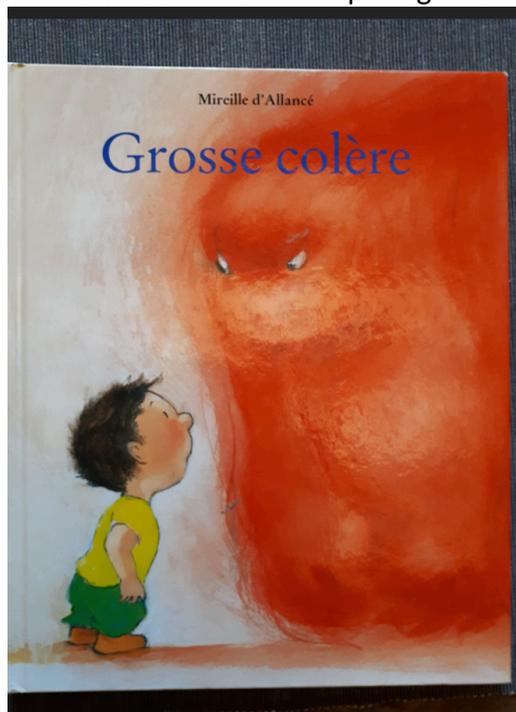
6/ Choisissez une paire d'yeux que vous collez sur la tête

Option: prenez une étiquette « Bien Vivre Ensemble » passez la dans un deuxième fil de laine que vous fixez autour du cou du chaudoudoux. Ecrivez dessus un mot chaudoudoux;

7/ Offrez un chaudoudoux à la personne de votre choix

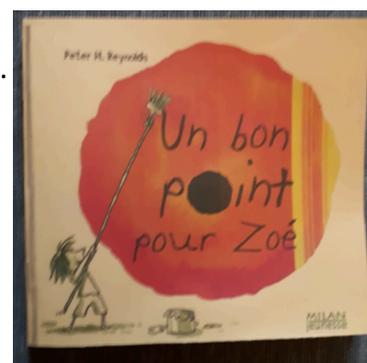


Autre livre : *Grosse colère* pour gérer ses émotions, ne pas se faire mal ni faire mal aux autres.



Chacun peut partager ce qu'il a expérimenté pour se l'approprier et voir les bénéfices que l'on peut en tirer.

D'autres livres sont dans la bibliographie.



LE MENUISIER ET SES OUTILS

Il y avait une fois, il y a bien longtemps, dans un petit village nordique, un atelier de menuisier. Un jour que celui-ci était absent, les outils se réunirent en grand conseil sur l'établi. Les conciliabules furent longs et animées, ils furent même véhéments. Il s'agissait d'exclure de la communauté des outils un certain nombre de membres.



L'un prit la parole : « Il nous faut exclure la scie, car elle mord et elle grince des dents. Elle a le caractère le plus grincheux du monde. »

Un autre dit : « Nous ne pouvons conserver parmi nous le rabot qui a le caractère tranchant et qui épluche tout ce qu'il touche. »

« Quant au marteau, dit un autre, je lui trouve un caractère assommant. Il est tapageur. Il cogne toujours et nous tape sur les nerfs. Excluons-le. »

« Et les clous ? Peut-on vivre avec des gens qui ont le caractère aussi pointu ? Qu'ils s'en aillent ! Et que la lime et la râpe s'en aillent aussi. A vivre avec elles, ce n'est que frottement perpétuel. Et qu'on chasse le papier de verre dont il semble que la raison d'être dans cet atelier soit de toujours froisser ! »

Ainsi discourent en grand tumulte les outils du menuisier. Tout le monde parlait à la fois. L'histoire ne dit pas si c'était le marteau qui accusait la scie et le rabot la lime, mais il est probable que c'était ainsi, car à la fin de la séance, tout le monde se trouvait exclu.

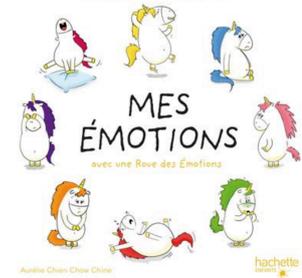
La réunion bruyante prit fin seulement par l'entrée du menuisier dans l'atelier.

Tous se turent lorsqu'ils le virent s'approcher de l'établi. Il saisit une planche et la scia avec la scie qui grince, la rabota avec le rabot au ton tranchant qui épluche tout ce qu'il touche. Le ciseau qui blesse cruellement, la râpe au langage rude, le papier de verre qui froisse entrèrent successivement en action. Le menuisier prit alors les clous au caractère pointu et le marteau qui cogne et fait du tapage. Il se servit de tous ses outils au méchant caractère pour fabriquer un berceau... Pour accueillir l'enfant à naître...



Pour accueillir la Vie...

Saga suédoise (C) d'après Jean Vernet, Parables d'orient et d'Occident, Ed Droguet et Ardent, Paris, 1993



On est tous un peu dans l'impuissance avec ce virus dont on ne comprend pas très bien le fonctionnement. Ce sentiment peut être destructeur pour les enfants et les adultes. Les enfants sont laissés un peu de côté.

On ne sait pas comment les impliquer.

Être actif est un bon moyen d'apaiser la peur : participer au respect des protections à travers le chant, les mots-clés. Responsabiliser les enfants aussi, les valoriser en fin de journée. Par exemple des enfants qui nous disent « j'ai rappelé à un tel qu'il fallait faire le papillon pour respecter les distances » ou « j'ai dit à un tel d'utiliser son chaudoudou pour calmer son chagrin ».

Les compétences psychosociales pour émerger le positif

Il y a 10 compétences psychosociales :

- Savoir résoudre des problèmes
- Savoir prendre des décisions
- Avoir une pensée critique
- Avoir une pensée créatrice
- Savoir communiquer efficacement

- Être habile dans les relations interpersonnelles
- Avoir conscience de soi
- Avoir de l'empathie pour les autres
- Savoir gérer son stress
- Savoir gérer ses émotions

Savoir résoudre un problème : par exemple, je ne peux pas jouer comme avant avec mes camarades, on réfléchit ensemble pour jouer à un jeu qui respecte les distances physiques : parachute, marelle, 1,2,3 Soleil...

Trouver un chant pour appeler la maitresse sans la toucher ? C'est une idée possible.

Avoir conscience de soi : par exemple, prendre soin de soi, demander des explications pour comprendre, faire de son mieux pour respecter les gestes barrière.

Avoir de l'empathie pour les autres : par exemple, je fais de mon mieux pour ne pas contaminer les autres

L'idée de faire quelque chose de positif pour grandir, devenir plus performant.

On peut dire aux enfants que le confinement a permis de gagner : il y a moins de malades. On peut reprendre l'école mais en s'adaptant, pas comme avant, tout le monde n'est pas là.



On peut aussi partir du conte du colibri. Il veut éteindre le feu de la forêt en prenant une goutte d'eau à chaque fois. Les autres animaux le regardent en lui disant que ce n'est pas en faisant cela qu'il va réussir. Il leur répond qu'il le sait bien mais qu'il fait de son mieux. Alors tous les animaux s'y mettent et parviennent à éteindre le feu car chacun fait de son mieux.

Aussi petit soit-il, chaque enfant a une part à donner. Raconté ici : youtube.com/watch?v=qgN-6HbQp8o

loptimisme.com/legende-colibri (chanté par ZAZ)

Certains des livres proposés sont disponibles au RASED de Pont-Sainte-Maxence.

Il faut bien dire aux enfants que le virus ne peut pas vivre et se développer sans les Hommes. On peut être victime donc mais on peut faire en sorte qu'il ne se développe pas ou du moins avec nos gestes faire en sorte qu'il ne s'installe pas.

Attention toutefois sur les échanges entre les enfants présents en classe et les enfants à la maison : ne pas créer un conflit de loyauté et donner « trop envie » aux enfants de revenir à l'école contrairement au choix de leurs parents. L'idée est de donner envie mais sans jugement...

Il faut aussi comprendre l'inquiétude de tous, enfants et parents. L'idée est de rassurer les parents, les remercier de nous faire confiance, leur dire ce qui est mis en place. Il est important d'entendre et de valider les émotions des parents pour les rassurer. Ce moment de retrouvailles est à anticiper : un mail, une vidéo, un petit texte en amont pour réduire cette inquiétude.

La **joie** booste beaucoup l'immunité. On ne peut pas la commander mais on peut la susciter : rire, faire des blagues, être joyeux...

Les psy-EN sont là aussi pour nous, enseignants. Et il existe aussi la plateforme du rectorat.

Il existe aussi les théâtres-forums : Olympio par exemple. Ils se déplacent et cela permet sur une thématique particulière, de voir ce qui ne va pas, réajuster à partir d'un débat avec les enfants, le théâtre...

Le Petit Quotidien ou l'Actu sont des supports intéressants également.