

Un exemple d'atelier résilience : « Sous L'orage »

Date : 9 février 2018



Les éducateurs et les travailleurs sociaux sur le terrain sont confrontés à des enfants qui ont souvent été victimes des pires agressions : abus sexuels, maltraitance, guerres, migrations, pauvreté, catastrophes naturelles... Leur première mission est de les aider à surmonter ces traumatismes et de les guider vers le chemin de la [résilience](#). Car, si la résilience est un processus long et complexe, propre à chacun, il existe néanmoins des techniques pour la favoriser.

Reprendre confiance en soi et en la vie, s'ouvrir à nouveau aux autres, être à même de repérer les facteurs protecteurs sur lesquels s'appuyer pour se reconstruire... C'est tout l'enjeu des ateliers résilience mis en œuvre par le BICE dans le cadre du programme [Tuteurs de résilience](#).

Des ateliers résilience conçus pour les enfants

Grâce à ces ateliers résilience, l'enfant apprend à mettre des mots sur l'indicible, à donner du sens à ce qu'il a vécu et à identifier les ressources internes et externes sur lesquelles s'appuyer pour avancer. Chaque atelier travaille sur une étape spécifique du processus de résilience, ainsi que sur les différents facteurs protecteurs (individuel, familial et social).

Conçus par des psychologues spécialistes de l'enfance, ces ateliers se présentent sous forme d'activités psycho pédagogiques, souvent ludiques. Ils utilisent diverses formes d'expression dans lesquelles les enfants se sentent particulièrement à l'aise : le jeu, le mime, le dessin, le conte, le déguisement, etc.

Le matériel requis (papier, crayon, boîte en carton, ...) et le principe de l'atelier sont généralement simples. Mais les modalités de réalisation et l'analyse des résultats sont, elles, particulièrement précises et requièrent une formation de plusieurs jours ainsi qu'une évaluation à moyen terme pour mieux les adapter au contexte.

L'éducateur dispose d'une véritable « boîte à outils » dans laquelle il peut puiser pour accompagner le plus efficacement possible l'enfant en fonction de son âge, de son traumatisme, de sa culture, de son contexte et bien sûr de sa personnalité.

L'atelier résilience « Sous l'orage » pour identifier les facteurs protecteurs

L'atelier résilience sous l'orage est l'un des ateliers les plus fréquemment utilisés. L'enfant est invité à dessiner :

- un parapluie qui représente toutes les personnes et les objets qui le rassurent et le protègent,
- des nuages, qui sont tout ce et ceux/celles qu'il craint ou qui représentent une source de danger,
- puis à expliquer et commenter son dessin à l'éducateur.

Grâce à cet exercice, très simple, l'enfant parvient à nommer les sentiments qu'il ressent suite aux traumatismes subis. Il les organise et leur donne un sens : ces sentiments deviennent alors, pour lui, moins menaçants et plus faciles à contrôler. Dans le même temps, l'éducateur comprend les éléments que l'enfant perçoit comme protecteurs et les raisons pour lesquelles il les perçoit comme tels. Ce sont des pistes de travail précieuses. En comprenant mieux le vécu intérieur de l'enfant, l'éducateur est mieux à même de remplir son rôle de tuteur de résilience.