

Participer à la confiance en soi de l'élève.

Comment aligner nos Paroles et nos Actes par le biais de notre Intention ?

L'accompagnement AESH vise notamment le développement de l'autonomie dans les apprentissages et la vie relationnelle de l'élève. L'action AESH est un étayage qui vise avant tout à sécuriser l'environnement de l'élève pour lui permettre plus de réceptivité et de confiance pour s'investir dans ses apprentissages et sa vie relationnelle.

1) «**Les mots sont des fenêtres ou bien ce sont des murs.** » Éditions La découverte .
de Marshall Rosenberg qui a initié le processus de la Communication Non Violente.

Mesurer comment et avec quelle puissance le langage peut être un facilitateur ou une entrave à la relation. Chacun peut interpréter différemment un bruit, un déplacement, l'intensité d'un éclairage, une charge de travail, une proximité corporelle, une association de mots, un mot en fonction du vécu familial, culturel, social. Le cerveau effectue l'interprétation dans un délais très court et si la situation est interprétée comme une mise en danger, le cortisol produit en grande quantité va récupérer rapidement de l'énergie, en transformant les réserves de graisses en sucres pour mobiliser les muscles. Il y a alors une production d'adrénaline qui prépare à l'engagement musculaire et la réaction est parfois fulgurante.

Les réactions instinctives, épidermiques se font sur les modes **retrait/ figer, agressivité/ frapper, fuite/fuir**: les mécanismes instinctifs de défense :

- la tortue rentre dans sa carapace : épuisement, rétractation, soumission
- le lama crache : résistance, agressivité, affrontement
- le lièvre détale : alarme, fuite, échappatoire.

Mieux comprendre le terme NonViolence : la capacité à reconnaître en soi ce qui peut être de la violence et à la transformer, la canaliser. La NonViolence est une invitation à renoncer à se laisser agir par la colère, l'exaspération, l'impulsivité. Quand la colère surgit c'est un mouvement énergétique qui demande de la conscience et de la volonté pour qu'il soit mis au service de la vie. Cette énergie devient alors une agressivité positive et cette force va transformer : la sidération, le dégoût, la stupéfaction, la honte, la peur pour être utile à la vie sans porter atteinte à la dignité et à l'intégrité de quiconque.

C'est en conscience que nous pouvons choisir nos mots pour faciliter, soutenir, activer la coopération. Si certains restent en colère, c'est parce que cette intensité de colère leur permet de se sentir exister par rapport à un environnement ressenti comme dangereux. Ces personnes n'ont, à ce jour, pas choisi d'autres voies pour prendre autrement leur place dans cet environnement par manque de connaissance, de moyens ou de reconnaissance.

2) **Parole, (Acte, Intention) De l'importance de l'impact des mots et de la parole**

Les êtres humains sont des êtres de langage, d'une part parce que nous avons la parole et d'autre part parce que notre parole nous engage car elle traduit notre relation au monde et aux êtres.

Deux formulations afin de mesurer comment les mots stimulent notre esprit.

FAIRE attention et ÊTRE attentionné

Fais attention à Notre esprit est orienté sur l'action, les gestes à accomplir, le résultat à atteindre, la réussite ou l'échec. FAIRE attention induit une préoccupation, une crainte, prépare l'esprit à traquer " le piège" ou la menace. Notre habitude culturelle crée un ralentissement voire un arrêt.

Sois attentionné-e invite à prendre soin, à veiller au bien-être. Le mouvement de l'esprit se porte sur la relation du sujet à l'objet, la focale est mise de façon positive avec l'intention de contribuer.

Autre exemple :

Je peux me dire : je me suis encore trompé-e. Je convoque dans l'ici et maintenant toutes les fois où je me suis déjà trompé-e , toutes mes erreurs d'auparavant. " encore": cette erreur-ci qui s'accumule aux précédentes et l'évocation du passé mobilise mon esprit et mon énergie dans une intensité diminuée.

Quand je choisis de dire : Je me suis trompé-e , je suis dans l'ici et maintenant sans la charge de toutes mes erreurs précédentes et mon action pour corriger mon erreur ici présente va pouvoir mobiliser plus d'énergie sollicitée.

Le langage que nous utilisons pour nous adresser à nous-même, comme aux autres, prédispose à la connexion ou à la fermeture, à l'engagement ou au retrait, à se rejoindre ou à s'opposer.

Il y a des phrases couperets qui indiquent que la situation est perçue comme irrémédiable. Ce sont souvent des affirmations argumentées qui figent dans un constat.

« Cette discussion nous mènera nulle part.»

« Tu n'as pas fait attention, ce n'est pas ce qui est attendu, c'est faux.»

" Arrêtes de faire ton cinéma."

" Je n'y crois, pas tu as enfin appris ta leçon."

Moins il y a de commentaires subjectifs par rapport à une observation plus la communication est préservée.

Les questions ouvertes sollicitent au mouvement de la pensée /mettent la pensée en mouvement et placent mon interlocuteur comme partenaire du lien.

- **Est ce que tu peux m'expliquer ce que tu pensais qu'il allait arriver ? Qu'est ce que tu voulais faire?**

- **Est ce que tu connais la démarche pour remédier, réparer, changer cette situation?**

- **Qu'est ce qui t'a permis de mieux réussir cette fois-ci? Est ce que tu peux me dire comment tu as trouvé ta réponse ?**

- **Qu'est ce que tu t'es dit dans ta tête pour commencer le travail ?**

- **De quoi tu t'es rappelé pour choisir ta réponse?**

- **À quoi tu as pensé pour trouver cette idée?**

Ce sont des façons de solliciter l'élève pour qu'il soit acteur de son apprentissage.

L'élève peut être encore en incapacité de répondre au moment de la question. Cependant, **si ces formulations lui sont présentées régulièrement cela finira par lui faire anticiper sur sa démarche.**

Comme on reconnaît un sentier grâce aux balises, comme on sait se conduire grâce aux panneaux indicateurs, les mots sont des guides.

En quoi la formulation de l'adulte va aider à modifier la posture de l'élève? Penser à l'exemple du moniteur auto-école qui n'a pas le volant et guide par les paroles. Intervenir physiquement quand l'inconfort est source de stress. La remise en confort , le ré-confort doit permettre de mobiliser plus d'énergie pour réaliser la tâche. Une question à laquelle un enfant peut répondre par oui ou par non ou un seul mot est une question fermée. Elle peut clore l'échange. Nous partons du fait que chaque enfant fait du mieux qu'il peut avec l'explicite qu'il reçoit et sa capacité de discernement. C'est à l'adulte de rechercher comment aider l'élève pour améliorer ce mieux.

3) (Parole,) **Acte**, (Intention,)

Comment vivre dans un climat respectueux avec l'enfant.

Re spectare: regarder en arrière, regarder avec du recul, donner du répit, prendre de la distance dans un souci de considération. Accueillir les émotions quand elles s'expriment avec amplitude et apprendre à distinguer les nuances de chaque émotion. Garder possible la connexion avec autrui sans entraver la relation par un jugement.

Prendre en compte que les émotions sont des indicateurs, un peu comme des signaux lumineux sur le tableau de bord d'un véhicule. Si l'émotion ressentie est agréable, je peux prendre conscience que j'aimerai revivre la situation, et réfléchir en quoi j'en ai été acteur afin de favoriser son renouvellement. Si l'émotion ressentie est désagréable c'est important de comprendre en quoi c'est déplaisant et comment puis je éviter que cette situation se reproduise ou éviter d'aller m'y remettre.

Jugement : avis, opinion, préjugé, estimation, croyance, appréciation, point de vue, évaluation, affirmation arbitraire, idée, sentiment (ici utilisé dans le sens de a priori).

J'ai le sentiment que tu devrais aller lui parler

Je crois que tu aurais avantage à rester discret.

J'ai le sentiment qu'.... il faut ouvrir les fenêtres.

Moins j'accompagnerai mon observation de commentaires personnels, plus je favoriserai le dialogue apaisé.

La relation d'aide est une question d'espace entre l'élève et soi.

La proximité avec l'élève dans l'espace de la classe s'ajuste autant par une distance physique qu'à travers l'échange de paroles. Être responsable c'est répondre de ses actes. Ralentir notre réactivité avant d'enclencher une action disproportionnée ou mal-ajustée.

La proximité exagérée peut conduire à la promiscuité.

Parfois l'expression d'un enfant peut nous conduire à activer un souvenir familial. Il est important d'éviter le collage avec sa propre expérience. Déposer ses convictions auprès de l'enfant c'est marquer ce territoire de sa propre pensée. La posture professionnelle vise à éviter la promiscuité physique tout comme la promiscuité émotionnelle, car elle peut court-circuiter la pensée et la dénaturer.

Tout geste envers l'élève doit être exécuté en conscience professionnelle.

La proximité peut induire des comportements de familiarité puis un comportement de familiarité peut conduire à l'intimité. Cette imbrication de postures amènerait des gestes hors champ professionnel. Un geste familial peut être acté sans familiarité. Avoir accès à l'intimité de l'élève (élément de son histoire personnelle, information médicale ou geste d'hygiène) s'effectue sans que l'adulte se comporte comme un intime.

Les paroles et le ton utilisés peuvent être familiers et exprimer de l'implicite.

" Ça ne te gêne pas de parler quand le professeur parle ?" Sous-entendu : " Tu devrais prendre conscience que cela gêne l'adulte et t'excuser de ta posture."

Proposer une formulation avec des éléments contradictoires doit mobiliser plus d'énergie chez l'autre pour en trouver la cohérence. Cette pratique qui est malvenue pour des élèves ayant une vulnérabilité reconnue. « Ai je pu être explicite et ai je moi même une bonne perception de l'implicite ? »

Penser que je pourrai avoir tel geste avec mon propre enfant doit amener à se questionner : l'élève est un enfant auquel sa famille a transmis des repères qui sont nuancés par un héritage culturel et social. L'élève n'est pas mon enfant.

Il y a du bon sens à ce que les gestes soient introduits par le langage. " Rapproche toi que je remette ta fermeture éclair" paraît évident. " Je vois que tu as du mal à gommer est ce que tu veux mon aide ?"

Dans certains cas ce ne sont pas la force ou le geste qui sont ressentis comme violents mais l'endroit de contact avec le corps. Tapoter une épaule ou le crâne, les vibrations peuvent être ressenties comme déstabilisantes et invasives donc faire violence. Il vaut mieux se mettre d'accord avec l'élève sur ce qu'il choisit comme signal pour être aidé à se remettre au travail, à revenir sur son exercice, être rassuré. Mettre sa main à plat sur la table, poser son poing le pouce levé. Un geste de consolation tout comme un geste d'incitation aura plus de pouvoir de restauration s'il est nommé et que son intention est parlée et validée.

4) (Parole, Acte,) Intention

L'intention : but, objectif, projet, visée. **L'intention est une action de la volonté** par laquelle un individu fixe le but d'une activité. Joindre le geste à la parole selon une éthique. L'expression « Ça paraît d'une bonne intention » met en avant la maladresse de l'action par rapport au but donné.

Les gestes de Violence Educative Ordinaire parfois accompagnés de la petite phrase : "C'est pour ton bien" nous indiquent que nous exerçons un pouvoir sur l'enfant.

Hérités d'une génération précédente certains adultes se permettent de justifier l'utilisation de certains gestes : pichenette sur l'oreille, mettre un cahier en contact avec la tête avant de le poser sur la table... Cela doit alerter sur la fatigue ou le décentrage.

Quand une personne commet de la violence en parole ou en acte, elle est déconnectée de son humanité. On dit : " Je suis déphasé-e, c'est plus fort que moi, j'ai explosé, je me suis laissé-e emporter..." Lors de violence en gestes, en mots, en sous-entendus, la victime, le témoin tout comme l'auteur de la violence ont le corps, le cœur et l'esprit impactés.

La bienveillance, c'est veiller aux biens et au bien-être. Chaque personne peut accroître son rayonnement par des actes bénéfiques.

Notre intention va nous guider pour plus de justesse dans notre attitude.

Dans la communication NonViolente, Marshal Rosenberg s'appuie sur l'image de la Girafe (Zurafa en arabe signifie aimable). Du fait de son long cou, elle a une vision élargie. Les girafes sont les premières à voir un prédateur venir et les autres animaux se sentent en sécurité en leur présence. Elles débroussaillent la savane et contribuent à la protection de l'environnement. Elle est le mammifère terrestre ayant le plus gros cœur.

Le Chacal par opposition va symboliser nos réactions impulsives.

Développer l'estime de soi de l'enfant se concrétise dans le fait d'aider l'élève dans sa prise de décision par l'exercice de son discernement. La motivation est une énergie vitale qui s'éteint lorsque la personne se trouve en désaccord avec ce qui pour elle est essentiel.

L'aide à l'élève en situation de handicap a pour fonction de soutenir l'élève dans la réalisation d'une action adaptée. L'aide à l'élève vise à développer l'estime de soi au travers du lien de confiance. C'est un cercle vertueux. Être épanoui est une des conditions pour accéder à son potentiel et l'engager. Mieux vaut **appeler l'élève à se tourner vers ses propres ressources (celles que vous aurez repérées.) pour apprendre à les investir plutôt que de se substituer à lui.**

L'adulte aidant met en œuvre sa volonté pour permettre à distance ses impulsions, ses envies et ses humeurs face à des valeurs professionnelles. L'adulte peut déplacer son point de vue parce qu'il a conscience que l'autre ressent et pense différemment de soi. Sans forcément savoir comment il ressent et comment il pense. Il peut passer ainsi d'une vision focalisée sur la réalisation à une vision panoramique pour prendre en compte d'autres éléments faisant obstacle à la disponibilité de l'élève. Dans l'ici et maintenant, faire du mieux que je peux c'est repérer ce que l'enfant peut améliorer pour lui même et prendre la distance nécessaire pour remettre en question des fonctionnements trop systématiques. Permettent-ils un gain d'énergie ou entravent-ils l'adaptation?

L'adulte aux côtés de l'élève se questionne lui même et réfléchit à la décision ou à la manière d'intervenir. L'enfant s'imprègne de cette posture bienveillante qui est mise en œuvre.

Dans quel but vais je intervenir?

Ai je suffisamment anticipé sur les conséquences de mes actes ?

- De quoi manques-tu pour progresser ?
- De quelle connaissance as tu besoin pour faire cet exercice ?
- Comment peut on faire pour que tu penses à utiliser tel outil ?

S'assurer que le message soit compris et bien réceptionné.

L'humour doit sécuriser, il peut désamorcer une peur, aplanir une difficulté. Alors que l'ironie est au détriment de celui qui en est sujet.

Aligner nos Paroles et nos Actes par le biais de notre Intention nous met en paix

X

Paroles
Actes
Intention
X

Une personne apaisée est une personne apaisante.

Retrouver en soi la paix quand elle n'existe pas au dehors, enclencher une respiration consciente (exemple : exercice respiratoire avec les doigts de la main.) ou dans une situation déstabilisante inspirer profondément pour remplir ses poumons (image de l'air bag qui se gonfle quand un véhicule prend un choc) pour éviter de dire des paroles inappropriées et d'enclencher sur des automatismes et des postures conditionnées. L'oxygénation influe positivement sur le corps, l'esprit et les émotions. La diminution du stress rétablit l'équilibre émotionnel.

L'exercice de l'autorité : auctoritas

L'autorité vient du verbe latin AUGERE qui signifie augmenter, faire croître, enrichir.

L'autorité découle de la capacité individuelle d'agir en fonction des situations. Elle s'ancre sur des compétences. C'est être soi même responsable de ses actes pour permettre à l'autre de le devenir.

Se respecter soi même en incarnant les valeurs soutenues par les paroles c'est faire preuve d'intégrité.

L'autorité est une action qui suscite une activité en l'autre et non pas sur l'autre. Elle doit avoir une influence temporaire car elle présuppose la reconnaissance de celui-là même qui en sera bénéficiaire.

Faire autorité c'est permettre d'accroître, de grandir, de se responsabiliser. C'est exercer un pouvoir avec l'autre et non sur l'autre.

.....

12 attitudes pour une communication bienveillante

- Parler en « je », bannir le « on », le « tous », les généralisations comme : toujours, jamais, encore
- Écouter attentivement et vérifier si j'ai vraiment compris ce que l'autre veut dire et réciproquement, m'assurer que mon message est reçu.
- Sans agressivité, ni jugement, faire attention aux contenus, aux sentiments exprimés par les mots ou l'attitude
- Distinguer les personnes, des problèmes et leurs actions
- Éviter d'attribuer des intentions aux autres, s'en tenir aux faits.
- Être précis et éviter les généralisations, le ton doctoral ou professoral.
- Se concentrer sur ce que nous avons en commun à accomplir
- Se centrer non sur le passé mais sur l'avenir
- Apporter des réponses claires et explicites.
- Aborder de manière courtoise et franche les désaccords lorsqu'ils entravent l'énergie.
- Gérer le conflit, c'est demander des précisions, des faits, poser des questions : Qu'est-ce que tu veux dire ? Quelles sont tes attentes ?
- S'engager à effectuer le plus petit pas positif possible au service de la vie en soi et autour de soi.

.....

Madame Schäfer-Masson Nathalie
Référente de la difficulté scolaire
circonscription de Beauvais- Nord
novembre 2019