



« KARTA BRETAGNE »

Des projets pour grandir !

Enseignante en lycée professionnel pendant plus de 20 ans, j'ai observé que les situations de *souffrance* et donc de *violence* se sont développées au fil des ans.

Car la violence n'est-elle pas un moyen d'exister aux yeux de l'autre, « un désespoir éperdu de ne pas être écouté, entendu, accepté, reconnu » ?

- Alors, peut-être pouvons-nous, à l'intérieur de l'école, aider les jeunes à briser l'image négative qu'ils ont d'eux et à se réconcilier d'abord avec eux-mêmes ?
- Peut-être pouvons-nous aussi leur apprendre à créer une relation à l'autre tolérante et constructive ?
 - A partir des formations que j'ai suivies (Pédagogie La Garanderie, psychologie, Communication Non Violente , méthode ESPERE , Gestion des conflits),
 - Avec les outils que j'ai expérimentés durant ces 20 dernières années dans le lycée professionnel où j'enseigne le français et la méthodologie et dans les entretiens individuels psychopédagogiques avec les ados,

J'ai mis au point des ateliers que je vous propose dans ce dossier.

Leur objectif premier est de **reconstruire cette estime de soi défailante.**

Ensuite, seulement, il devient possible pour ces jeunes...

de se tourner vers les autres.

*Si on sait les écouter, les accompagner,
La souffrance et donc la violence peuvent diminuer !*

Annie Laudrin : 06.63.78.70.56

Conseil et Formation en communication et relations humaines

Animatrice d'ateliers de méthodologie et de créativité

Projet KARTA - SIRET : 42781292000028

KARTA Bretagne...

Des projets pour grandir, une chance à saisir !

Le Conseil Régional participe, à concurrence de 50%, au financement d'actions pédagogiques autour de quatre thèmes majeurs pour l'avenir des jeunes.
<http://www.region-bretagne.fr/karta>

Deux de ces thèmes sont :

I. Amélioration de la santé et qualité de la vie :

Prévention des conduites et des comportements à risques dont les situations et les accès de violence sur soi-même et sur autrui

II. Sensibilisation à l'art, à la culture, aux sciences et techniques :

A travers l'écriture, la danse, le chant, la musique, etc.

Je vous propose d'expérimenter, à travers 4 ateliers, des outils favorisant la participation et la réflexion des jeunes afin de faire évoluer leur comportement.

L'axe transversal à ces ateliers est un travail sur l'estime de soi car :

« Quand je n'ai pas les **mots** pour dire ma colère, exprimer ma révolte, je me sers de mes poings...

Quand je ne reconnais pas ma **valeur**, que je **ne m'aime pas**, j'ai besoin de critiquer, d'humilier, de terroriser ou de frapper l'autre pour **exister**...

Quand j'**étouffe** mes **besoins** et mes **émotions**, je m'enferme à l'intérieur de moi et un jour j'**explose**...

Quand je **ne réussis pas** à l'école malgré du travail et de la bonne volonté, je me sens **incompris** et **malheureux**... »

**ALORS...GERMENT LES GRAINES DE LA VIOLENCE...
CONTRE MOI-MEME... CONTRE LES AUTRES...**

Annie Laudrin : 06.63.78.70.56
Conseil et Formation en communication et relations humaines
Animatrice d'ateliers de méthodologie et de créativité
Projet KARTA - SIRET : 42781292000028

**Les Ateliers ont leur place en complémentarité
avec une ou plusieurs matières
et aussi sur le temps de l'internat:**

Atelier d'aide méthodologique :

A partir de la Pratique pédagogique d'Antoine de la Garanderie.

Objectifs :

- Permettre aux jeunes de prendre conscience de leur fonctionnement intellectuel : de quoi j'ai besoin pour apprendre efficacement ? Quelles sont mes ressources et mes points à améliorer ?
- Leur donner des outils pour réajuster ou/et améliorer leurs méthodes de travail.

Pistes explorées :

- Comment j'apprends ?
- Comment être attentif ?
- Comment me motiver ?
- Mémoriser à long terme
- Gérer le stress lors des contrôles
- Développer la confiance en soi

Modalités pratiques :

Groupe de 8 à 15 participants maximum (selon le public)
4 séances de 2h ou 2h30, à une semaine d'intervalle, pour les bases.
Ensuite, séances possibles de réajustement ou d'approfondissement.
Possibilité de travail individuel ou en petit groupe avec des élèves en difficulté particulière.

Annie Laudrin : 06.63.78.70.56

Conseil et Formation en communication et relations humaines

Animatrice d'ateliers de méthodologie et de créativité

Projet KARTA - SIRET : 42781292000028

Atelier de Parole :

Dans le cadre de la prévention de la souffrance psychique et des conduites à risques liées au passage de l'adolescence.

Objectifs :

- Oser parler de soi devant et avec les autres
- Apprendre à s'écouter mutuellement
- Trouver, se donner et respecter des règles indispensables à la vie en groupe

Pistes explorées :

- Prendre la parole
- Mieux se connaître et découvrir les autres
- Écouter sans interrompre ni juger
- Mettre en mots ses émotions
- Prendre conscience de ses ressources et de ses limites
- Nouer des liens de confiance

Modalités pratiques :

1 séance de 1h30 ou 2 heures toutes les 3 semaines, durée à déterminer selon les besoins.

Salle conviviale

Groupe de 6 à 15 personnes maximum (selon le public)

Les rencontres peuvent être axées sur des thèmes choisis avec les participants, en lien avec les professeurs.

Annie Laudrin : 06.63.78.70.56

Conseil et Formation en communication et relations humaines

Animatrice d'ateliers de méthodologie et de créativité

Projet KARTA - SIRET : 42781292000028

Atelier de Gestion des conflits :

Comment aider le jeune à devenir un adulte responsable en développant ses compétences relationnelles.

Objectifs :

- Trouver une autre réponse que la violence
- Renforcer l'estime de soi
- Devenir responsable
- Apprendre à communiquer sainement
- Mieux vivre ensemble

Pistes explorées :

- Aller vers les autres, leur parler
- Enrichir son vocabulaire
- Distinguer observation et jugement
- S'ouvrir à la différence
- Prendre conscience de la violence et la resituer selon chacun
- Prendre conscience du rapport entre actes et conséquences
- Se positionner dans un conflit

Modalités pratiques :

Présence indispensable, au minimum, d'un membre de l'équipe enseignante ou éducative

4 séances de 3 heures : 1 par mois

Groupe de 12 participants maximum

Salle spacieuse (pour les jeux de rôle)

Suivi et accompagnement possibles après la formation

N.B. : Cette formation peut être donnée aux enseignants, éducateurs de la vie scolaire, infirmières, parents, qui ensuite, pourront la transmettre eux-mêmes aux jeunes. En partenariat avec « Génération Médiateurs ».

Annie Laudrin : 06.63.78.70.56

Conseil et Formation en communication et relations humaines

Animatrice d'ateliers de méthodologie et de créativité

Projet KARTA - SIRET : 42781292000028

Atelier d'expression créatrice :

Ce dernier atelier relie les deux thèmes cités (amélioration de la santé et de la qualité de vie et sensibilisation à l'art, etc...), en ce sens que la découverte de sa **capacité à créer**, à exprimer ses **dons**, permet au jeune de prendre conscience de sa **valeur** et de ce fait renforce sa **confiance**, et son **estime de soi** :

Objectifs :

- Mieux se connaître et mieux s'exprimer
- Découvrir sa créativité
- Reconnaître sa valeur
- Créer en s'amusant

Pistes explorées :

- Jouer avec les mots et les images
- Exercer son imagination
- Exprimer sa personnalité
- Oser quelque chose de nouveau

Modalités pratiques:

Salle conviviale et confortable

Supports possibles : jeux d'écriture, dessin, peinture, collage, slam, improvisation, expression corporelle, danse, relaxation.

Séances de 2 heures ou 2h30, à une ou deux semaines d'intervalle. Durée à déterminer en fonction du projet élaboré.

Groupe de 12 participants maximum

Annie Laudrin : 06.63.78.70.56

Conseil et Formation en communication et relations humaines

Animatrice d'ateliers de méthodologie et de créativité

Projet KARTA - SIRET : 42781292000028