

Comment comprendre les traumatismes des élèves réfugiés ou marginalisés afin de mieux les accompagner à l'école?

L'adversité, telle que les migrations, les maladies ou les séparations, peuvent ébranler la santé mentale, celle des jeunes en particulier. Selon le Comité de santé mentale du Québec (1989), la santé mentale est :

« un état d'équilibre psychique d'une personne, à un moment donné, résultant d'interactions entre des facteurs biologiques, psychologiques et contextuels (incluant les facteurs culturels) ».

La santé mentale des élèves, de leur famille ainsi que des acteurs scolaires est dynamique et complexe et varie selon les contextes. L'école étant l'un des contextes de vie les plus importants du jeune, elle peut lui proposer un environnement propice à la promotion de sa santé mentale, par le biais de multiples activités collectives.

L'une de ces activités concerne le groupe-classe et peut être menée par l'enseignant. Il s'agit **des groupes de parole** menés en contexte scolaire (Papazian-Zohrabian, G. et al. 2017, 2019).

Le principe des groupes de parole

Le développement du bien-être des élèves et la promotion de leur santé mentale sont favorisés par l'expression et le travail psychique (élaboration) relié aux deuils, par la symbolisation des expériences traumatiques vécues ainsi que par l'expression des émotions. Pouvoir s'exprimer librement et en toute sécurité sur son histoire, son identité, sa culture et ses croyances contribue à la construction d'un sens positif de la vie. Permettre à des élèves de tout âge de s'exprimer librement en leur proposant une écoute neutre et bienveillante, c'est leur donner l'occasion d'avoir une parole vraie et authentique au sein même de leur école et de développer des relations interpersonnelles positives caractérisées par l'empathie, la connaissance de soi et de l'autre.

Le groupe de parole, cette activité collective inclusive menée avec tous les élèves d'un groupe-classe, souligne la contribution que les enseignants peuvent faire à la promotion de la santé mentale de leurs élèves.

Les groupes de parole

L'organisation des groupes de paroles	Les groupes de parole doivent être préférablement prévus dans l'horaire des classes, avec une fréquence régulière. C'est la constance de l'activité qui va contribuer au développement du sentiment de sécurité et de la relation de confiance entre les élèves et les animateurs (enseignant/tes et autres professionnel.le.s). L'activité dans sa globalité ainsi que chaque rencontre sont encadrées par des rituels d'ouverture et de fermeture afin de les distinguer des activités pédagogiques.
Les thèmes abordés	Les thèmes abordés portent parfois sur des sujets sensibles tels le voyage, la migration, la différence, la famille, la foi, l'identité, la violence, la guerre, la vie ou la mort.
Les conditions préalables	Les conditions mises en place favorisent le bon déroulement des séances et le respect des règles, telles qu'une bonne gestion de classe, une relation éducative positive, une absence de conflits majeurs au sein du groupe-classe et une maîtrise suffisante de la langue d'enseignement.
Les principales règles	Les règles de base à appliquer sont la liberté d'expression, le respect de la confidentialité et l'attitude non-critique et bienveillante des participants. Ces règles créent le contexte sécurisant qui permet l'expression libre des émotions, le partage du vécu, l'élaboration des deuils et des traumatismes et le développement du bien-être.

Cette activité ne constitue pas une thérapie et ne doit pas avoir une visée pédagogique ou évaluative.

Pour plus de ressources en ligne et de références :
www.edcan.ca/faits-en-education

Autrice
Garine Papazian-Zohrabian