

LES CERCLES DE PAROLE DU PROGRAMME DE DEVELOPPEMENT AFFECTIF ET SOCIAL (PRODAS)

L'appellation « PRODAS » est une contraction de « Programme de développement affectif et social » conçu par Harold Bessel, Uvaldo Palomares et Géraldine Ball.

Parce que le respect de soi et de l'autre est une attitude intérieure qu'il faut faire éclore et exercer tout au long de sa scolarité et de sa vie, le programme de développement affectif et social est :

Une approche préventive concrète, pour éviter

La violence, les incivilités, l'intolérance, la xénophobie, l'isolement social

Un entraînement à l'affirmation et à l'écoute, favorisant des prises de conscience :

-Conscience de soi et de l'autre, conscience de notre équivalence, conscience de notre interdépendance

Une éthique développant des aptitudes

- émotionnelles*
- relationnelles*
- citoyennes*

Un outil permettant l'intégration des compétences

- en langue maternelle*
- en philosophie*
- en éveil : histoire, géographie, arts.*

Aujourd'hui pratiqué dans l'enseignement, ce programme et cette méthodologie sont parfaitement adaptés à des groupes extra- scolaires de tout âge. D'autres activités s'y arriment parfaitement, expression écrite ou graphique, exercices de relaxation, de visualisation, ateliers philosophiques.



1. POURQUOI INTRODUIRE DES CERCLES DE PAROLE DANS SA CLASSE ?

(Cette introduction est extraite du livre–HUWART Sonia, SNOECK Peggy : **Cercles de parole à partir de contes pour les 5 à 9 ans**-de Boeck, collection « apprentis philosophes. Ce livre contient un DVD constitué du film d'une animation, des documents utiles pour l'animation et le carnet de l'apprenti-philosophe, fiches de travail reproductibles à compléter par les élèves)

Pour créer un climat de sécurité en classe en développant deux compétences essentielles : se dire et s'écouter :

Pour grandir, nous avons tous besoin d'être entendus, reconnus et compris et pour cela nous tentons de mettre des mots sur notre vécu.

Notre expérience et nos observations nous ont appris que lors des cercles de parole les enfants découvrent le plaisir de parler d'eux et d'être compris, le plaisir d'écouter et de comprendre les autres et le bonheur de créer des liens.

Ils cherchent à enrichir leur vocabulaire, à nuancer leur senti, leur ressenti et leur pensée.

Petit à petit, ils se découvrent en découvrant les autres et apprennent l'art délicat de l'intimité.

Le climat ainsi créé devient propice aux apprentissages, favorise la coopération, facilite la résolution des inévitables conflits et contribue à prévenir sensiblement les violences et les incivilités.

Pour renforcer la confiance en soi de chacun des élèves :

Il arrive trop souvent qu'élèves comme enseignants confondent « être » et « avoir des compétences ». L'enseignant a comme tâche d'évaluer des compétences, non de juger les personnes.

Pourtant, on entend dire : « Je suis nul en mathématiques, je suis nul », « Je suis mauvais en lecture, je suis mauvais ».

Selon nous, la pratique régulière des cercles de parole selon le « programme de développement affectif et social » permet de faire la différence.

Les enfants comprennent plus facilement : « J'ai des difficultés dans certains domaines et je suis comme nous tous, un humain avec des points forts que je peux cultiver et des faiblesses auxquelles je peux décider de remédier ».

Pour prendre en compte l'affectivité des élèves et développer la sensibilité au quotidien :

Certains médias se servent du plaisir, de l'indignation, de la peur pour mobiliser les foules. On en connaît les dérives dangereuses.

Si le danger réside dans les débordements de l'émotion, il existe tout autant dans son refoulement. La faculté de ressentir et d'éprouver des sentiments nous permet de percevoir ceux des autres et d'y être attentif. L'émotion joue, de fait, un rôle important dans nos décisions et nos choix. Encore faut-il que notre affectivité soit tempérée par nos réflexions. Raison et émotion sont complémentaires et doivent coopérer, comme le pur sang avec son cavalier ?

Mettre nos émotions en mots, c'est les reconnaître, leur donner de l'importance et, paradoxalement, c'est les mettre à distance pour ouvrir la porte à la réflexion.

2. COMMENT INTRODUIRE DES CERCLES DE PAROLE DANS SA CLASSE ?

S'installer :

Le temps du cercle de parole est un moment particulier dans la vie de la classe.

Il est important de le signaler par une autre disposition des chaises, si possible en rond pour que chacun puisse se voir et que l'enseignant soit au même niveau que les élèves.

Si la disposition en cercle s'avère impossible, on s'arrange pour mieux se voir, on invente un petit rituel (chanson, musique) pour marquer le changement de rôles. Quand ils en ont l'habitude, ce sont les élèves, même petits, qui se chargent rapidement de l'aménagement matériel.

La fonction de l'enseignant dans ce cadre-ci n'est pas de transmettre des connaissances mais d'accompagner les élèves, avec précaution, dans un processus qui, progressivement, les mènera au respect et à l'empathie.

Son attitude bienveillante est évidemment essentielle, les enfants s'en inspirent naturellement.

L'objectif est d'expérimenter, pendant le cercle, une qualité d'écoute et de présence à autrui qui crée ce moment magique qu'on appelle intimité.

L'animateur sait qu'il ne s'agit pas ici d'évaluer mais d'accueillir. Il sera funambule : osant s'exprimer sans s'épancher, osant s'émouvoir sans se laisser ébranler.

Il proposera au début des thèmes simples et positifs.

Chacun aura le droit de s'exprimer sans être interrompu. Chacun aura le droit de se taire.

L'enseignant montrera l'exemple en évitant de poser des questions ou de formuler un jugement.

Apprendre à « se mettre dans la peau de l'autre », se laisser affecter par ses paroles et ses attitudes non verbales sans se préoccuper de lui donner tort ou raison, cela s'apprend, petit à petit à force d'exercices. C'est un long chemin, il est enrichissant pour l'animateur autant que pour les élèves.

Les règles :

Elles sont simples et peuvent être découvertes par les enfants lorsqu'on leur pose la question « *De quoi avez-vous besoin pour oser parler de vous devant les autres ?* »

Trois règles principales :

Nous écoutons avec bienveillance et sans interrompre.

Nous accueillons la parole de l'autre sans nous moquer, sans juger. S'il nous arrive d'avoir envie d'interrompre pour dire « moi aussi », nous nous retenons. Nous savons qu'il y aura un moment où nous pourrions exprimer nos ressemblances et nos différences.

Nous parlons de nous-mêmes, en « je ».

Évitons d'employer le pronom « on », nous sommes uniques et nous sommes les seuls à savoir ce que nous sentons, ressentons, pensons. Nous sommes les seuls à pouvoir parler en notre nom.

Personne n'est obligé de parler.

Il y a des élèves qui s'expriment plus difficilement ou qui n'ont, pour des raisons qui leur sont personnelles, pas envie de s'exprimer.

Il n'est absolument pas question de porter sur eux un jugement de valeur.

Une autre règle est souvent ajoutée :

Ce qui s'est dit ici, reste ici.

À l'exception, bien sûr, de ce que nous avons exprimé nous-mêmes, nous ne répétons pas ce que les autres ont raconté.

Lorsqu'un enfant évoque une expérience difficile, on peut, en fin de séance, demander à l'enfant concerné et aux autres s'il serait acceptable de répéter ce qui a été dit en dehors de la classe. La règle se découvre.

Les étapes du cercle :

- Annoncer le thème

Préalablement, l'enseignant annonce le thème, l'explique, donne des exemples.

Comme ceci :

- « *Un petit moment où je me sens bien* » : C'est le thème de notre cercle d'aujourd'hui.

Tom Pouce dit : « Je me blottis au creux de la main de ma maman, je me blottis dans un gant ».

Souvenons-nous d'un petit moment précis où nous nous sommes sentis bien.

Peut-être aurez-vous envie de partager un petit moment que vous vivez tous les jours, seul (sous la douche, lorsque la sonnette marque la fin des cours) ou avec d'autres (une promenade sous les étoiles, autour d'un feu de bois, lors d'une fête), ou bien un moment exceptionnel vécu une seule fois...

L'enseignant laisse quelques secondes pour que chacun puisse évoquer pour lui-même ce petit moment.

- Se dire et s'écouter (partage)

Distribuer la parole est un exercice parfois délicat, chaque enseignant, chaque classe invente son petit rituel, utile surtout avec les plus jeunes : on fait passer une peluche, un coussin, un bâton de parole à celui qui désire s'exprimer.

Presque dans tous les cas l'enseignant s'exprime et s'implique en premier : il ne s'agit évidemment pas de dévoiler des événements très intimes mais de dire avec authenticité des souvenirs d'enfance, des détails sensibles que les enfants apprécieront.

Il est important de préparer cette intervention avant la leçon. Elle est essentielle parce qu'elle donne le ton. Les élèves ont beaucoup de plaisir à nous entendre, à savoir que nous aussi nous avons été petits, qu'il nous arrive d'avoir peur, de nous tromper.

N'hésitons pas à évoquer nos sensations et nos émotions : il est évident que si l'enseignant dit, « moi, je me sens bien dans mon jardin », les enfants continueront, « moi à vélo, moi dans ma chambre, moi quand je mange du chocolat » et le cercle se déroulera superficiellement, sans intimité.

Par contre, si vous dites « Moi, je me sens bien quand il fait beau au printemps, quand je vais voir mon jardin au petit matin. Je marche pieds nus dans la rosée, j'écoute les pépiements d'oiseaux, j'observe et je m'émerveille de ce qui, depuis la veille a poussé, s'est épanoui », les élèves parleront eux-aussi de leurs sensations agréables et y deviendront progressivement plus attentifs. Vous aurez peut-être des réponses plus sensibles comme « je me sens bien à vélo dans les descentes, je sens mes cheveux qui volent dans le vent » ou « Dans ma chambre, je me sens bien, parce que je ferme la porte et que personne ne vient me déranger » ou « je me sens bien quand je mange avec mon papa du chocolat fourré praliné un peu mou ».

Les premières fois, avec les tout petits, il peut arriver que les enfants répètent le même genre de choses que l'enseignant. Ne nous effrayons pas de ce mimétisme. Il suffira, en fin d'exercice (lors de l'étape suivante – l'intégration cognitive –) de dire avec bienveillance : « J'ai été étonné d'entendre que vous avez tous vécu le même genre d'expérience que moi, mais je suis certain qu'il y a de nombreux autres moments où vous vous sentez bien ; nous recommencerons ce cercle une prochaine fois et je vous engage à réfléchir et à vous souvenir d'autres circonstances ».

Proposer, avec quelques mois d'intervalle, un même thème peut apporter un plus. En effet, chacun découvre qu'il a beaucoup de choses à exprimer, les timides s'enhardissent parfois, et les enfants prennent plaisir à nuancer leurs sensations, à exprimer leurs émotions.

- Se rappeler et réfléchir

C'est la phase qu'on appelle « **intégration cognitive** ».

C'est le moment de prendre du recul, de réfléchir à propos de l'expérience qu'on vient de vivre, de passer de l'individuel au collectif.

Pour animer cette étape importante, l'enseignant peut choisir parmi les démarches suivantes :

- Faire reformuler les interventions par les élèves :

« Pouvons-nous, en quelques mots, rappeler à... ce qu'il a dit ? ».

Cette consigne est surtout importante les premières fois et avec les plus jeunes. Les élèves apprennent à reformuler l'essentiel de ce qu'un autre a dit et se rendent compte combien il est important de se sentir écoutés et compris.

C'est l'occasion d'interroger un enfant qui n'est pas intervenu dans le cercle, s'il se propose pour reformuler : il prend ainsi mieux sa place.

Surtout avec les petits, il est essentiel de citer tous ceux qui se sont impliqués. Si par hasard, les enfants ne se rappelaient pas ce que quelqu'un a dit, reformulez vous-même ; et si, par malheur, vous ne vous souvenez pas, n'hésitez pas à vous excuser.

Ne culpabilisez personne mais faites gentiment remarquer que nous sommes heureux lorsque les autres se souviennent de ce qu'on a dit.

- Faire classer les interventions et attirer l'attention sur nos ressemblances et nos différences :

« Quelles sont les interventions qui se ressemblent ? Par qui ont-elles été faites ? »

« Quelles sont celles qui diffèrent ? Par qui ont-elles été faites ? »

- Faire élargir sa propre perception à celle des autres :

« Vous êtes-vous retrouvé dans une autre intervention ? »

« Auriez-vous pu dire aussi ce qu'a dit quelqu'un d'autre ? »

3. LE PROGRAMME

Dans ces activités, à partir de contes, nous appliquons la « méthodologie » du ProDAS. Le ProDAS est aussi un « programme » qui peut être suivi plus intégralement.

1. Les thèmes proposés obéissent à une progression.

- On commence par des thèmes concernant la « **conscience de soi** » :

Apprendre à mettre des mots sur les sensations, émotions, sentiments et pensées, faire la différence entre réel et imaginaire, entre convictions et préjugés.

- On continue par des thèmes concernant les compétences et les « **réalisations** » :
Dire et mieux découvrir ses dons et ses limites.

Les enfants comprennent que chacun a des dons et des capacités différents, chacun a des difficultés et des limites différentes. Il n'y a pas de quoi s'enorgueillir ou avoir honte. On peut utilement mettre ensemble nos talents et nos insuffisances et coopérer pour apprendre et réaliser des projets.

- On termine par les thèmes « **interactions sociales** » :

Évoquer la manière dont on établit des relations.

Dans ce cadre-ci, nous n'avons pas encore proposé ce type de thèmes, considérant que nombreux sont les enseignants qui débutent dans cette pratique. Il faut, en effet que les enfants soient habitués, grâce aux cercles, à comprendre les règles et à intégrer l'état d'esprit du ProDAS.

Ces thèmes sont très importants dans le développement éthique : des règles de vie sont découvertes en les traitant de manière active et passive : « Un jour j'ai menti » sera suivi de « Un jour quelqu'un m'a menti », par exemple.

2. La plupart des thèmes proposés peuvent se conjuguer sur trois modes.

- Mode Positif : il est important d'ancrer les mémoires positives, lumineuses ; être attentif et nommer ce qui paraît bon, beau et juste.

(Je peux vous parler d'une activité qui me plaît.)

- Mode Négatif : il est essentiel d'oser regarder en face et nommer ses peurs, ses difficultés et ses faiblesses pour les apprivoiser.

(Un petit moment où je me sens mal. Quelque chose que je ne sais pas faire pour l'instant. Je n'aime pas ce que m'a dit quelqu'un.)

- Mode Ambivalent : il est fondamental de prévenir toute tentation de manichéisme, d'apprendre la nuance. Le monde n'est pas divisé entre « bons et mauvais ».

(Je me suis senti bien et mal à la fois. Une activité qui me plaît mais que j'ai du mal à apprendre. J'ai voulu faire plaisir à quelqu'un et cela l'a dérangé.)

Tout en ne suivant pas scrupuleusement le programme, nous tenons compte à la fois d'une progression dans les thèmes et des questions soulevées par les contes.

4. DEUX APPLICATIONS PARTICULIÈRES DE LA MÉTHODOLOGIE DU CERCLE DE PAROLE

Nous proposons aussi une variante, applicable dans les deux situations suivantes :

- Après avoir raconté ou lu le conte :

« Un petit moment de ce conte dont je me souviens bien, que je retiens, c'est... parce que ... »

L'enseignant devra, être particulièrement attentif à ne pas intervenir dans les témoignages des enfants et, contrairement à l'habitude dans le cercle de parole, n'intervenir qu'en dernier pour ne pas influencer les enfants dans leur choix.

- Pour montrer et commenter une réalisation :

Les enfants ont écrit un texte ou fait un dessin personnel et l'enseignant propose de le partager en cercle. Le thème sera « **Je peux vous lire ce que j'ai écrit** » ou « **je peux vous montrer mon dessin** ».

Les autres règles de ces cercles restent rigoureusement les mêmes (pas de discussion, pas de jugement, même de la part de l'enseignant) ce qui permet aux participants d'oser montrer leurs réalisations sachant que leurs faiblesses comme leurs forces seront comprises et accueillies avec bienveillance.

Lors de cette présentation aux autres, chaque élève ressent spontanément la nécessité d'améliorer sa production. Ce ne sera que dans un deuxième temps, le cercle terminé et chacun à sa place habituelle, que l'enseignant dialoguera avec lui et fera des remarques et suggestions pour la suite du travail.

Points de vigilance :

- Il se peut que les participants aient du mal à s'empêcher de réagir à certaines interventions. Ils ont envie de discuter (« Moi aussi... » « C'est vrai – pas vrai – ce que tu dis... ») ou de rassurer par exemple. L'écoute silencieuse est inhabituelle, et c'est pourquoi l'animateur ou l'animatrice doit se montrer ferme, absolument respectueux de la règle : **pas de discussion**.

L'expérience montrera que la confiance est à ce prix.

On peut rassurer les élèves en leur promettant qu'il y aura des moments différents où la parole pourra circuler d'une autre façon. Ils seront consacrés à la discussion. Ils le comprennent plus facilement lorsque l'espace est organisé différemment pour chacune des activités : sièges en cercle pour le cercle de parole; bancs en forme de « U » pour la discussion philosophique, par exemple. Les cercles de parole seront donc harmonieusement complétés par des ateliers philosophiques.

- Il faut garder en mémoire que notre formation ne nous permet pas de nous approprier un rôle de psychothérapeute. Notre rôle consiste en une écoute empathique, non en une aide psychologique. Mais ceci n'empêche pas que nous pouvons, si nous le jugeons nécessaire, orienter un élève vers une aide professionnelle.

Remarque

Les cercles de parole peuvent utilement être introduits par toute œuvre évoquant le thème et susceptible d'ouvrir la parole : livres de littérature jeunesse, poèmes, contes et mythes.

Ils pourront être suivis par des ateliers philosophiques

Il arrive que dans l'atelier philo certains participants se sentent freinés : peur d'être contredits, de se voir jugés, jaugés, critiqués, d'autres ont du mal à maîtriser leur envie d'avoir raison

La pratique préalable du cercle de parole du programme de développement affectif et social, strictement règlementé, prévient cette difficulté.

On y encourage une parole essentiellement subjective, chacun à son rythme décide ou non de s'exprimer. Les thèmes proposés, progressifs, permettent à chacun de s'approprier en douceur. On se dit et on s'écoute, on se découvre en découvrant l'autre, on s'accepte en acceptant l'autre, on ne se juge pas parce qu'on ne se sent pas jugé.

Il arrive que dans ces cercles de parole se manifeste le besoin de clarifier, nuancer, confirmer ou infirmer des opinions exprimées en les confrontant à la raison. On éprouve le besoin de passer de l'individuel au collectif, du subjectif à l'objectif. Les deux approches non seulement ne s'excluent pas mais se complètent harmonieusement.