Sam, la petite hérissonne

- Durée : 2 heures
- Lieu : À l'intérieur, avec un espace où les scouts peuvent se tenir tous ensemble + 4 lieux où mener un atelier, dont 2 équipés de tables et de chaises
- Type d'activité : Activités de sens/valeurs
- Tranche d'âge : Baladins (de 6 à 8 ans)
- Source : https://www.mondefemmes.org/produit/sam-la-petite-herissonne/

Description

Déroulement :

Contexte

Le harcèlement est un phénomène qui est ancré dans notre société. Pourra-t-on l'éradiquer un jour ? Qui sait… Une chose est sure : les scouts peuvent y être sensibilisés.

L'Université de Paix a développé une méthodologie qui comporte quatre engrenages :

- vivre ensemble (c'est-à-dire faire connaissance, se présenter, jouer en collaboration avec les autres) ;
- développer l'empathie (c'est-à-dire permettre à chaque scout de découvrir l'autre et ses sensibilités) ;
- décoder les préjugés (c'est-à-dire prendre conscience qu'il nous arrive de catégoriser l'autre) ;
- agir contre les phénomènes de harcèlement (c'est-à-dire réfléchir sur nos comportements et leur impact).

Dans le HUB ressources > Activités, tu trouves des animations (comme celle-ci) qui concernent principalement un des quatre engrenages. Pour que le système de **prévention** soit efficace, propose à ta section des activités issues des quatre familles.

Si d'aventure tu étais amené à agir contre un phénomène de harcèlement présent dans ta section ou ayant un impact sur celle-ci, contacte le service Incidents de la fédération, qui te soutiendra dans cette démarche, par téléphone au 02/508.12.00 ou à l'adresse lesscouts@lesscouts.be. Tu peux également utiliser le formulaire de signalement qui est à ta disposition.

Des outils à ta disposition

- Un apport théorique pour bien comprendre ce qu'est le harcèlement et qui sont les acteurs impliqués
- Quelques bonnes pratiques pour animer une discussion
- Des points de repère pour garder le cap avec les scouts (aspects légaux, mais aussi humains)
- Des conseils pour réagir si un scout se confie

En un clin d'œil

La problématique du harcèlement t'interpelle : visite la page Prévention Harcèlement du site.

Objectifs

- Apprendre à dire non
- Reconnaitre les situations où l'on est en danger

Activité

Étape 1 : "Sam la petite hérissonne" (30 min.)

1. Un animateur raconte l'histoire de Sam la petite hérissonne (annexe 1), éventuellement avec des marionnettes en support (annexe 2).
2. Les baladins expliquent l'histoire avec leurs mots. Pour les aider, les images de l'histoire sont affichées (annexe 3).
3. L'animateur interpelle les enfants : *« Que se passe-t-il dans l'histoire de Sam ? Qu'avez-vous compris de l'histoire ? Comment se sentent les différents personnages ? Qu'avez-vous aimé ? Y a-t-il des choses qui vous ont déplu ? Lesquelles ? »*

Points d'attention :

- La lecture est préparée afin de mettre de l'intonation et de transformer sa voix selon les personnages de l'histoire.
- Si les baladins sont nombreux, réalise cette activité en petits groupes afin que chacun puisse s'exprimer.

Alternative : Les animateurs mettent l'histoire en scène et se répartissent les rôles.

Étape 2 : Ateliers (4 x 15 minutes)

Idéalement, ces ateliers se déroulent par groupe de 4-5 baladins. Il faut un animateur au moins dans chaque atelier.

1. Relaxation et petits jeux pour surmonter ses peurs

Pour cet atelier, l'animateur aura créé une ambiance calme dans le local (lumière tamisée, bougies, coussins, couvertures…).

- L'animateur invite les baladins à rentrer dans le calme et à s'installer sur un tapis (assis ou couché).
- Il rappelle aux scouts que Sam rencontre des situations délicates et qu'elle apprend à bien respirer pour surmonter ses peurs et se donner du courage.

- Il annonce que le groupe va apprendre à respirer comme Sam.

1. L'animateur invite les enfants à placer leurs deux mains sur leur ventre (pour sentir leur respiration et leur ventre bouger légèrement). Il leur demande ensuite d'inspirer doucement par le nez en poussant délicatement le ventre, puis d'expirer par la bouche pour que les mains placées sur le ventre redescendent. Pour aider les baladins à comprendre l'exercice, il peut donner l'image d'une bougie à éteindre ou d'un ballon qui se gonfle et se dégonfle.

2. Certains enfants réagissent bien aux images mentales. Celles-ci peuvent alors améliorer le pouvoir de cette technique. L'animateur propose alors aux scouts de dire dans leur tête : « *J'inspire les bonnes choses et j'expire les mauvaises. ».* Chaque baladin peut aussi visualiser des images, des sons, ou des odeurs qu'il aime comme dans l'histoire : les odeurs de la forêt ou l'odeur quand le papa de Sam cuisine des biscuits au chocolat.

- Ensuite, l'animateur annonce au groupe qu'il va découvrir quelques gestes qui pourraient aider à surmonter les peurs.

1. « *Imagine un sac sous tes pieds dans lequel tu mets ta peur. Piétine ce sac imaginaire de plus en plus vite en imaginant qu'il disparait dans le sol.* »

2. « *Inspire et lève les épaules, jusqu'aux oreilles. Bloque ta respiration, relâche tout. Fais cela deux fois.* »

3. « *Pense à un paysage, dans la nature, dans lequel tu aimerais te trouver. Respire et profite de cet endroit dans lequel tu es bien*. »

2. « *Quand est-ce que je peux dire non ?* »

- L'animateur invite les baladins à s'assoir en cercle.

- Il rappelle aux scouts que Sam apprend à dire NON lorsqu'elle se trouve dans une situation qui ne lui convient pas.

- Les baladins piochent à tour de rôle une carte qui présente une situation (annexe 4). Un baladin ou l'animateur lit la situation. Pour chacune d'elles, l'animateur demande si c'est confortable pour l'enfant et s'il est en sécurité. Peut-il dire NON pour se protéger ? Au fur et à mesure, placer ces situations dans deux tas distincts, l'un où l'enfant est confortable, en sécurité, l'autre où l'enfant a le droit de dire « non ».

- Pour terminer cet atelier, l'animateur propose aux baladins de citer les situations pour lesquelles ils ont le droit de dire « non » ; ils partagent ainsi leurs propres exemples.

3. C'est quoi, avoir du courage ?

- L'animateur invite les baladins à s'installer autour d'une table.

- Il leur rappelle que Flint conseille à Sam d'écouter sa petite voix intérieure pour se donner du courage. Il réexplique que la petite voix intérieure se trouve dans sa tête (ou dans son cœur) et elle dit : « *Allez, je suis capable, je suis courageux-se, je peux dire NON. ».* Cette petite voix représente donc le courage et l'opportunité de poser une limite.

- Il invite alors les baladins à choisir un petit animal qui va les aider à avoir du courage. Ils peuvent s'approprier l'un de ceux qui sont proposés en annexe 5 ou dessiner celui de leur choix. Le dessin est colorié puis accroché à une pince à linge à mettre sur le foulard pour les suivre partout.

- Les enfants réalisent leur pince à linge avec l'aide de l'animateur. Chacun présente son animal et, s'il le souhaite, explique pourquoi il l'a choisi. Chaque enfant repart avec sa pince à linge.

4. Se souvenir de Sam et de son courage

- L’animateur invite les baladins à s’installer autour d’une table.
- Il leur rappelle que Sam a appris à affronter ses peurs en respirant, en osant dire NON et en écoutant sa petite voix intérieure.
- Il annonce : « *Chaque baladin peut être aussi un petit hérisson courageux. Chacun va décorer son hérisson.* ».
- Avec le matériel mis à leur disposition, les baladins décorent un hérisson. Ils écrivent également leur prénom sur leur réalisation.

Point d’attention : Les hérissons seront utilisés après les ateliers.

Étape 3 : Et moi, chez les baladins… (15 minutes)

En grand groupe, les baladins expriment ce qu’ils ont retenu des ateliers. Leurs réponses sont écrites sur un grand panneau blanc. Voici quelques exemples :

- « *Chez les baladins, je dis NON quand on me propose quelque chose qui me met en danger.* »
- « *J’écoute celui qui dit NON et je respecte son choix.* »
- « *Je parle à un animateur quand j’ai un problème.* »
- « *Quand j’ai peur, je peux respirer et penser au petit animal accroché à mon foulard, qui me donnera du courage.* »

Sous les phrases, chaque baladin colle le petit hérisson décoré durant les ateliers. Le panneau est affiché dans le local.

Matériel :

- Annexe 1 : Histoire « Sam la petite hérissonne »
- Annexe 2 : Marionnettes
- Annexe 3 : Images
- Annexe 4 : Cartes En sécurité et confortable
- Annexe 5 : Coloriage animaux
- Annexe 6 : Coloriage hérisson
- Un panneau + des marqueurs Coussins, couvertures, bougies… (atelier 1)
- Papier, feutres et crayons de couleur, ciseaux, colle, pinces à linge, peinture, paillette, plumes, pompons… (ateliers 5 et 6)

Créée le : 27/09/2023
Mise à jour le : 27/09/2023
Auteur : Les Scouts