



Tranche de vie

J'étais animateur débutant. Et lors d'un stage nature en ville avec des enfants de 6 à 12 ans, nous étions partis à la découverte d'un dédale de ruelles et d'impasses.

Revenant sur nos pas dans l'une d'elles, je me rends compte qu'un dernier enfant tarde à nous suivre. L'idée me vient, que je sens pourtant saugrenue, de profiter de son retard pour nous cacher de lui, silencieusement.

J'encourage les enfants à me suivre dans cette idée. Sans prendre le temps d'y réfléchir, ils se cachent sans signaler pour autant par leurs regards une unanimité dans le plaisir de cette situation.

J'entends l'enfant revenir en courant et se laisser prendre par une grande frayeur qu'il exprime d'une voix désespérée par des "Merde, où sont-ils ? Merde !".

Le jeu que je perçois de plus en plus stupide ne dure que quelques

fractions de seconde mais assez pour découvrir l'enfant terrorisé et pleurant.

Quand nous lui lançons le rituel "coucou !", il nous insulte en me faisant jurer de ne jamais recommencer, nous livrant déjà d'autres mauvais instants vécus avec sa mère qu'il jugeait négligente et luna- tique.

Au même moment, je lui présente toutes mes excuses et le rassure sur ce point. Je me promets également de ne plus jamais céder à cette tentation diabolique, saisissant avoir joué là avec une confiance fondamentale que j'avais au départ installée. À elle seule, elle garantit pour une très grande part l'adhésion des enfants et l'heureuse évolution que je leur espère dans ces stages et, qui sait, au-delà.

«Merde !»

La question qui tue...

«Ce récit – à mes yeux assez ahurissant – me conforte dans mon conseil de formation des moniteurs. Intelligence et sensibilité devraient être de mise. Il faudrait faire lire ce récit aux animateurs et, peut-être éliminer directement ceux qui émettraient l'idée que : ça aurait peut-être bien endurci le gosse !"»

K. Foret

"Que je me souviene..."

«A la réflexion, cet exemple n'est pas si étonnant : j'ai connu, enfant, de nombreux moniteurs de sport particulièrement insensibles et brutaux (ou bornés). L'un voulut par exemple me guérir de ma relative prudence (donc peur) en ski en me faisant descendre à toute vitesse entre ses jambes : résultat inverse garanti. J'avais, de plus, approfondi mon sentiment d'écart et ma méfiance vis-à-vis des adultes nous encadrant : il fallait éviter de me faire repérer.»

K. Foret

Peur de la nature !?

«Dans ce témoignage, être laissé seul dans la nature, n'est pas l'élément central de la peur vécue, mais bien une sorte de répétition d'un scénario où le rapport à la mère l'emporte. La nature y joue un rôle secondaire, elle sert de révélateur et de décor à une histoire qui dévoile celui qui en fait l'expérience.»

E. Gillet



La sellette

Cette technique empruntée du Drama (voir références ci-après) permettra à un groupe de visiter par la fiction le genre de situation rencontrée ici dans le récit.

Les participants sont assis en cercle. Une chaise est vide : la sellette. Ils vont interroger l'un des membres du groupe qui va s'asseoir sur la sellette pour y incarner un personnage. Celui-ci ne transforme ni sa voix, ni ses attitudes, mais seulement son mental. Il répond, si possible, aux interrogations spontanées – mais obligatoirement empathiques (aimables, accueillantes, respectueuses,...) – que lui adresse tout membre du groupe. A tout moment, il peut quitter sa place et, automatiquement son rôle, pour réintégrer son ancienne place et redevenir lui-même. Un autre décide de le remplacer reprenant le même personnage ou un autre.

On proposera, en guise de motivation pour le choix du personnage, une photo ou un dessin montrant un enfant visiblement perdu au milieu d'un lieu ou d'une foule et...

(Quelqu'un s'installe sur la sellette. Le groupe questionne)

"Bonjour! Qui es-tu ?

- Je suis l'enfant sur la photo.

- Comment t'appelles-tu ?

- Jean."

(Le groupe poursuit son interview)

Le responsable du groupe joue aussi mais avec la tâche supplémentaire de faire respecter les règles du jeu.

Cette technique est exigeante en terme de protection de l'enfant qui est en rôle.

En savoir plus...

✓ Expression dramatique, théâtre - Jean-Claude LANDIER et Gisèle BARRET

✓ En anglais : Towards a Theory of Drama in Education, Drama as Education - Gavin BOLTON

✓ Patrick QUINET (formateur Drama)

...voir biblio

La gaffe !!!

« Bien raconté et utile comme histoire d'un "raté" pédagogique de la part de l'animateur et du danger de faire participer les enfants à un jeu qui se révèle dangereux. Sait-on jamais ce qu'ont vécu les enfants (ou les ados, ou les adultes) et ce que peut réactiver une situation donnée. D'où importance d'être attentif à tout. »

J. Malchaire

Et vous, lecteurs,
vous est-il déjà arrivé
de commettre
une telle bourde,
d'être sciemment à
l'origine d'une frayeur
chez un enfant ?
Qu'en aviez-vous
conclu ?



Photo : Michel Vanden Berckowdt

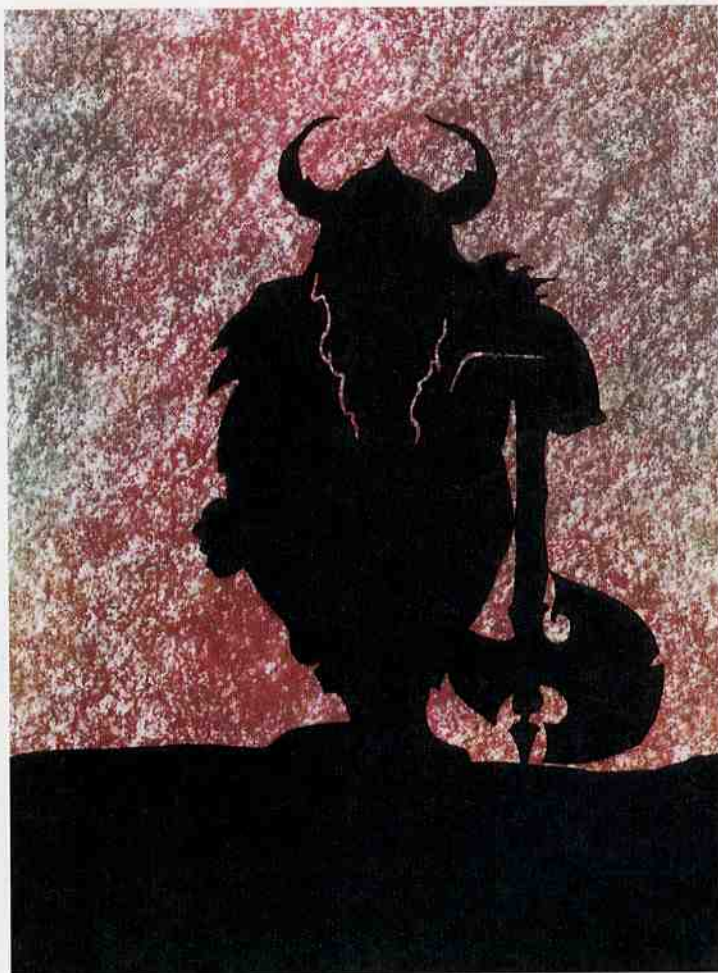
Un militaire raconte...

Voir texte page suivante

LA PEUR

*Vue d'un militaire
après 35 ans de commandement
dans les troupes d'élite.*

(Retranscrit, brut, au départ d'une interview)



N. Bado

«La peur a pour origine la méconnaissance de ses propres moyens et à ce moment, on s'imagine le danger plus important qu'il ne l'est en réalité.

Il y a différentes facettes de la peur généralement classifiées en peur physique et peur psychologique. La peur physique se caractérise par la crainte du combat physique, de l'agression, du bruit, de la nuit, du vertige et du vide. Pour un soldat il s'agit de vaincre d'abord ces peurs là, pour que cela ne dérive pas en panique sur le champ de bataille.

La peur mentale se caractérise souvent par le stress provoqué dans ces domaines : ne pas supporter l'autorité, ne pas pouvoir achever sa tâche, prendre trop de travail pour soi d'où surmenage, surexcitation..... Cette sorte de peur est plutôt maîtrisée par un entraînement psychologique.

Comme militaire je me limite seulement à analyser la peur physique et comment y remédier par un entraînement dur.

D'abord pour la vaincre, il faut disposer d'une bonne condition physique permettant de résister à la fatigue et acquérir une endurance en effectuant des exercices durs, exécutés à la limite de son épuisement total. Ainsi on obtient déjà plus confiance en ses propres ressources physiques.

Maîtriser la peur du combat en augmentant l'agressivité et la confiance en soi était obtenue de la manière suivante : d'abord apprendre le « self-defence » (combat sans armes) puis par l'exercice MILLING (aussi appelé boxe militaire et interdite par après dans les années 60).

Cette épreuve consistait à mettre deux hommes de mêmes poids et gabarit face à face avec des gants de boxe de 12 onces et ceci après un exercice dur, de telle façon que les coups portés aient moins d'effet. Il s'agissait aussi de ne pas esquiver les coups de son adversaire. Les boxeurs étaient déjà défavorisés par leur entraînement de boxe qui est basé sur la tactique d'esquive des coups.

Le premier MILLING était fait après un mois et durait 30 secondes. Le deuxième MILLING était fait après 2 mois et durait 1 minute. Le troisième MILLING final était fait après 4 mois et après une speed-marche de 16 Km parcourue en 90 minutes avec tout l'équipement et durait 2 minutes. Il fallait le réussir pour obtenir son béret. Les points étaient donnés, en premier lieu, en fonction de l'agressivité (montrer qu'on n'a pas peur du combat), puis pouvoir encaisser et enfin pouvoir porter des coups. En général quelqu'un qui avait passé ces tests n'avait ensuite plus peur de grimper aux rochers ou de sauter en parachute.

Maîtriser la peur du vertige est certainement une des meilleures méthodes pour apprendre à se surpasser. Il est rare de connaître des hommes qui n'ont pas peur du vertige. Ceux qui travaillent sur des grandes hauteurs l'ont appris par leur métier et ont dû l'acquérir comme on dit « on the job » mais pour le commun des mortels elle est bien là. Pour vaincre cette peur l'entraînement consistait à apprendre à grimper les rochers graduellement, d'un degré facile vers un degré difficile et de hauteurs allant jusqu'à 100 m. Les death-ride (se laisser glisser le long d'une corde) allant jusqu'à 100 m étaient aussi un bon moyen pour l'acquérir.

Une fois le vertige vaincu, ceci devenait de la routine et contribuait à se sentir sûr de soi.

Maîtriser la peur du vide s'apprenait par le saut en parachute. Il ne s'agit que de faire un pas. Si, effectué du ballon, il est suivi d'une chute libre de 40 m qui vous coupe le souffle avant que le parachute ne s'ouvre, l'épreuve était pour moi moins dure que l'épreuve de vaincre le vertige.

Apprendre à ne pas avoir peur des bruits et sifflement des balles sur le champ de bataille, s'apprenait par un exercice appelé « baptême du feu ». Il s'agissait de progresser en rampant pendant que les mitrailleuses tiraient au-dessus de la tête et que les explosifs sautaient à gauche et à droite. Cet exercice était complété par des attaques et défenses en balles réelles. Au début des années 50, 60, on pouvait se permettre de rendre ces exercices très réalistes. Plus tard, les mesures de sécurité devenant de plus en plus strictes, on n'obtenait plus le même effet.

Maîtriser son comportement la nuit, ou plutôt apprendre à exploiter ses possibilités de vue et d'écoute, pour vaincre son incertitude se faisait par des leçons et exercices pour acquérir la vue de nuit (adaptation, fixation décentralisée, comparaison avec points de repères...), des exercices pour reconnaître les bruits de nuit (craquement des branches, bruit des armes ou des outils métalliques...).

La peur de la mort au combat se maîtrisait par tous les entraînements mentionnés plus haut, ainsi que par la motivation et la confiance dans ses propres capacités à soigner des blessures après le combat. Apprendre à donner les premiers soins, avoir confiance dans l'évacuation en temps record par hélicoptère vers les hôpitaux de campagne, amoindrissaient cette peur là mais elle disparaissait souvent dans le feu du combat.

Un moyen souvent utilisé pour se surpasser, était d'utiliser le sentiment de fierté ou d'orgueil pour ne pas faire moins bien que ses copains ou faire des paris : « tu n'oses pas ». C'est ainsi qu'un jour de grande kermesse, je suis allé boxer contre le Noir. J'avais 17 ans et peur mais plus de fierté pour montrer aux copains que j'osais le faire.

Voilà quelques moyens pour vaincre sa peur physique et je pense que tous ceux qui ont connu cet entraînement savent comment se comporter en situation de stress et ainsi mieux maîtriser la peur mentale que quelqu'un qui n'a pas eu la même expérience.»

R. Uytdebroeks

Pas la même chose

«Le militaire est volontaire pour vivre de telles épreuves. Elles sont probablement nécessaires à l'efficacité de sa mission.

Redisons à certains éducateurs que les jeunes dont nous avons la responsabilité ne sont pas des soldats adultes volontaires.

Pour nous, ces techniques extrêmes n'ont pas leur place, que ce soit dans une salle de gymnastique ou au coeur d'une forêt.

Notre métier est fondé sur une bonne connaissance des enfants, sur une volonté de les faire tous réussir. Pour cela, il est nécessaire qu'ils développent progressivement les capacités nécessaires à la réussite des épreuves ou défis que nous vivrons ensemble.»

D. Philippart

Anticipation

Quand, chez un animateur, vibre la fibre "Respect de la Nature", un pied dégoûté d'un enfant sur une araignée débusquée, les cris d'effroi d'un deuxième au milieu d'une forêt chuchotante, l'agitation frénétique du troisième en réponse à l'approche désinvolte d'une abeille,... finissent par poser question !

Admettra-t-on toute réaction d'un jeune public surpris, effrayé comme légitime et bien fondée pour peu qu'elle lui permette d'évacuer la trop forte tension liée à la peur ? Ou défendra-t-on corps et âme le devenir de cette nature sauvage qui, au demeurant, n'a jamais pu donner son avis sur nos comportements à son égard ?

A choisir : le bien-être de l'enfant effrayé ou celui de l'animal effrayant ?

La zone fragile était proche. Il y grouillait une kyrielle d'animaux, sans doute des plus étranges, pour les petits néophytes que j'accompagnais. Les réactions perturbantes, voire dramatiques, envers cet univers étaient imaginables sans aucune peine. Mais si on ne peut quasiment pas agir sur la peur elle-même, qu'en est-il des réactions à la peur ? Il me semblait trouver là une piste d'entente. L'idée jaillit de les anticiper, ces fameuses réactions.

"Ecoutez, il y a là un endroit que peut-être vous rêvez de visiter et que j'aspire à vous faire découvrir, mais je vous assure que bien des êtres qui y vivent risquent fort de vous effrayer. Si cela arrive, comment croyez-vous réagir ?

- En hurlant !

- Et bien d'accord.

Mes mains renferment un animal effrayant... De quoi avez vous peur ?

- D'un crapaud !

- Et bien, soit ! Mes mains renferment un crapaud. Au moment où je les ouvrirai, vous allez tous hurler très fort. Mais quand je refermerai mes mains, vous arrêterez...tous ! Attention...

(les mains s'ouvrent, il n'y a bien sûr pas de crapaud, et pourtant...)

- Aaaaaaaaah !

- (les mains se ferment) Stop ! Stop, stop, c'est fini, c'est fini...Merci.

Mais comment pourriez-vous réagir encore et pour quel autre animal effrayant ?..."

Et le même scénario se répète 3 ou 4 fois, en passant par la scène des pieds qui écrasent tout, de la fausse course folle mimée sur place, jusqu'à

celle des débattements frénétiques joués en hurlant et en frappant du pied. Jusqu'au moment où :

"Et bien je vous propose, pour aller dans ce lieu, de mettre toutes ces réactions en veilleuse. Bien souvent le danger n'est pas réel et de toute façon

je m'en voudrais de vous y emmener pour que cela finisse en carnage impitoyable. De mes mains va sortir un serpent-araignée

baveux comme un crapaud et capable de se précipiter sur vous jusqu'à grimper par la jambe de votre pantalon, vous mordre, vous piquer et vous sucer la moëlle jusqu'à la mort. Et vous n'allez ni l'écraser du pied, ni hurler, ni fuir, ni vous agiter mais seulement et doucement faire un pas en arrière, mettre les mains devant vous comme pour vous protéger et dire à voix basse : "Ouh la laaaa!" Vous êtes prêts ? On y va ?..."

Les mains s'ouvrent...On répète la scène une fois ou deux en assurant qu'on rappellera, si on l'oublie, cette invitation quand une effrayante surprise se présentera réellement.

Ça marche ! Et ça ne marche pas toujours...

«Ouh la laaa !»

Anticiper ou démystifier ?

«Je pense qu'il s'agit d'une peur ancestrale, vieille comme le monde qui vit au fond de la majorité des enfants et des adultes et qui existera toujours. On peut essayer de l'adoucir par la compréhension de la vie de l'animal, en voyant le beau côté des choses (ex.: toile de l'araignée, le crapaud mange les moustiques,...).

Il faut aider l'enfant à gérer ses peurs, en les anticipant, oui, mais surtout en les démystifiant : "Pourquoi le crapaud fait-il peur ? Que pourrait-il nous faire ? Que devons-nous craindre de lui ? A quoi sert-il ? Qui a le plus peur, lui ou nous ?

Faire exprimer un enfant du groupe qui n'a pas peur.»

M.E. Compère

Dix sur dix !

«Très bien le mélange récit, dialogues, réflexions. Impeccable comme outil de travail chez les animateurs, même la mise en scène y est !

Très utile aussi comme piste de réflexion sur le respect de la nature, le bien fondé de certaines animations, la nécessité d'une bonne préparation et d'une formation complète et adéquate des accompagnateurs.»

J. Malchaire



**"L'anticipation" :
un militaire raconte...**

Voir texte page 26

L'anticipation...

« Tant qu'à aller à la rencontre d'une situation génératrice d'émotions, il est effectivement très sécurisant de pouvoir basculer du côté du processus lié à cette émotion plutôt que d'espérer vainement la vaincre ou l'ignorer :

"Face à cette situation qui risque fort de t'effrayer, note déjà ce que tu dois faire, prépare-toi une parade dans la tête".

Pour qu'un projet fonctionne, se représenter le but et les moyens de le réaliser offre parfois une occasion de lutter contre une dissipation dans les émotions, de l'énergie nécessaire à la tâche.»

A. Moinet

Renforcer les heureux effets de l'anticipation

« Les bénéfiques d'un exercice d'anticipation – qu'il intervienne dans le projet d'un geste d'attention, de mémorisation, de compréhension, de réflexion ou d'imagination – seront plus visibles si l'on met en place, après l'événement vécu, un temps pour la "révocation".

Il s'agit alors de reproduire la situation en la revivant dans sa tête.

Par exemple, de proposer à son public un moment dans le calme : "En silence, souvenez-vous de ce qui vient d'être vécu, des éléments liés à la situation, de l'état dans lequel vous y étiez et des réactions que vous y avez eues". Sans hésiter à raviver les mémoires en égrainant quelques mots clés attachés à l'événement (le lieu, l'ambiance, quelques détails, les personnes présentes, les actions entreprises,...). Plus fort est alors d'encourager à envisager les lieux où ils pourront encore réutiliser la mémoire de cet événement, de situer les moments où ce qu'ils ont appris là pourra à nouveau leur être utile. Lier mentalement le passé à l'avenir, c'est assurer l'ancrage de l'apprentissage.»

Anne Moinet

En savoir plus...

✓ La gestion mentale, un autre regard, une autre écoute en pédagogie - C. Evano

...voir biblio

Et d'ailleurs, chers lecteurs, avant d'aller plus loin, pourriez-vous fermer les yeux et revisiter dans votre tête ce que vous avez perçu de ce témoignage commenté et peut-être même de ce que vous avez découvert jusqu'à présent dans cet ouvrage ? Est-ce des images, des mots, des paroles, des émotions, des sensations, des odeurs... ? Au bénéfice de quelles expériences à venir pourriez-vous les mémoriser ?

Qui a peur du méchant loup ?

Pour les enfants des classes maternelles et parfois les plus grands, entrer dans un bois n'est pas toujours facile.

L'animateur attentif peut entendre bien avant l'orée, le frisson d'inquiétude qui traverse le groupe, l'émotion qui parcourt l'enfant.

- « Je me sens pas bien. »
- « Je dois faire pipi. »
- « Ma maman a dit que ... »

Et puis parfois, la terrible question surgit, évidente et essentielle : « Dis, tu crois qu'il y a des loups, ici ? »

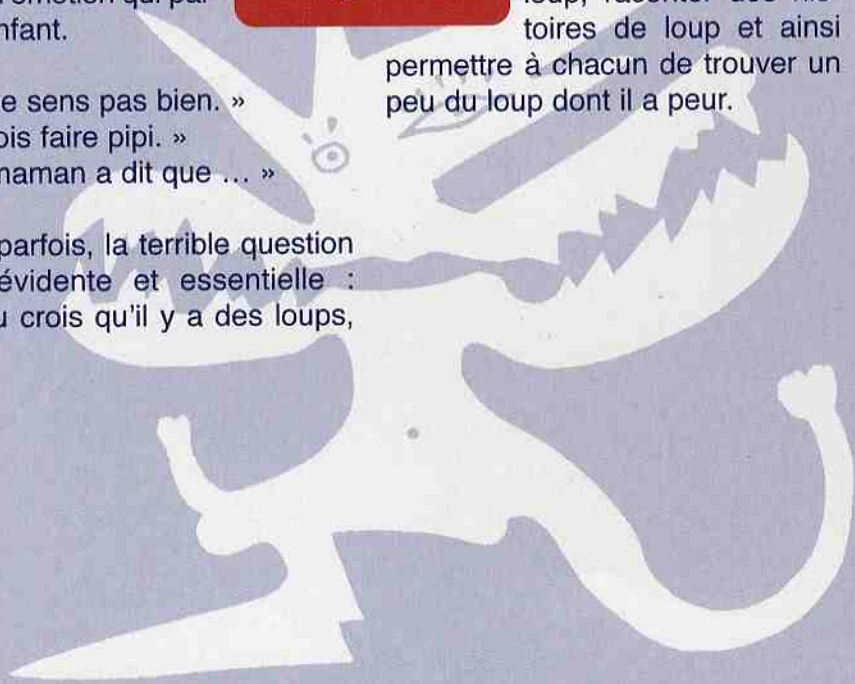
Mais c'est où ici ?

Plutôt que de risquer une dangereuse interprétation, je préfère

répondre que je n'en ai jamais vu « ici ». Alors, ensemble on peut commencer à jouer au loup, chercher des traces de loup, raconter des histoires de loup et ainsi

permettre à chacun de trouver un peu du loup dont il a peur.

**Des
loups
ici ?**



Le bébé, petit «cannibale» ?

«Le petit enfant découvre le monde par la bouche : en suçant, mordant, bavant, en avalant le bon lait de sa mère... Pour lui qui vit alors dans le « tout ou rien », cette mère est « bonne » quand il se nourrit d'elle, quand il la « dévore » avec amour et béatitude ; mais quand elle le quitte, le frustré, le gronde, elle devient une autre, la « mauvaise ». Pris dans sa colère et sa rage, l'enfant peut craindre les représailles: cette mère « mauvaise » va-t-elle lui en vouloir, va-t-elle se venger, risquer-elle, à son tour, de le « dévorer » ?

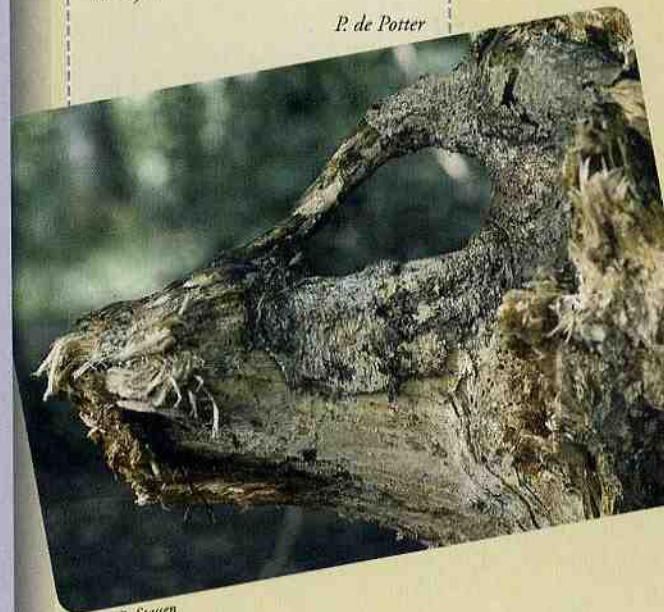
Dans les années 1950, la psychanalyste anglaise Mélanie KLEIN a tenté ainsi de comprendre le monde fantasmatique du début de la vie, quand se différencient les premières émotions (plaisir/déplaisir, amour/haine, premières ébauches de culpabilité...).

P. de Potter

Mythe

Le loup et l'homme, ennemis depuis toujours ? Pas sûr ! Sans doute fut-il un temps où les deux super prédateurs se partageaient, dans un respect réciproque, les mêmes territoires de chasse. L'espace était immense et le gibier abondant. Le divorce s'installa vraisemblablement il y a plus ou moins 12.000 ans lorsque l'homme eut cette idée saugrenue d'arrêter de chasser et de cueillir pour élever et cultiver : s'appropriant le steak et la carotte, il se créait ainsi un dangereux rival.

Le Moyen-Age installa le mythe du loup diabolique, voleur et tueur. La bête du Gévaudan, entre 1764 et 1767, mobilisa 20.000 paysans sous les ordres des chasseurs du Roy de France. Depuis, l'homme inventa encore le loup-garou et le « loup sous le lit ». Mais l'histoire ne se trompe pas et enfin, tout doucement, face à la disparition progressive du loup dans toutes les régions habitées par l'espèce humaine, une grande vérité historique se corrige : c'est l'homme qui est un danger pour le loup et pas le contraire !



B. Stassen

Les dents de la mère ...

« Mère-Grand, comme vous avez de grandes dents !... » Les dents, peut-être, de cette mère « mauvaise » qui peut, dent pour dent, me faire ce que je lui ai fait... Le loup participant de nos peurs occidentales, présent dans les souvenirs réels comme dans les mythes de notre culture, incarnerait ces premières angoisses d'avant le langage. Il leur donnerait forme et nom, les rendant ainsi partageables et dépassables.

P. de Potter

Solitude

«Que des enfants de maternelle aient peur du bois, des loups, cela me semble « normal ». Ce qui me semble plus étonnant, c'est que cela soit également le cas des élèves du secondaire supérieur. Mon mari accompagnait souvent les élèves de 5^e ou 6^e en retraite. Il faisait une balade nocturne pour les fatiguer et les apaiser. Il a dû y renoncer car (...) le silence et la solitude ressentis dans les bois la nuit les angossaient terriblement.»

D. Bory

Chaperon...

«... à l'âge tendre des maternelles, je crois qu'il s'agit d'une peur encore toute ... livresque ! Non pas que les enfants n'éprouvent pas la peur ! Mais cette focalisation sur le loup me paraît encore très influencée par le Petit Chaperon Rouge et autres.»

C. de Potter

Où ça ?

«Je me souviens, j'avais 10 ans et Philippe en avait 7 ou 8. Un soir dans le grand dortoir, loin de sa famille, il pleurait doucement, assis en tailleur au milieu de son lit. L'éducatrice le faisait parler, j'entends encore leurs mots.
- « Il y a des loups »
- « Où ça ? »
- « En dessous du lit. »
Et moi, gamin de deux ans son aîné, je ne comprenais pas qu'il puisse croire encore au loup... Mais je savais qu'il avait (comme moi ?) besoin de sa maman.»

L.P.

Diable !

«Le loup à mon avis ne fait pas partie des animaux repoussants ou dégoûtants, mais plutôt d'un imaginaire qui rejoint les histoires de diables, de sorcelleries, de mort mais qui est toujours bien présent dans la tête des enfants.»

J. Malchaire



Quelle que soit sa forme

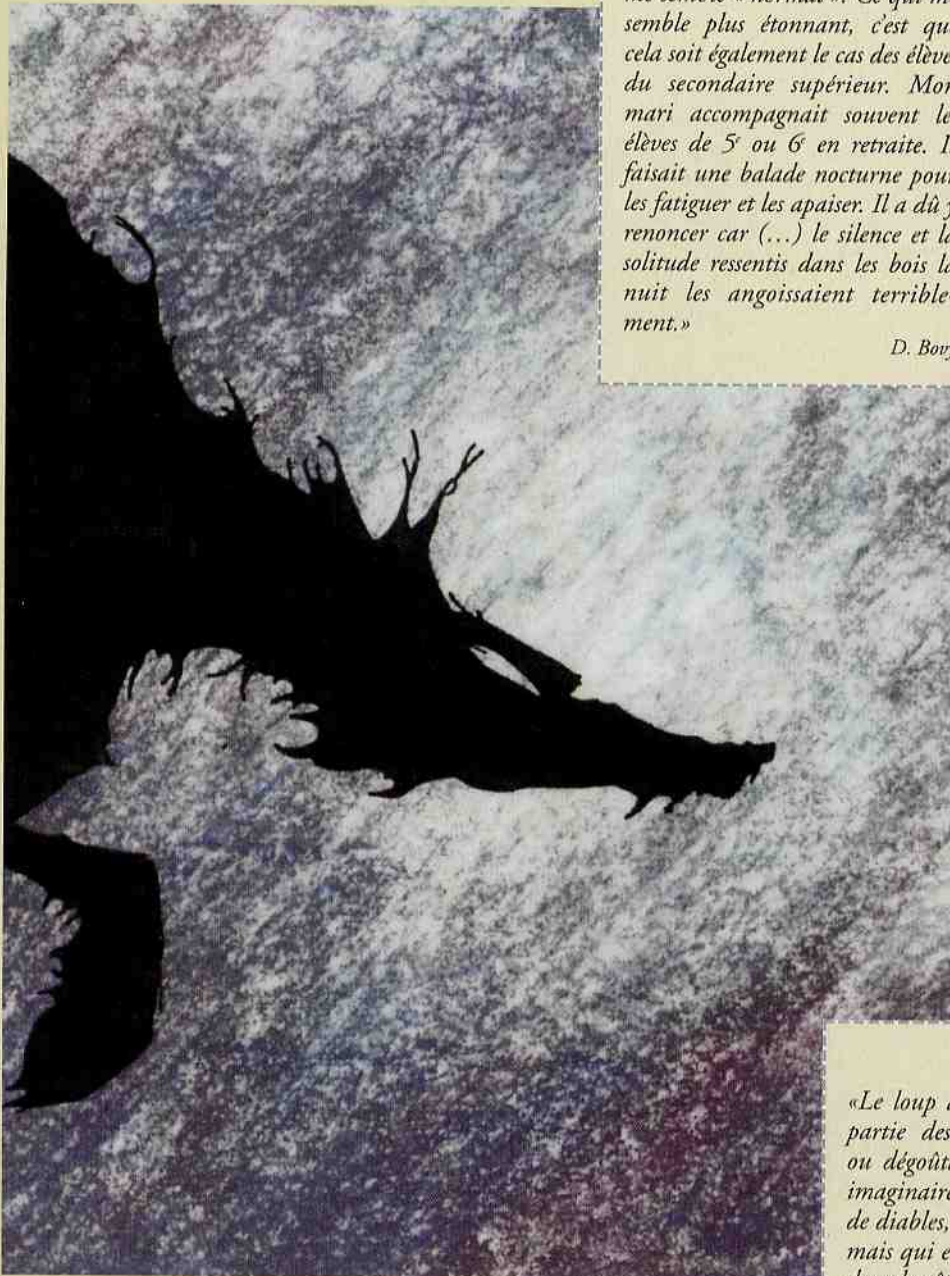
Son apparence

Sa signification

Ne nions jamais

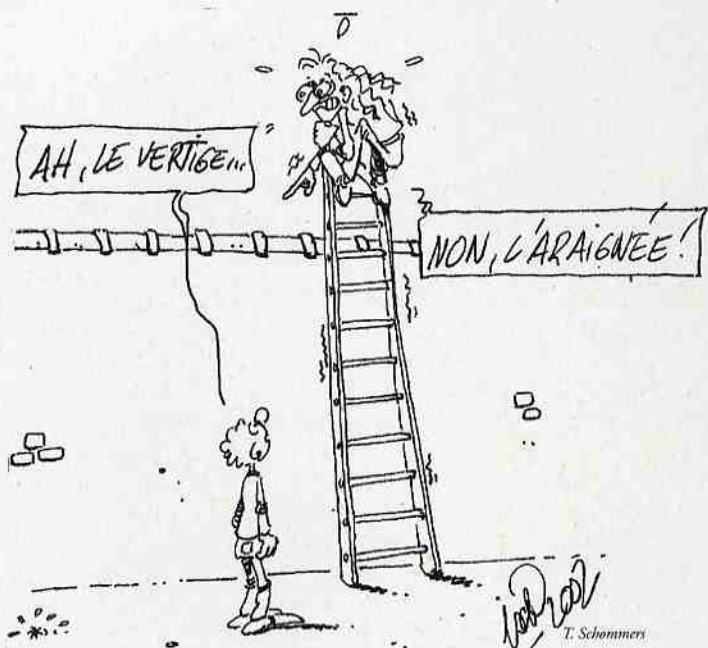
l'importance

du loup



DIFFERENTS TYPES DE PEURS?

*Il semble ne pas exister
UNE seule manière de classer les peurs.
Voici quelques coups de projecteurs
sur le sujet, issus d'observateurs-
chercheurs différents.
Comme vous allez le voir,
certaines choses se recourent !*



*“ Tous les hommes ont peur. Tous.
Celui qui n'a pas peur n'est pas
normal, ça n'a rien à voir avec le courage ”*

JP Sartre

CHEZ FREUD

Dans « Au-delà du principe de plaisir » (1920), Freud propose la distinction suivante : « Effroi (Schreck), peur (Furcht), angoisse (Angst) sont des termes qu'on a tort d'utiliser comme synonymes; leur rapport au danger permet de bien les différencier. Le terme d'angoisse désigne un état caractérisé par l'attente du danger et la préparation à celui-ci, même s'il est inconnu. Le terme de peur suppose un objet défini dont on a peur. Quant au terme d'effroi, il désigne l'état qui survient quand on tombe dans une situation dangereuse sans y être préparé; il met l'accent sur le facteur surprise ». Entre effroi et angoisse, la différence réside dans le fait que le premier est caractérisé par la non-préparation au danger, tandis qu'«... il y a dans l'angoisse quelque chose qui protège contre l'effroi. ».

Dans « Vocabulaire de la Psychanalyse » de J. Lapanche et J.B. Pontalis.

DEUX GRANDS TYPES DE PEURS

- ▲ **les peurs innées** (à fondement biologique) : réactions adaptées à une situation où ma vie est en jeu (je ne sais pas nager et constate que je "n'ai plus pied").
- ▲ **les peurs acquises** : créations historiques à amplification culturelle (la peur du Diable).

Autrement dit, il y a des peurs partagées par tous les humains et d'autres qui sont liées à des évolutions culturelles (les tabous, les croyances et symboles vis-à-vis de la nature sauvage...) La peur fondamentale est celle d'être seul (faire dormir son bébé seul est contraire aux besoins primaires de l'homme, d'où le nounours).

A. Demaret, lors d'une interview en 2001

Il y a également **les peurs induites par l'univers familial** (transmission parentale ou familiale : si la mère hurle devant une araignée, l'enfant hurlera aussi).

C. Blondiau, lors d'une interview en 2002

Dans le « Dictionnaire de la Psychologie » R. Doron et F. Parot définissent la peur comme suit : « Emotion déclenchée par une stimulation ayant valeur de danger pour l'organisme ».

PEUR ET ANGOISSE

« (...) parce que l'imagination joue un rôle important dans l'angoisse, celle-ci a sa cause plus dans l'individu que dans la réalité qui l'entoure et sa durée n'est pas, comme celle de la peur, limitée à la disparition des menaces. Aussi est-elle plus propre à l'homme qu'à l'animal (...). En outre l'homme dispose d'une expérience si riche et d'une mémoire si grande qu'il n'éprouve sans doute que rarement des peurs qui ne soient à quelque degré pénétrées d'angoisse. Plus encore que l'animal, il réagit à une situation déclenchante en fonction de son vécu antérieur et de ses "souvenirs". Aussi n'est-ce pas sans raison que le langage courant confond peur et angoisse.

Comme la peur, l'angoisse est ambivalente. Elle est le pressentiment de l'insolite et l'attente de la nouveauté; vertige du néant et espérance de plénitude. Elle est à la fois crainte et désir.

“L’esprit humain fabrique en permanence la peur” (G. Delpierre) pour éviter une angoisse alignement morbide. Parce qu’il est impossible de conserver son équilibre interne en affrontant une angoisse flottante, infinie et indéfinissable, il est nécessaire à l’homme de la transformer et de la fragmenter en des peurs précises de quelque chose ou de quelqu’un (...). L’Occident a vaincu l’angoisse en “nommant”, c’est-à-dire en identifiant, voire en “fabriquant” des peurs particulières.”

Dans J. Delumeau, «La peur en Occident»

«IL EXISTE AUTANT DE PEURS OU D'ANGOISSES QUE DE LIEUX»

(...) Le lien entre peuple et culture est évident. Car si notre Occident, après la peur du diable, est passé à la peur de la bombe puis à celle des terroristes, d’autres peuples ont bien entendu placé leurs craintes ailleurs. Nos craintes à nous, Occidentaux, sont pour une bonne part liées à des objets précis. Nous avons peur de l’accident de voiture, du chômage à force d’entendre parler de licenciements (...).

P. Philippot, dans le magazine Imagine n°31, mars 2002

LE DANGER DE L'INVISIBLE

Ainsi M. Singelton raconte, lorsqu’il vécut dans un village africain totalement isolé : «mes craintes étaient évidemment de tomber malade, d’être attaqué par un lion, d’attraper le tétanos. Mais les Africains ne percevaient pas du tout les choses de la même manière. Si l’un deux chutait d’un arbre et se cassait une jambe, tout le monde riait, le blessé y compris, car le vrai danger ne venait pas de là”.

Pour les voisins de l’anthropologue, vivant dans une culture magique, la seule chose à craindre était d’être ensorcelé. La menace résidait dans l’invisible et non dans le visible. «Si un animal attaque, c’est qu’il est téléguidé, programmé pour le faire. Mais le risque peut être limité, grâce aux gris-gris. Leur assurance m’avait alors frappé: ils ont la conviction qu’il n’existe aucun danger dépassant les capacités de l’homme. Quel que soit le problème, il y a toujours quelqu’un qui possède un remède, il suffit de le trouver.»

Quant aux angoisses beaucoup plus profondes que nous portons tous, M.Singelton explique qu’elles semblaient nettement moins présentes là-bas. “La crainte ontologique que nous avons tous, la peur de mourir, n’existe pas. Car les morts reviennent, ils sont “au-delà des collines”, faisant de temps en temps un tour parmi les vivants.

Bien entendu, la mort n’est pas une rigolade. Quand ils arrivent à la fin, la peur existe quand même, mais beaucoup moins puissante que chez nous. Ils se disent que cela doit être ennuyeux là-bas puisque les morts reviennent régulièrement au village.

Certains peuples n’ont même pas de mot pour qualifier un enfant, car c’est un vieux qui réintègre la communauté.

Puis, nous avons peur parce que nous avons l’idée d’être un “soi” inédit, d’être nous-même et nul autre. Eux ne conçoivent pas cette individualité”.

M. Singelton, cité dans Imagine n°31, mars 2002



Dessin : Amourline

“La peur est une forme d’anticipation négative, comme quand on traverse un tunnel. L’expérimentation est indispensable.”

D. Philippart,
lors d’une interview en 2001

ET LES PHOBIES ?

Le Petit Robert nous dit :
"forme de névrose caractérisée par la peur morbide, l'angoisse de certains objets, actes, situations ou idées".

Le Larousse rappelle l'étymologie grecque phobos (effroi) et propose : "crainte déraisonnable à l'égard d'objets, de situations ou de personnes bien définis, dont le sujet reconnaît le caractère injustifié, mais dont il ne peut se débarrasser".



En savoir plus...

- ✓ Les peurs enfantines et le développement de l'enfant - Raynald Goudreau
- ✓ L'enfant et ses peurs - A. Beaumatin et C. Laterrasse

IL EXISTE DES PHOBIES UTILES...

Celle, par exemple, de repérer systématiquement l'éventuelle présence de tiques sur son corps. Une phobie disparaît avec des techniques d'apprivoisement (dont l'hypnose) et non pas en brûlant, déchirant la cause : cette destruction est une impasse. Les phobies évoluent en fonction de l'âge. Regardez les tribus primitives : peur de l'abandon de la mère / peur des petites bêtes dans le campement / peur des grosses bêtes en dehors des campements.

A. Demaret, lors d'une interview en 2001

PHOBIE DES SERPENTS, DES ARAIGNÉES, DES BÊTES GLUANTES

"Il existe une théorie psychanalytique, à laquelle j'adhère, qui explique les phobies par une relation généralisée. En gros, il existe - envers les animaux - deux types de phobies :

▲ **celle des gros animaux** (chiens, peur d'être mordu...) que les psychanalystes relient avec la peur, l'angoisse de la castration. C'est typique à l'âge de 5-6 ans.

▲ **celle des petits animaux** (araignée, serpent, crapaud...) qui sont des angoisses liées à des émois, des pulsions sexuelles, une curiosité sexuelle, au plaisir (par ex. la répulsion du gluant)".

C. Blondiau, lors d'une interview en 2002

RAPPEL

"Les points de vue du psychiatre, du psychiatre naturaliste (qui compare avec les sociétés tribales) et du pédo-psychiatre sont différents!"

A. Demaret, lors d'une interview en 2001

QUE PEUT-ON FAIRE POUR AIDER UN ENFANT QUI A PEUR ?

Quelques pistes parmi d'autres :

- Accepter la peur de l'enfant et lui expliquer ce qui fait peur dans telle ou telle situation devant tel ou tel objet.
- Enseigner à l'enfant la différence entre la peur et la prudence. (...)
- Ne pas forcer ou précipiter l'enfant devant l'objet de sa peur. Procéder plutôt par exposition graduelle, de façon à lui donner le temps d'apprendre à gérer son anxiété.
- Éviter d'humilier, de critiquer, (...)
- Éviter que la peur soit trop payante (dormir avec maman, bonbons...)

- Faire attention à la pitié ou à la surprotection : c'est parfois un vote de non-confiance. Si on doute de ses ressources, l'enfant apprendra à douter de lui.
- Encourager les capacités d'auto-contrôle des dialogues internes et de l'imagerie mentale : se parler positivement (...)
- Ne pas être trop surpris quand l'enfant a des succès.
- Si on a aussi peur que l'enfant..., il faut d'abord aller chercher de l'aide pour soi-même. Vous voulez la suite ? Elle est sur le site d'une école québécoise : <http://www.aqps.qc.ca/bulletin/05/05-01-05.htm>

HEUREUSEMENT QU'ON A PEUR !

*Sans la peur,
nous ne serions plus là
aujourd'hui...*

*Qu'il s'agisse de hier
quand l'homme était une espèce proie
pour les grands prédateurs sauvages ou qu'il
s'agisse encore aujourd'hui de situations où
l'homme est confronté au danger, le senti-
ment de peur enclenche des mécanismes phy-
siologiques qui augmentent nos chances de
survie : attaque, fuite ou évitement.*

*Quand la présence d'une menace ou
l'irruption d'un stimulus effrayant est perçu
par nos sens, le message est immédiatement
transmis au cerveau et génère un stress.*



DEUX PHENOMENES SE METTENT ALORS EN BRANLE :

▲ La réaction d'alarme, ou réaction de lutte ou de fuite, est un ensemble de réactions déclenchées par une région de l'encéphale : l'hypothalamus. Il envoie, via la moëlle épinière et les nerfs dits "sympathiques", des influx nerveux à différentes parties du corps, dont les glandes surrénales. Celles-ci libèrent instantanément deux substances dans le sang : la noradrénaline et l'adrénaline.

Les conséquences sont alors immédiates :

- Augmentation de la fréquence cardiaque et de la force de contraction du cœur.
- Constriction des vaisseaux sanguins et de la plupart des viscères et de la peau.
- Dilatation des vaisseaux sanguins du cœur, des poumons, de l'encéphale et des muscles squelettiques.
- Contraction de la rate.
- Conversion du glycogène en glucose (dans le foie).
- Transpiration (régulation de la température du corps)
- Dilatation des voies aériennes.
- Ralentissement des activités du tube digestif.
- Dilatation de la pupille
- Contraction des muscles érecteurs des poils (ce qui provoque chez nous le phénomène "chair de poule". Chez d'autres mammifères - restés bien velus, eux - cette contraction a pour effet de dresser les poils et de les faire apparaître plus gros ou plus menaçants. Que l'on songe au chat et au chien par exemple.

▲ Parallèlement, l'hypothalamus libère des hormones qui stimulent l'hypophyse (glande située sous l'encéphale). La réaction d'alarme engendre essentiellement un afflux de glucose et d'oxygène vers les organes qui contribuent le plus à éloigner le danger :

- L'encéphale, pour mettre l'organisme sur un pied d'alerte.
- Les muscles squelettiques pour que la personne soit prête à se défendre ou à fuir.
- Le cœur qui doit pomper vigoureusement pour envoyer une quantité accrue de sang vers l'encéphale et les muscles.

Précisons que les facteurs de stress peuvent être agréables ou non. Cela dépend de chaque personne et, chez le même individu, d'un moment à l'autre.

Dr. Th. Bataille

Rencontre avec une couleuvre

Je me rappelle... J'emmenais une classe de cinquième primaire dans un marais... Nous progressions le long de pontons en bois. Le groupe était dissipé, les gamins bruyants...

Tout à coup, sur ma droite, se faufilant à travers les roseaux, une couleuvre à collier glisse à la surface de l'eau... Le corps, immergé, ondule gracieusement ; seule la tête barrée de jaune dépasse. Elle plonge, je me précipite et l'attrape par la queue... Déjà, elle gigote entre mes doigts...»

Imaginez la répulsion première des enfants !

Et pire encore celles des enseignants.

«Beurk»

«... Qu'est-ce que c'est ?... Quoi !... Un serpent... Ouh... Aah... Beurk... C'est dégoûtant !... Je déteste ces bestioles... J'ai horreur de ça !...»

Immédiatement, le groupe éclate en hurlant.

Et puis... Petit à petit... La crainte fait place à la curiosité. Certains enfants voyant l'animal couler dans ma main se rapprochent. Très vite, ils sont fascinés. L'envie de toucher est là... Mais la peur est bien ancrée. Je les rassure. Le groupe se resserre.

Quelques-uns, les plus téméraires, osent un geste du bras... Bien vite retiré au moindre louvoiement du serpent. Puis ils tentent une autre approche, essaient de le toucher, l'effleurent du bout des doigts.

Les enfants s'enhardissent alors, lui touchent la queue, rapidement, comme ils auraient touché une casserole brûlante. Ils lui remontent bientôt les flancs. Le toucher devient caresse. Enfin, ils osent approcher la tête du reptile. Ils tremblent bien un peu car l'animal agite souvent sa langue fourchue et fréillante.

Je sens qu'il se passe des choses : des appréhensions tombent, des répulsions sont dominées, des angoisses vaincues, des peurs évacuées... Bientôt, un enfant prend l'animal en main, le fait glisser entre ses doigts et ne veut plus le quitter...

Puis c'est la bagarre car tous veulent le manipuler en même temps.

Une peur collective est morte... Un flash affectif est né !

Ô moment de grâce pour l'animateur qui remercie le ciel d'avoir placé cette divine créature sur son chemin...

Grande Cariçaie
(rive sud du lac de Neuchâtel), printemps 1995

Vivre l'aventure, c'est le contraire de se remplir la tête de savoir

«En développant les connaissances, on amène à une maîtrise de la peur qui permet une mise en distance. Cette mise en distance n'est pas au service de la nature, il faut donc, à mon avis, toujours faire preuve d'humilité devant elle. Si je vais vers la nature, je dois faire partie d'elle, je dois être un animal, sentir, regarder... Dans «une rencontre avec une couleuvre» par exemple, c'est un face-à-face, un contre un. Rencontre, observation, disparition. Respect »

E. Etienne

Contamination

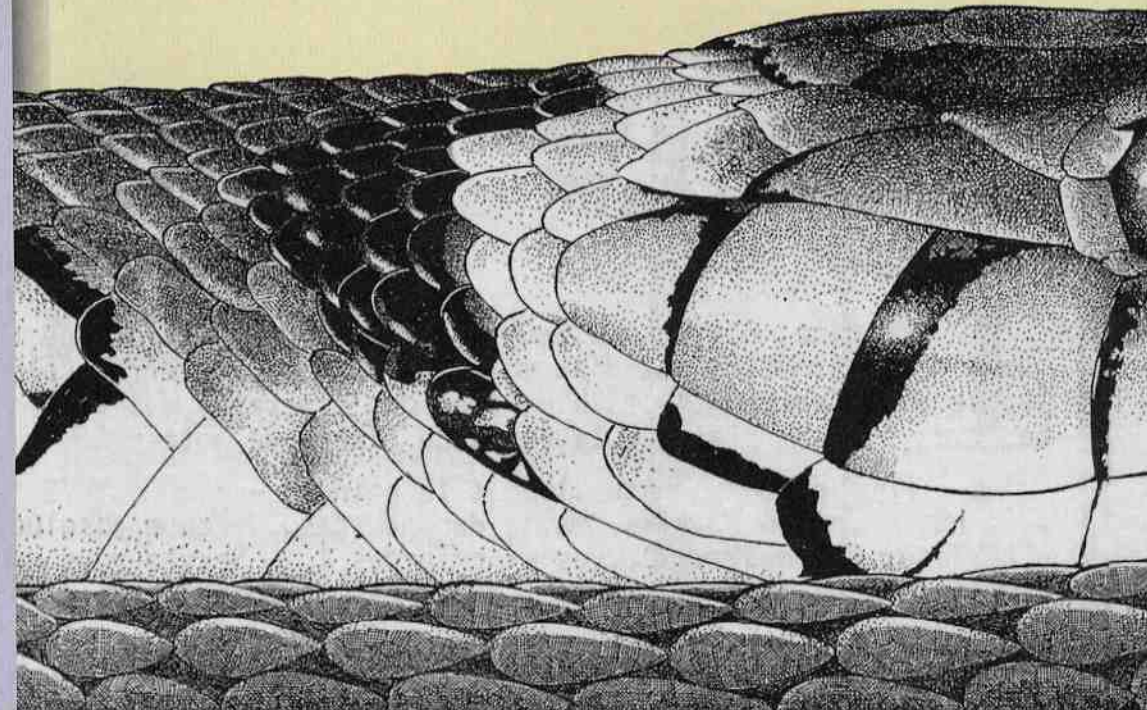
«N'oublions pas non plus qu'une peur peut se propager durant une activité par un phénomène de groupe, où la phobie de l'un va «contaminer» tout le monde. C'est le phénomène de modeling.»

A. Denaret

Encore des questions

« Dans les exemples évoqués on joue beaucoup sur l'ici et maintenant. Qu'en est-il au niveau des modifications à plus long terme ? Quel processus, nécessairement long, de réorganisation psychique se met en place. Des témoignages de parents seraient précieux. »

P. Stegen





Le toucher !

« Très bonne observation des réactions des enfants, surtout au niveau du toucher qui est souvent peu utilisé dans notre culture. »

J. Malchaire

La peur du serpent... La peur la plus commune !

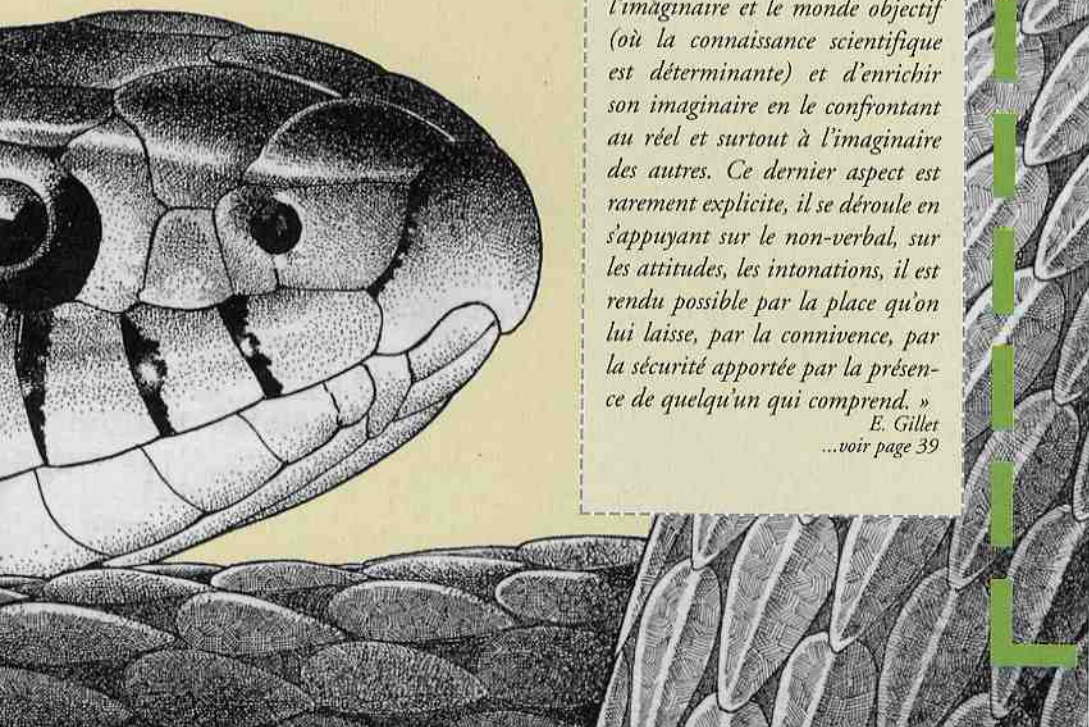
« En 1975 (!) ... Les sept peurs les plus fréquemment évoquées sont : les serpents, l'altitude, les tempêtes, les médecins, la maladie, les blessures et la mort (AGRAS, 1975). Toutefois, ces peurs varient avec l'âge. Par exemple, la peur des serpents et de l'altitude culminent à l'âge de 20 ans. »

J. Thérier

Apprentissage de la nature et/ou apprentissage de soi au contact de la nature ?

« Une caractéristique remarquable de ces trois récits (peur de la nuit, du serpent et du loup) est l'ambivalence des sentiments de fascination/répulsion qu'exerce la nature et le rôle que cela joue vis-à-vis de la peur ... Ce n'est pas l'objet en lui-même qui est en cause ici, la couleuvre reste identique à elle-même et le sentiment qu'elle inspire s'inverse tellement vite qu'on peut dire, sans crainte de se tromper, que les enfants n'ont pas eu vraiment le temps de la connaître, et que même si c'était le cas, cela n'expliquerait en rien l'intensité des sentiments en jeu. L'enfant attend un soutien qui lui permette à la fois de faire la part entre l'imaginaire et le monde objectif (où la connaissance scientifique est déterminante) et d'enrichir son imaginaire en le confrontant au réel et surtout à l'imaginaire des autres. Ce dernier aspect est rarement explicite, il se déroule en s'appuyant sur le non-verbal, sur les attitudes, les intonations, il est rendu possible par la place qu'on lui laisse, par la connivence, par la sécurité apportée par la présence de quelqu'un qui comprend. »

E. Gillet
...voir page 39



Du point de vue d'une pédo-psychiatre, voici ce qui doit guider l'animateur en situation de peur manifestée.

● **L'intensité de la peur** : Dès qu'apparaît une situation correspondant à une crise d'angoisse, on ne force pas. Une crise d'angoisse peut prendre différentes formes, différents symptômes (hurlements, l'enfant tape des pieds...) mais aussi déclencher des réactions psychosomatiques (maux de ventres...) ou encore diverses formes d'inhibitions...

● **L'accompagnement de l'enfant dans sa peur.**

- Rester présent dès que l'enfant dit qu'il a peur ou qu'il montre des signes de peur (enfant crispé...).

- Au moment de la peur, tenter d'ancre l'enfant dans la réalité (maîtrisable) pour diminuer l'intensité de l'imagination (non maîtrisable), par exemple par un questionnement du style : « Qu'est ce qui pourrait te rassurer ? Je suis sûr que tu seras content après ! Mais qu'est-ce qui peut te rassurer maintenant ? Peux-tu préciser ce qui te fait peur chez cet animal ? ». C'est une question pour

l'enfant et pour l'éducateur de pouvoir récupérer la maîtrise de ce qui se passe.

- De manière générale, tenter d'emmener l'enfant à accompagner lui-même sa propre peur.

● **La possibilité (ou non) pour l'enfant de « métaboliser » sa peur.** Si l'enfant n'a pas pu mettre dans sa tête autre chose comme réalité, s'il n'a pas pu avoir de nouvelles représentations psychiques, il sera poussé dans ses derniers retranchements. Aider l'enfant à décrire, à exprimer la chose vécue, encourager le plus possible la parole.

● **Aider l'enfant à passer d'une position passive (subie) à une position active** par rapport à la peur vécue (Par exemple, remonter tout de suite sur le cheval après la chute !).

● **Notion de temps et de distance** par rapport à l'objet de la peur. Ne pas brusquer les choses ! Accepter qu'il y ait une période de retrait, d'habituation, au cours de laquelle l'enfant verra les autres faire... Il peut alors plus facilement démystifier les choses.

Informons également l'enfant pour qu'il interprète correctement certains mouvements de l'animal.

Ainsi, quand la couleuvre "tire la langue", elle tente de capter les odeurs et les différences de chaleur. Cela lui permet de repérer précisément l'emplacement de sa proie ... ou, dans le cas présent, l'emplacement du groupe qui, pour elle, ressemble drôlement à un prédateur!

Des araignées prennent le car

La bonne humeur animait ce groupe de 4ème année primaire.

Les consignes données, les enfants se lançaient dans le jeu de découverte tactile des arbres. Il suffisait de se mettre par deux, l'un guidant l'autre qui jouait à l'aveugle, les yeux bandés.

Le guide choisissait un arbre à découvrir par l'aveugle qui de ses mains allait en chercher les moindres détails de façon à pouvoir le retrouver par après.

Très vite, un cri : « Aaah !! c'est dégoûtant..., il y a plein d'araignées sur l'arbre !! »

L'information s'était répandue comme une traînée de poudre dans le groupe entier.

En effet, de minuscules araignées habitaient les fissures des écorces des arbres.

Le groupe s'était arrêté et... horreur... découvrait dans une excitation grandissante qui se transformait peu à peu en vent de panique que ces « monstres » étaient partout y compris sous leurs pieds, dans les feuilles mortes.

Que faire ? La journée débutait et les enfants étaient là ! Il fallait sortir de cette situation qui empêchait toute poursuite d'activités.

J'ai alors proposé au groupe de jouer avec les araignées.... Cris et expressions de dégoût ont accueilli ma proposition.

« Voilà ! » (d'un ton fort et persuasif)... Je me suis assis sous le regard dégoûté de la majorité des enfants pour proposer à ceux qui n'avaient pas peur de venir près de moi constituer un petit cercle, les autres pouvant regarder de loin comme ils le voulaient.

Quatre garçons dits « intrépides » se sont assis. Discrètement, j'avais attrapé une petite araignée. Pour la garder, je devais la faire passer d'une main à l'autre. Délicatement, je la découvrais... « c'est Julie, c'est ma copine... Hé ! elle me chatouille... Quel beau ventre elle a... » En effet, c'était une petite araignée avec un beau petit abdomen tout décoré.... « Qui veut se laisser chatouiller ? »

Mon voisin a approché sa main et je me suis arrangé pour que l'araignée passe furtivement sur l'un de ses doigts que je lui avais demandé de positionner entre mes deux mains au moment du passage de notre « coureuse »... C'était rigolo... Notre Julie avait chatouillé mon voisin qui ensuite me demandait s'il pouvait la prendre...

Et puis ce fut le tour d'un autre enfant d'accueillir, non sans une pointe de crainte, notre petite protégée.

Mais voilà que nos observateurs(trices) se sont rapprochés. Intrigués, émoustillés. Et puis ça a été très vite. D'autres araignées ont été trouvées. Je sortais alors des petits récipients de mon sac. Tous les enfants étaient plongés dans la découverte et les araignées passaient d'une main à l'autre, étaient baptisées et même chéries.

Je me souviens de la fin de cette journée : les enfants sont remontés dans le car et il fut très compliqué pour les accompagnateurs et le cariste de comprendre pourquoi bon nombre d'entre eux n'avaient pu laisser leur araignée dans la forêt et voulaient la ramener à la maison.

DEUX PEURS

La peur en forêt : la peur de se perdre ou la crainte de se retrouver ?

- ▲ La première peur s'inscrit dans l'histoire de celui qui l'éprouve, elle fait référence à une expérience antérieure difficile, et replonge celui qui la vit dans le même sentiment d'impuissance. (voir pages 6-7 et 24-25).
- ▲ La seconde peur dépasse la personnalité de celui qui l'éprouve, et plonge ses racines dans l'histoire de l'espèce humaine. Elle ne parle pas d'une histoire personnelle, mais d'une façon d'être homme (voir pages 12-13 et 22-23). De telles expériences disent, au travers des générations, la lutte que l'homme mène pour survivre au sein de la nature.

Souvent ces deux peurs se mêlent et se dissimulent l'une l'autre. Une peur personnelle se rationalise et se dissimule sous le masque d'une peur générique, moins éprouvante pour l'image que l'on se fait de soi. Une peur générique sert de socle à une expérience pénible qui nous constitue et nous individualise. Travestissements habituels de l'inconscient. Et pourtant les distinguer n'est pas inutile ; on ne répond pas à l'une comme à l'autre, une nausée n'est pas une angoisse ; conquérir la nuit n'est pas guérir une blessure. Et pourtant la confiance acquise ici peut se transférer là. C'est l'un des enjeux de l'éducation à l'environnement : rejouer le parcours de nos ancêtres et construire notre propre vie.

E. Gillet

L'IMAGINAIRE : OUI MAIS POURQUOI ?

*Août 2000. Un stage Nature
quelque part en Ardenne.*

S. Riggo



Dans la bande dessinée du dossier pédagogique « **Le pays des Zorribles** », l'imaginaire tient une place de choix. Cinq personnages jouent à se faire peur sur une « ronce infernale » qui n'est rien d'autre qu'une attraction de fête foraine. Pourtant, en observant bien les dessins, certains indices peuvent laisser penser que le danger n'était jamais bien loin : plume, ombre ou cri de rapace... Laissons les enfants nous interpréter l'histoire, leur histoire.

- L'animatrice : allez chercher un monstre
- Les enfants : pardon ?
- L'animatrice : je vous dis : séparez-vous, promenez-vous aux alentours de la rivière. Trouvez un objet, «quelque chose de la Nature» qui vous fait penser à un monstre. Ensuite, ramenez-le. Nous donnerons un nom à chacun, les peindrons et raconterons leur histoire...

Ainsi fut fait, bien fait et raconté aux parents le dernier jour.

«L'enfant va interpréter la rencontre avec l'objet selon la façon dont il lui a été présenté. C'est le renforcement de l'imaginaire positif. Même la nuit, l'issue favorable d'un cauchemar sera favorisée par cet imaginaire positif»

D. Philippart

«Ce qui se joue n'est pas la rencontre avec un inconnu inquiétant (la nuit, une couleuvre, la forêt), puis une phase d'habituation et enfin, la disparition de la peur. Il s'agit plutôt d'une rencontre des enfants avec leur propre imaginaire, cet imaginaire qui les constitue comme des êtres humains distincts les uns des autres, distincts de la nature. Le changement d'attitude correspond à une nouvelle façon d'être soi face à la nature, face aux autres. Ce n'est pas un apprentissage de la nature, mais un apprentissage de soi au contact de la nature ; la distinction est d'importance, puisque cette découverte de soi est transposable dans toutes les situations de la vie quotidienne et non seulement dans le parcours du naturaliste en herbe....»

E. Gillet

L'enfant qui ne voulait pas s'asseoir

Lors du premier contact dans le local d'accueil du stage nature, ce gamin-là ne m'avait paru ni asocial, ni même timide. D'un contact plutôt facile avec les autres enfants, il était spontané et bavard.

Ce n'était, à ses dires, pas la première fois qu'il allait dans un bois. Il aimait bien même. Il aimait être dehors, jouer dans le jardin chez Mamy, faire de grandes promenades le dimanche avec ses parents. « Les marches ADEPS dis, tu connais ... ? J'ai déjà marché quatre heures sans m'arrêter, et, en Ardèche, avec ma sœur, maman ne veut pas que nous rentrions dans la maison tant qu'il y a du soleil et comme il y a tout le temps du soleil... tu comprends, moi j'ai l'habitude... »

Oui bien sûr, je comprenais, mais surtout je sentais sa main serrée dans la mienne, m'empêchant de rejoindre le cercle des enfants confortablement installés dans l'épais tapis de mousse de ce coin de forêt feuillue.

- « Assieds-toi avec les autres » lui dis-je « nous allons voir le programme de la journée ».

- « Je suis bien debout » me répondit-il.

- « Si tu veux, prends une grosse pierre comme siège, mais viens t'asseoir avec nous ».

- « Non ça va : je suis bien debout ». Je n'insiste pas et lance le dispositif d'animation de cette première journée passée dans la nature : découvrir le minuscule sous-bois dans lequel nous sommes, choi-

sir un bon endroit pour installer un camp de base, construire sa cabane, explorer, fouiller, et en fin de compte, se sentir un peu chez soi dans ce coin de nature à peine reculé de la civilisation. Chacun s'occupe et revoilà le gamin qui me raconte ses vacances dans le Sud de la France.

Cette fois, je lui explique qu'il est le bienvenu près de moi mais que j'ai besoin de mes deux mains... Alors il s'occupe, montre des choses, pose des questions, s'appuie quelques instants contre un arbre, s'éloigne d'une dizaine de mètres, ramasse un bâton, chipote, papillonne dans l'effervescence générale des enfants qui construisent, se cachent dans les fossés, se roulent dans les feuilles, se battent dans la terre.

Le temps passe, le groupe se pose, naturellement, avec les jeux et les activités qui se structurent. Deux garçons couchés à plat ventre dessinent dans le terreau les plans de leur futur château; un groupe de fillettes assises en tailleur s'active autour d'une marmite fictive; d'autres affalés sur de confortables matelas de fougères, se reposent avant de partir à la chasse... De loin, perché debout sur un rocher, mon gamin crie ses conseils à qui pourra l'entendre. Il est bientôt seize heures, nous allons rentrer. Pas plus que demain, il ne s'assiéra dehors aujourd'hui. Il lui faudra trois jours pour trouver un trône en pierre lisse et froide qu'il ne quittera plus jusqu'à la fin du stage.

« Non ça va :
je suis bien
debout »

« Souvent, en animation, nous avons entendu : je ne veux pas m'asseoir parce que je ne peux pas me salir ou j'ai peur des araignées ou encore il y a du caca.

Assis (sur une chaise, tiens, tiens) devant l'ordinateur, je sais que tout ça n'est que prétexte. Distraitemment, je tape sur un moteur de recherche : s'asseoir par terre, j'introduis la recherche.

Voici, brut, les mots qui apparaissent, sans sélection, sur les 7 premiers sites :

- « s'asseoir par terre ». Alain Souchon.
- ...expulsés d'une salle d'attente d'aéroport pour se retrouver dans un endroit tellement bondé qu'il n'y avait même pas de place pour s'asseoir par terre...
- ...pas trouvé de siège libre. De préférence, n'encouragez pas les enfants à s'asseoir par terre...
- ...si vous vous déplacez beaucoup, prenez comme sac une valisette et posez la par terre... s'asseoir dos plat sans cambrer ni se tasser...
- ...des piquets avec des cordes tracent la place où chacun doit s'asseoir par terre : homme par ici, garçon par là...
- ... S'asseoir par terre et écrire dans le sable ! « cent millions d'enfants dans le monde ne vont jamais à l'école »...
- ...elles sont obligées, à partir de 6 heures du matin de s'asseoir par terre, les jambes croisées et la tête baissée...

Comment, vous lecteurs,
réagissez-vous à ces mots, à brûle-pourpoint, sans réfléchir ?

- Moi, lecteur
- Pascale, psychologue : « 5 sites sur 7 parlent d'exclusion-contrainte-misère. »
- Dimitri, animateur : « Un regard sur - s'asseoir par terre - c'est nécessairement lié à un contexte. »
- Gabriel : « Internet est un média occidental »
- Luc : « S'asseoir par terre n'est manifestement pas une situation valorisante ou de plaisir. »

L. Peyskens

Et au Japon ?

Le grand chef indien est invité à participer à un pow-wow avec les grands chefs blancs. Tout le monde est assis sur une chaise, sauf lui, assis par terre en tailleur. Réalisant qu'il n'est pas assis au même niveau que les autres, il accepte le siège et s'y installe... toujours en tailleur.

Extrait d'un album de « Lucky Luke »

Quel sens ?

« Quel sens cela a-t-il pour des enfants de chez nous de s'asseoir par terre dans une forêt ?

A part dans le cadre d'animation de découverte de la nature, quand nos enfants sortent, c'est pour jouer, marcher, courir, faire du sport. Pas pour s'asseoir ! »

Jacques, animateur

Et dans les igloos ?

C'est sale...

« En classe, je ne peux pas faire s'asseoir mes élèves par terre. Au cours de gymnastique, oui. Parce qu'il y a un uniforme fait pour. Par terre, c'est sale, ça ne se fait pas. Il faut dire qu'il y a les parents derrière... Vous savez combien cela coûte un pantalon « Marque » ? Pourtant, j'aime bien les faire s'asseoir par terre. ça les pose. Au musée par exemple, ça marche bien... Les enfants ne vont plus dehors... alors, s'asseoir par terre dans la nature... »

Geneviève, institutrice, 4ème année

Vue d'un aventurier...

Alain Hubert,
qu'avez-vous à nous dire
sur la peur de la nature ?

« Cet enfant (celui qui ne voulait pas s'asseoir), n'a pas peur, c'est plutôt une volonté anticonformiste, il ne veut pas rentrer dans le groupe. Cependant... La peur fait partie intégrante de l'homme, c'est quelque chose qu'il faut dire, expliquer, comprendre. C'est normal. Il est important de le dire aux gamins. Nous, les aventuriers, sommes comme tout le monde. Nous avons peur et la peur est un moteur. Elle nous permet de nous dépasser et de nous remettre en question... »

J'avais 12, 13 ans, je dormais dans un bois, à la belle étoile. Accroché à mon poignard, j'étais mort de « trouille »...

Pourquoi l'homme a-t-il besoin d'aller dans la nature, de découvrir cette nature, le mystère de la nature, le mystère de la vie ? C'est pour avoir une expérience existentielle. Mieux savoir qui il est par rapport à un milieu où il vit, duquel il est issu. N'oublions pas que l'homme est un accident de l'histoire...

L'homme est le seul être vivant à pouvoir se remettre en question, à se projeter dans le futur et d'en avoir peur. Ce serait dommage de me dire qu'un jour dans ma vie, je devrais arriver à ne plus avoir peur... Garder la capacité de se remettre en question, rester humble...

L'homme a toujours cru qu'il pouvait tout faire. L'acceptation de la peur devrait pouvoir l'arrêter dans cette croyance.»

Est-ce que la place de l'homme est bien au-dessus des montagnes, dans l'infini des glaces de l'Antarctique ?

Est-ce que fondamentalement, l'homme ne devrait pas entretenir une humble peur de la nature ?

« Non ! Parce que cette situation permet à l'homme de voir la Terre de haut et de se sentir infiniment petit dans l'infiniment grand. Une telle sensation permet de dégager une énergie positive plus importante après. La Terre est ronde et limitée, on ne peut pas empêcher l'homme de vouloir la découvrir. Le beau, l'esthétique est nécessaire pour la santé de l'esprit. La curiosité est inhérente à la nature humaine. L'expérience de l'homme va peut-être lui permettre de remettre son comportement en question. La seule force de l'homme est de savoir qu'il peut changer son comportement. »

Interview d'Alain Hubert, octobre 2002

Et dans les mosquées ?

Lorsqu'un enfant refuse de s'asseoir par terre, il n'invoque jamais la peur de s'asseoir, mais plutôt la peur des choses qui justifie ce refus. Si la nuance est subtile, son identification est fondamentale tant le siège, la chaise, sont dans nos sociétés, un fondement de la construction de la personne. N'oublions pas que l'on « siège au parlement » !

Mai 1985

Une activité pédagogique en forêt liégeoise. Activité sur la faune du sol, celle tapie sous les feuilles mortes.

Objectif : explorer l'écosystème forestier. Moyen : récolter des invertébrés. Personne ne remarque que 5 enfants restent debout. L'activité se déroule sans eux.

Mai 2001

Une activité pédagogique en forêt liégeoise. Activité sur la faune du sol, celle tapie sous les feuilles mortes.

Objectifs : explorer l'écosystème forestier et travailler la peur de toucher du vivant gluant ou à pattes. Quelques enfants sont debouts. C'est avec eux que l'animateur va engager l'animation. Le schéma pédagogique de 85 est cassé en pièces et morceaux mais en en gardant une partie de ses éclats pour les réincorporer de manière bien différente, vous l'avez deviné...



Aussi loin que je me souviens, quand j'étais petit... J'avais peur de la nuit !

Premier contact

Un souvenir : nous habitions dans des appartements... Je devais avoir 8 ou 9 ans... Parfois le soir, j'allais chercher une bricole au garage qui se situait dans un autre bâtiment. Pour l'enfant que j'étais, il s'agissait de véritables expéditions contre les démons de la nuit. Alors pour me rassurer, je courais très vite... ou je sifflais très fort... ou encore, je parlais à voix haute pour faire croire aux « fantômes » que je n'étais pas seul... Cela me rassurait !

Mais petit à petit, à force de sortir, je prenais confiance en moi et parlais moins fort. J'apprivoisais les « présences » une par une, pour me rendre compte que finalement, il s'agissait juste de l'ombre d'une cheminée ou d'un réverbère. Je retournais souvent le jour pour inspecter minutieusement les lieux de mes aventures nocturnes. Alors je découvrais que ma voisine avait sorti son yucca sur sa terrasse... ou que le spectre aperçu en franchissant la dernière marche de l'escalier (limite de la zone éclairée) se trouvait exactement dans l'axe de la gouttière (qui brillait dans la nuit) et n'était rien d'autre que le conifère d'ornement planté au milieu de la pelouse.

Apprivoisement

C'est ainsi que je devins téméraire... Je m'éloignais de plus en plus de la sécurité que représentaient les lumières des appartements. Oh, je n'allais jamais bien loin, quelques centaines de mètres au maximum. Je me rappelle un jeu auquel nous jouions ma sœur et moi. La route qui passait devant les appartements

amorçait un grand tournant autour d'une prairie. Nous éprouvions un plaisir immense à s'y cacher, à plat ventre, dès qu'une voiture passait.

Le but du jeu était de ne pas nous faire repérer par le faisceau rasant des phares. Je suis convaincu qu'à travers ce jeu s'amorçait en moi une assurance en la nuit. Notamment par le fait que je comprenais ce que je nomme « l'effet (anti) lampe de poche » : à savoir que l'on est beaucoup plus « fort » la nuit lorsque l'on n'est pas visible. La lampe de poche constitue donc, selon moi, le plus mauvais moyen d'apprivoiser la nuit !

L'initiation

Adolescent, je me suis impliqué dans le mouvement scout. J'ai eu ma part de frayeurs au cours des divers jeux de nuit, gages de veillée, réveils en sursaut... Mais plus intéressante peut-être fut ma totémisation. Si l'on réfléchit bien au sens d'une totémisation, il s'agit en quelque sorte d'une initiation qui doit permettre au jeune de s'affirmer non seulement vis-à-vis du groupe mais surtout vis-à-vis de lui-même.

Ce passage est symbolisé par des épreuves, un peu à la manière des initiations dans différentes peuplades autochtones. Au sein des mouvements de jeunesse, malgré toutes les dérives largement critiquables de ce genre d'épreuve, je crois pouvoir dire que j'ai eu de la chance dans la mesure où mes animateurs de l'époque ont bien perçu le défi qu'il me fallait, à ce moment-là de ma vie et de mon parcours. En effet, l'épreuve principale de

ma totémisation fut d'être déposé en pleine nuit - sans lampe de poche - dans la forêt.

Une seule consigne, continuer toujours tout droit le chemin qui menait au campement... trois km plus loin. Bon Dieu... Que c'est long 3 km la nuit sans lampe de poche ! Mais à l'arrivée, quelle fierté d'avoir surmonté ses peurs ! Quelle joie de s'être prouvé à soi-même et aux autres que l'on en était capable. Bien sûr, dans ce contexte, cette expérience renforça positivement mon envie de découvrir la nuit... (Je pourrais très bien imaginer le contraire pour une personne non prête ou larguée dans un cadre inadapté).

Pour terminer ce petit souvenir, je dois aussi dire que mon totem fut : « fouine ». La symbolique de cet animal entièrement nocturne joua-t-il un rôle dans mon engouement pour les balades de nuit ? Enfin, les nuits sous tente ou mieux « à la belle étoile » constituent à mon avis un moyen idéal pour permettre aux enfants d'apprivoiser la nuit.

La confirmation

Jusqu'à cet âge, mes expériences solitaires de la nuit n'avaient que rarement été volontaires. Vers l'âge de 16 ans, une nouvelle passion s'est révélée dans ma vie : l'affût. Observer des animaux sauvages dans leur milieu, perché sur un arbre, un mirador ou posté au détour d'un sentier... Tout un programme ! Fasciné par la grande faune, je devais m'adapter à son horaire... principalement nocturne ! Me poster

fin d'après-midi et attendre la tombée du soir ou partir très tôt le matin et être en place avant le lever du soleil... Autant dire que le retour vespéral ou l'approche matinale me procuraient à chaque fois une certaine tension, voire même certaines appréhensions, seul au fond des bois.

Mon imagination débordait à chaque bruissement de feuilles, à chaque craquement de brindilles, face à ces masses noirâtres et « buissonnantes » perçues le long des sentiers.

J'éprouvais un sentiment de sécurité intense chaque fois que j'atteignais les échelons du mirador, souvent après une marche nocturne de plusieurs kilomètres. Le soir, si la chance voulait que l'observation d'un animal se prolonge jusqu'à l'extrême limite de la noirceur, il me fallait rentrer carrément de nuit.

Tous ces instants passés en connivence avec le crépuscule m'ont permis au gré des saisons, des intempéries, des observations, d'apprivoiser la nuit.

Qu'est-ce à dire « apprivoiser la nuit » ? C'est probablement acquérir une certaine confiance en soi, fruit d'une connaissance des 1001 indices visuels, sonores, tactiles, odorants aussi... qui font de la nuit notre amie. Cette connaissance devenue intuitive est elle-même le résultat d'un processus, long et progressif, de mise en contact avec les éléments naturels et nocturnes.

« ... Aujourd'hui, j'ai 34 ans, toutes mes dents et... la nuit est devenue mon amie »

F.R.

«Tension»



ROBERT HAINARD
30 SEPTEMBRE 1943

Peur générique, peur individuelle ...

«... Conquérir la nuit n'est pas guérir une blessure. Et pourtant, la confiance acquise ici peut se transférer là. C'est l'un des enjeux de l'éducation à l'environnement : rejouer le parcours de nos ancêtres et construire notre propre vie ...»

E. Gillet

La peur du noir... un « classique » de l'enfance !

«Une peur très fréquente dans le développement de l'enfant est la « peur du noir » chez les enfants à partir de 2,5 ans jusqu'à environ 6 ans.»

C. Blondiau

Epreuve d'initiation... des pour... des contres...

Inconscient collectif ?

«La peur de la nuit est sans doute inscrite dans la mémoire collective de l'humanité.»

J. Lambinon

«La peur du noir me semble une donnée générale de la condition humaine, dans nos civilisations du moins.»

K. Foret

Apprivoiser sa peur...

«On constate que le mode d'éluclation du problème n'est pas de « surmonter » sa peur... Mais plutôt de l'accepter et de la vivre en l'apprivoisant. C'est d'ailleurs le fondement de toutes les initiations dans les sociétés traditionnelles.(...) En fait, la sensibilité naturaliste est minoritaire et il est nécessaire de comprendre comment le monde vivant peut être effrayant si on l'aborde sans cette sensation de parenté fraternelle et de curiosité insatiable qui anime les gens des sciences naturelles... Le changement ne peut venir que de l'acceptation du caractère non rassurant de l'univers associé à l'intime sentiment d'en faire partie.»

F. Terrason

Phagocytter sa peur ? Ou la canaliser...

«Ce texte montre l'importance du recours à l'imaginaire comme moyen trouvé par l'enfant pour surmonter, dépasser, phagocytter sa peur du noir ; il montre aussi l'importance de canaliser sur une figure symbolisant le mal toutes les angoisses ou toutes les craintes que l'enfant peut sentir en lui. Dans cette perspective, la fête d'Halloween, par exemple, permet à l'enfant d'extérioriser ses peurs, de les projeter à l'extérieur.»

C. Blondiau



De l'importance de l'automotivation ...

«La peur du noir peut être dépassée et même sublimée sans intervention adulte intempestive comme l'autoritarisme, l'ironie ou l'admonestation (cf « Poil de carotte »). Par ailleurs ce texte illustre toute l'importance de l'automotivation chez l'enfant et de la nécessité pédagogique de l'aider à développer cette capacité (aménagement de « zones de liberté », activités ludiques sans recourir aux jouets...).»

J. Thérér

« On ne résout pas ses peurs de la même manière à 8 ans qu'à 14 ans ... »

«Le sens de la totémisation : similitudes avec les rites de passage dans certaines sociétés secrètes, chez certains peuples, les « bizutages »... Cela correspond avec l'adolescence, c'est très important pour l'individu et il vaut mieux que ça se passe dans des conditions encadrées qu'au sein d'une bande sans contrôle. Le cérémonial qui accompagne la totémisation est aussi important, et le secret à garder sur ce qui s'y est passé : ça se passe toujours pendant le grand camp, donc dans la nature, autour d'un feu et pas le premier jour mais lorsqu'on a déjà vécu beaucoup de choses ensemble ... Ces types d'épreuves sont extrêmement courants dans les contes, mais là, si le héros réussit, il obtient un trésor ou une princesse; ici on obtient la reconnaissance de ses pairs et un nom que l'on garde toute sa vie (l'auteur en parle encore !). Les enfants et les ados raffolent de ce genre d'expérience (en vrai ou dans les livres ou les films). Ça peut sembler incompréhensible à certains adultes mais il ne faut pas oublier que cela se passe entre ados (les chefs ne sont pas beaucoup plus âgés), c'est une parenthèse sans grandes personnes, et si tout se passe bien (ce qui est le plus souvent le cas), cela valorise énormément l'enfant.»

J. Malchaire

Mais tous d'accord pour dire «pas n'importe comment!»

Epreuve collective ?
Seulement en
« bouquet final » !

«Le texte présente un certain nombre de conditions pour la réussite de cette expérience :

- ✓ l'enfant a une capacité d'imaginer, de la créativité. Il élabore et rentre dans des scénarios qui apportent une solution;
- ✓ il est capable d'intérioriser l'Autre. Même seul, « il ne se sent pas seul »;
- ✓ il opère un auto-déconditionnement progressif. Il n'est pas dans une solution magique « tout ou rien »;
- ✓ il tient compte de l'Autre, qui peut le soutenir dans l'épreuve ; il peut anticiper et tenir compte de ses capacités et de ses limites;
- ✓ il peut observer et tenir compte du réel;
- ✓ il peut tirer des conséquences de ses observations.

L'épreuve collective est un bouquet final qu'il peut vivre en tant qu'acteur et non en victime.»

D. Philippart

Initiation... Oui mais pas n'importe laquelle !

«Les adolescents me semblent, dans leur ensemble, pouvoir être réceptifs aux expériences d'initiation.» Toutefois : « il faudrait des moniteurs assez subtils pour discerner l'enfant qui refusera l'exercice en souhaitant, au fond de lui-même, le faire et en étant capable de le faire et celui qui s'y dérobera par un refus profond. Ce que je refuse, en fait, c'est la « philosophie », détestable et primitive, qui préside à ces expériences d'initiation : pression du groupe (« allez, vas-y, oh le dégonflé ! »), définition de l'individu par son appartenance au groupe...»

K. Foret

« Le jour, il y a l'homme et la forêt.
La nuit, l'homme est forêt. »
Proverbe Shuars Louis Sepúlveda

L'activité idéale pour appréhender le monde de la nuit est bien sûr la très motivante, la très attendue, la très aventureuse « Nuit à la belle étoile » ! Le plus beau cadeau à faire à un groupe d'ados ou de pré-ados, selon Louis Espinassous, animateur nature expérimenté et auteur du livre : Pistes - Pour la découverte de la nature et de l'environnement. En voici un extrait : « Le soleil se couche, la veillée traîne un peu et c'est parti, on se serre un peu pour se donner chaud, de toute façon on aura froid, les murmures cessent ... On est chacun, tout seul dans le ciel, les yeux grands ouverts, couchés sur le grand bateau de la Terre. Ça ne se raconte pas, on est « dedans le ciel », les heures passent, le ciel, les étoiles ont tourné à chaque fois que l'on se réveille, puis c'est l'apothéose de l'aube. Il ne faut pas rater ça; passer ces instants sous la tente, quel dommage ! »

« Laisser tomber la nuit » (Pour des enfants de 10 ans et plus) est une autre activité au dispositif tout simple pour apprivoiser la nuit, les peurs et permettre aux jeunes de les exprimer, de les extérioriser : arrivé à l'intérieur d'un bois à l'heure du coucher du soleil avec votre groupe, vous proposez aux jeunes de se disperser individuellement et de manière centrifuge. Vous leur demandez de s'installer

confortablement à bonne distance l'un de l'autre, et à une distance - proportionnelle à leur âge - du point central où vous vous trouvez. Les consignes sont simples : être seul, silencieux et à l'écoute de ce qui se passe à l'extérieur mais aussi à l'intérieur de soi. Progressivement, solitairement, ils vont « laisser tomber la nuit », tous les sens en alerte, percevoir mille bruits, observer mille détails du sous-bois, imaginer des milliers de choses ... Vous aurez pris soin de préparer un petit feu au préalable, que vous allumez comme signal de retour. En fonction du groupe et de son degré de réceptivité à l'activité et à la nuit, laissez durer la période solitaire de 20 minutes à plus d'une heure (pour des groupes bien préparés !). Enfin, autour du feu final, rassurant et rassembleur, proposez leur de s'exprimer, chacun à leur tour. Vous risquez d'être étonné du flot de paroles exprimant observations, émotions et imaginations ... Prolonger l'activité par un retour sans lampe de poche ou par une observation des étoiles. Elle contribuera à réconcilier les individus avec le plaisir de la nuit et du ciel étoilé, partagé par l'ensemble des êtres vivants.

En savoir plus...

- ✓ Pistes - Louis Espinassous
- ✓ Une nuit à la belle étoile - Pro Natura
- ✓ Petit guide du ciel - B.Pellequer

...voir biblio

Epilogue

Une place pour la peur de la Nature dans l'Education relative à l'Environnement ?

Une constante dans les récits proposés est l'insistance sur l'idée de contact, d'habituation, d'accointance avec la nature.

Mais n'est-ce pas le propre de toute connaissance ?

Est-ce plus étrange d'amener le petit citadin à découvrir la nature que de le conduire aux mystères de la physique ou de la chimie ?

La méthode qui plonge l'apprenant au contact de ce qu'il apprend est-elle différente ici ?

Clairement, il y a une différence fondamentale.

Entrer en contact avec la nature n'est pas entrer en contact avec une discipline ou un corpus scientifique : ce avec quoi on entre en contact n'est pas déterminé une fois pour toute.

Il s'agit d'une appropriation de son propre univers, et l'image de la nature constitue un fond sur lequel se détache ce que l'on est.

Etre mis en contact avec la forêt, ce n'est pas être mis en contact avec un certain nombre d'arbres,

c'est refaire le parcours qui conduit de l'animal à l'homme,

c'est se découvrir dans son rapport à l'inconnu, c'est choisir et construire ce que l'on veut être.

C'est inventer un monde où on existe, où on est créateur, où on peut vivre avec ce qui nous échappe, et donc, en définitive, avec les autres. Il ne s'agit pas de nier la peur, la petitesse, la finitude, mais au contraire, de s'y affirmer comme quelqu'un qui la transcende, qui s'en sert pour en faire autre chose.

S'approprier la nature n'est pas évacuer de notre expérience la peur ou l'appréhension,

mais au contraire construire une individualité qui se définit par l'affirmation de ce qu'elle est capable de vivre, tant l'effroi que l'émerveillement, tant la sécurité que l'inquiétude, tant la présence que l'absence.

En cela l'expérience du contact avec la nature va bien au-delà de la connaissance par accointance et va également au-delà de connaissance sensitive à proprement parler :

éprouver la nature, c'est déjà éprouver les limites de soi, il ne s'agit pas uniquement d'une sensation, mais d'une expérience fondatrice qui nous fait dépasser la passivité du senti pour entrer dans l'expérience créatrice qui change notre rapport au monde.

Personnes ressource

Nous tenons à remercier chaleureusement les personnes qui ont accepté de collaborer au projet :

Thierry Bataille

Docteur en médecine.

Catherine Blondiau

Pédo-psychiatre, psychothérapeute.

Dominique Bovy

Agrégée de l'enseignement secondaire inférieur en langues germaniques.

Marie-Eve Compère

Enseignante.

Albert Demaret

Psychiatre, psychothérapeute et éthologiste. A enseigné à l'Université de Liège et est l'auteur du livre "Ethologie et Psychiatrie". Mardaga. Bruxelles. 1979.

Maryse Degraen

Licenciée en anthropologie de la communication.

Pascale de Potter

Psychologue dans un Foyer d'insertion pour traumatisés crâniens à Villebouvét (Région parisienne).

Corinne de Potter

Autodidacte, lectrice et passionnée de littérature.

Claudine Drion

Sociologue.

Erik Etienne

Pompier, guide-nature.

Kerstin Foret

Professeur de français dans l'enseignement secondaire supérieur.

Eric Gillet

Docteur en philosophie.

Alain Hubert

Aventurier, initiateur de la Fondation polaire internationale.

Anne Moinet

Formatrice en gestion mentale.

Jeanine Malchaire

Logopède, musicothérapeute, bibliothécaire de quartier, spécialisée en heure du conte et animation autour du livre.

Dominique Philippart

Psychologue au service de pédopsychiatrie du Centre hospitalier de la Citadelle (Liège).

Benjamin Stassen

Photographe et écrivain, inspiré par les arbres.

Pierre Stegen

Formateur d'enseignants et Président de l'asbl Education-Environnement.

François Terrasson

Maître de conférences au Muséum national d'histoire naturelle (Paris).
Auteur des livres " La peur de la Nature ", " La civilisation anti-nature " et
" A-t-on encore besoin de la Nature " aux éditions Sang de la Terre.

Jean Thérer

Psychopédagogue à l'Université de Liège.

Roland Uytdenbroeks

Instructeur militaire.

Index

Afrique, 33
Altérité, 13
Ambivalence des sentiments, 37
Angoisse, 12, 32
Anticipation, 28
Apaisement, 17
Apprentissage allostérique, 19
Apprivoisement, 44
Araignée, 15, 19, 34, 38
Aventure, 41
Chauve-souris, 15, 22
Contes, 12
Crapaud, 15, 28
Crédibilité, 17
Cultures, 20, 40
Cyrulnik B., 10
Delumeau J., 14, 20
Drama, 25
Droit d'avoir peur, 6
Effondrement, 22
Effroi, 22, 28, 32
Eveil sensoriel, 6
Expression par le dessin, 8
Femmes, 18, 20
Freud A., 11
Freud S., 10, 32
Gestion mentale, 28
Giordan A., 19
Grotte, 22
Harlow, 11
Hiboux, 15
Histoire des peurs, 14, 15
Humilité, 41
Imaginaire, 14, 37, 39
Inconscient, 35
Initiation, 44, 45
Invisible, 33
Irrationnel, 19
Klein M., 30
Loup-garou, 30
Marginalisation, 4
Mère, 22, 30, 31
Métabolisation, 37
Militaire, 26
Modeling, 36
Mythes, 14, 30
Orage, 15
Outils de symbolisation, 23
Panique, 4, 17, 38
Phénomène de groupe, 4, 17, 38
Phobie, 12, 34
Racisme, 16
Rapport au monde, 47
Représentations mentales, 19
Répugnance, 18
Résilience, 10
Rire, 38
Sécurité, 7
Sellette, 25
Serpent, 15, 34, 36
Sexe, 20, 22
Survie, 13
Syrphe, 16
Totémisation, 44
Triangulation symbolique, 23
Types de peurs, 32, 33, 34, 39
Vermicompostière, 18
Viol, 20

Bibliographie

ANONYME : http://vulgum.org/libre/article.php?id_article=135 (Le conflit socio cognitif).
BARLOY Jean-Jacques. " La peur et les animaux ". Ed. Balland, 1982.
BEAUMATIN Ania, **LATERRASSE** Colette. " L'enfant et ses peurs ". Ed. Milan, Collection : Les Essentiels.
BELMONT Nicole. " Comment on fait peur aux enfants ". Ed. Mercure de France. Coll. Le petit mercure, 1999.
BODSON Liliane : Histoire des connaissances zoologiques. Université de Liège. - 32 [0]4 366 55 79 - liliane.bodson@ulg.ac.be
BOLTON Gavin. " Towards a Theory of Drama in Education " Longman. London, 1979.
BOLTON Gavin. " Drama as Education ". Longman. London, 1984 - www.nationaldrama.co.uk.
BOWLBY J. " Attachement et perte " : Vol. 1. Attachment. New York: Livres De base, 1969.
COLLECTIF : Regards croisés de l'histoire et des sciences naturelles sur le loup, la chouette, le crapaud dans la tradition occidentale - Université de Liège - Actes de la journée d'étude du 23/03/02 - Ed. Liliane Bodson, Université de Liège, 2003.
COLLECTIF : Magazine IMAGINE n°31.
CYRULNIK Boris. " Un merveilleux malheur ". Ed. Odile Jacob, 1999.
CYRULNIK Boris. " Les vilains petits canards ". Ed. Odile Jacob, 2001 - <http://www.lemonde.fr/mde/ete2001/cyrulnik.html> (Dans notre culture, l'enfant blessé est encouragé à faire une carrière de victime).
DELPIERRE G. " La peur et l'être ". Toulouse - Privat, 1974.
DELUMEAU Jean. " La Peur en Occident ". Fayard, 1978.
ESPINASSOUS Louis. " Pistes ". Ed. Milan, 1998.
GIORDAN A. " Apprendre et le modèle allostérique " - <http://www.unige.ch/fapse/SSE/teachers/giordan/LDES/rech/allostr/allos.html>
GOUDREAU Raynald. " Les peurs enfantines et le développement de l'enfant ". Bulletin de l'AQPS. Volume 05, Numéro 01- <http://www.aqps.qc.ca/bulletin/05/05-01-05.htm> (Les peurs enfantines et le développement de l'enfant- Québec)
KOZAKAI Toshiaki. " L'étranger, l'identité. Essai sur l'intégration culturelle ". Ed. Payot; (Bibliothèque scientifique Payot), Octobre 2000 - <http://images-eu.amazon.com/images/P/2228893536.08.LZZZZZZZ.jpg>.
LANDIER Jean-Claude, **BARRET** Gisèle. " Expression dramatique, théâtre ". Hatier Pédagogie, 1999.
PELLEQUER Bernard. " Petit guide du ciel ". Ed. Le Seuil, 01/1990.
PELSSER Robert. " Chronologie des peurs ". Ed. Gaëtan Morin, 1989.
QUINET Patrick : patrick.quinet@cfwb.be (formateur Drama - 17, rue Cluysenaar - 1060 Bruxelles - 02.537.76.46)
TERRASSON, François. " La peur de la Nature ". Ed. Sang de la Terre, 1997.
TRAUBE Patrick Pierre. " Eloge du prêt-à-penser : anatomie du sexisme ordinaire ". Bruxelles : Labor, 2002. (Coll. Quartier libre)
WELZER-LANG Daniel. " L'homophobie, La face cachée du masculin ". Article dans " La peur de l'autre en soi, du sexisme à l'homophobie ". vlb Ed. Québec, 1994.

Contacts

DEGRAEN Maryse : 0498 62 88 71
DEMARET Albert : albert.demaret@swing.be (30, rue des Eburons - 4000 Liège - 04 252 65 16)
DRION Claudine : claudine.drion@skynet.be (5, rue Gaucet - 4020 Liège)
GILLET Eric : egillet@belgique.com
HUBERT Alain : www.antartica.org
MALCHAIRE-PIRARD Jeanine : 22, rue du Progrès - 4041 Milmort
STASSEN Benjamin : benjamin.stassen@cfwb.be (asbl Le Marronnier - 4, rue de Moulin - 4590 Ellemelle)

DÉOM Pierre : La Hulotte F08240 Boul't aux Bois.- www.lahulotte.fr
EDUCATION-ENVIRONNEMENT asbl : ee.mle@swing.be (Anne Batteux - 3, rue Fusch 4000 Liège - 04 250 95 82)
FAUCONNIER J-M : 38, rue Frumhy - 4671 Barchon - 04 387 66 87
NATURE & LOISIRS asbl : nature.et.loisirs@skynet.be (24, Av. Speeckaert 1495 Villers-La-Ville - 071 87 71 01)

Réalisation de la brochure
Institut d'Eco-pédagogie

Association sans but lucratif
Institut de Botanique B22
Sart-Tilman
B-4000 Liège

(00 32) (0)4 366 38 18
e-mail : ee-iep@guest.ulg.ac.be
web : <http://www.ful.ac.be/hotes/iep>



Conception générale :
Anne Batteux
Gabriel de Potter
Martine Laval
Françoise Loret
Stéphane Noirhomme
Luc Peyskens
François Ronveaux
Jacques Roskam

Graphisme et mise en page :
Anne Batteux

Nous remercions pour ses précieux conseils le docteur Dominique Philippart (psychologue de l'enfance),
Mesdames Véronique Binet, Christine Veeschkens et Bernadette Van der Rest (DGRNE du Ministère de la Région wallonne)
ainsi que tous les relecteurs.

Avec la collaboration des asbl «Education-Environnement» (projet Prime n°30512) et «Nature et Loisirs».

Photo de couverture : Benjamin Stassen.

Photos intérieures : Françoise Loret, Christine Partoune, Jacques Roskam, Stéphane Rigo, François Ronveaux, Benjamin Stassen, Michel Vanden Eekhoudt, Michel Vigand.

Illustrations : Pierre Déom - pp 36 et 44, Robert Hainard - gravure (1928) p 43,
J-M Fauconnier - gravures pp 1, 18, 22, 24, 28, 30, 36, 42 (extraites de « Zinzin et ses lédés biesses »),
Amandine, Anne Batteux, Nathalie Budo, Manon, Thierry Schommers.