



# Le soutien psychosocial par l'éducation en situations d'urgence

## Table des matières

Introduction	1
Matériel de formation	2
Principaux messages et points d'apprentissage	3
Programme de la séance	4
Préparation, ressources et matériel d'accompagnement	6
Conseils de contextualisation et d'adaptation	9
Guide de facilitation	11
Matériel à l'usage du facilitateur	34
Manuel du participant	49

## Introduction

Ce module est une présentation de 3 heures (180 minutes) d'activités de formation et de matériel concernant le soutien psychosocial (SPS) et l'apprentissage social et émotionnel (ASE) en contextes d'urgence. Il comprend également des activités supplémentaires permettant d'approfondir la compréhension des concepts de SPS-ASE, et ce, pour une durée prolongée de 5 heures (270 minutes). Le présent guide du facilitateur contient le matériel, les notes de facilitation (y compris les idées principales et les instructions pour les activités) et une suggestion de script pour la présentation associée. Il est suggéré aux facilitateurs d'étudier, avant la formation, les instructions qui fournissent des repères pour la contextualisation des ressources de formation.

Cette formation encourage les participants à appliquer les bonnes pratiques recommandées pour le soutien psychosocial et à utiliser la *Note d'orientation de l'INEE sur le soutien psychosocial* et le *Document de référence de l'INEE sur le soutien psychosocial et l'apprentissage social et émotionnel pour les enfants et les jeunes dans les contextes affectés par des crises* comme outils de planification et d'exécution.

**Note :** Avant cette formation, les participants doivent suivre, en ligne ou en personne, une *introduction aux Normes Minimales de l'INEE*. Les facilitateurs doivent encourager les participants à étudier la *Note d'orientation de l'INEE sur le soutien psychosocial* et le *Document de référence de l'INEE sur le soutien psychosocial et l'apprentissage social et émotionnel pour les enfants et les jeunes dans les contextes affectés par des crises*.



# Matériel de formation

Ressource	Instructions
<a href="#">Présentation PowerPoint</a> (.ppt en plusieurs langues)	<ul style="list-style-type: none"> <li>La présentation peut être ouverte en utilisant Google Slides ou être téléchargée au format Powerpoint.               <ul style="list-style-type: none"> <li>Pour l'ouvrir avec Google Slides, cliquez tout simplement sur le lien et sélectionnez l'option en jaune en haut de l'écran, intitulée « Ouvrir avec Google Slides ».</li> <li>Pour télécharger au format Powerpoint permettant une utilisation hors ligne, cliquez sur le lien et sélectionnez l'icône de téléchargement dans le coin en haut à droite. Vous pouvez ensuite ouvrir la présentation en format Powerpoint.</li> </ul> </li> <li>Les notes de facilitation se trouvent dans la section notes de présentation que vous trouverez dans les deux formats, Google Slides et Powerpoint. Ces notes incluent le matériel nécessaire pour chaque diapositive, les instructions associées aux activités, et une suggestion de script.</li> </ul>
<a href="#">Guide du facilitateur</a> (.doc et .pdf en plusieurs langues)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le guide du facilitateur inclut un plan de l'atelier, les principaux points d'apprentissage, le matériel et les documents, les ressources additionnelles, le matériel à l'usage du facilitateur et les documents à l'usage des participants.</li> <li>Pour imprimer le guide, y compris les documents, veuillez utiliser le pdf afin de préserver la mise en page et les espaces.</li> <li>Si vous souhaitez modifier ou contextualiser le guide du facilitateur, veuillez utiliser la version Word. Ouvrez avec Google Docs en utilisant l'option en haut de la page.</li> </ul>
<a href="#">Commentaires du facilitateur</a>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Merci de fournir l'information et les commentaires sur l'atelier en utilisant le lien ci-dessus.</li> </ul>
<a href="#">Note d'orientation de l'INEE sur le soutien psychosocial</a> (.pdf en plusieurs langues)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Veuillez prévoir de télécharger ou de commander un nombre suffisant d'exemplaires de la Note d'orientation pour tous les participants ou, au minimum, pour chaque petit groupe.</li> <li>Téléchargez le document gratuitement <a href="#">ici</a>.</li> <li>Pour demander gratuitement des copies papier de la Note d'orientation, veuillez remplir le <a href="#">formulaire INEE Materials Request Form</a>.</li> </ul>



# Principaux messages et points d'apprentissage

Lorsqu'il conduit ce module de formation ou en adapte le contenu, le facilitateur devra veiller à couvrir les points clés suivants :

- Les catastrophes environnementales et les conflits armés peuvent être la cause de souffrances psychologiques et sociales considérables. La réponse aux besoins psychosociaux revêt autant d'importance que la réponse aux besoins en alimentation, en abris et en soins médicaux.
- Dans les situations d'urgence, l'éducation est un facteur important dans la protection des enfants et une intervention psychosociale clé. Si elle est correctement dispensée, l'éducation peut offrir un environnement sûr et stable et aider à restaurer un sentiment de normalité.
- Le bien-être et les capacités des enseignants et autre personnel de l'éducation sont des éléments clés pour une éducation de qualité. Il est important de prendre conscience que les enseignants sont souvent personnellement affectés par les situations de crises et qu'ils peuvent eux-mêmes avoir besoin de soutien pour être en mesure d'exercer leurs fonctions.
- Une éducation qui favorise le bien-être psychosocial des jeunes et des enfants touchés par des crises peut leur permettre d'être mieux disposés à apprendre et à participer pleinement aux opportunités d'éducation qui leurs sont offertes.
- Des programmes de SPS et d'ASE bien conçus et pertinents peuvent renforcer les processus de résilience et atténuer les vulnérabilités auxquelles sont exposés les enfants et les jeunes.
- Les enfants et les jeunes ont des expériences diverses, ainsi qu'une variété de stratégies d'adaptation et de réponses à une catastrophe ou un conflit. Tout le monde n'est pas traumatisé – certains sont plus résilients et peuvent être soutenus efficacement au moyen d'une prise en charge physique et psychosociale de base, alors que d'autres peuvent être très perturbés. La résilience propre des enfants et des jeunes est un facteur clé dans leur capacité à faire face aux crises.
- La majorité des enfants et des jeunes sont capables de faire face à des perturbations à court terme, mais ils bénéficieront néanmoins des programmes de SPS et ASE pendant leur expérience éducative.
- Les enseignants et les aidants peuvent dispenser des interventions efficaces de SPS et ASE avec une formation minimale de haute qualité.
- Il est important de distinguer les interventions de groupe qui peuvent être intégrées dans les activités pédagogiques existantes et le besoin de systèmes séparés pour les apprenants qui nécessitent des services spécialisés et des soins médicaux.
- Les professionnels de la santé mentale, comme les psychologues ou les conseillers scolaires, sont des références importantes de prise en charge pour les enfants et les jeunes ayant des besoins spécifiques et des symptômes de stress importants. Les enseignants et autre personnel d'éducation devraient être formés pour comprendre les mécanismes de prise en charge existants et pour détecter les situations où un apprenant a besoin de soutien spécifique.
- Il est important de développer des mécanismes d'orientation dans la phase de préparation aux situations d'urgence. Une communication efficace au sein des mécanismes d'orientation requiert une collaboration étroite entre les services d'éducation, de protection de l'enfance et de santé. Une collaboration efficace assure la disponibilité de services spécialisés lorsque des références sont faites.



# Programme de la séance

Diapositives	Contenu	Environ Durée	Activité pédagogique
1 – 4	Introduction	20 minutes	Activité de groupe
<b>Partie A : Définir les concepts clés (105-175 min)</b>			
<b>Section 1 : Le bien-être psychosocial (15-35 min)</b>			
6	De quoi avez-vous besoin pour vous sentir bien ?	10 minutes	Activité en petits groupes et discussion
7	Comment les crises humanitaires affectent-elles le bien-être psychosocial ?	5 minutes	Présentation et discussion
8	Activité complémentaire 1 : Le bien-être	20 minutes	Activité en petits groupes et discussion
<b>Section 2 : Le stress (40-70 min)</b>			
10	Activité complémentaire 2: Qu'est-ce que le stress ?	10 minutes	Activité en petits groupes et discussion
11-12	Les symptômes du stress	15 minutes	Présentation, discussion en petits groupes et activité
13	Le stress positif, tolérable et toxique	10 minutes	Présentation et discussion en petits groupes
14	Gérer le stress	10 minutes	Discussion en petits groupes
15	Résilience	5 minutes	Présentation
16	Activité complémentaire 3 : Le stress en contexte de crise	20 minutes	Discussion en petits groupes
<b>Section 3 : Soutien psychosocial et apprentissage social et émotionnel (50-70 minutes)</b>			
18-21	Soutien psychosocial (SPS)	30 minutes	Présentation et activité en petits groupes
22	Apprentissage social et émotionnel (ASE)	20 minutes	Présentation et activité en petits groupes
23	Activité complémentaire 4 : Pratique des termes clés	20 minutes	Activité pour l'ensemble de la classe
<b>Partie B : Stratégies de promotion du bien-être psychosocial par l'éducation (90-135 minutes)</b>			
<b>Section 4 : Interventions de SPS et ASE (45-60 min)</b>			



25-26	La pyramide d'intervention : Exemples de SPS et d'ASE	15 minutes	Présentation et activité d'association en petits groupes
27	Activité complémentaire 5 : Exemples du terrain	15 minutes	Activité d'association d'images
28	Apprendre avec des études de cas	30 minutes	Activité de poster en petits groupes
<b>Section 5 : Stratégies de SPS et ASE (45-75 min)</b>			
30	Promouvoir le bien-être psychosocial par l'éducation	5 minutes	Présentation
31	Développer et améliorer des stratégies de SPS et ASE	30 minutes	Activité en petits groupes
32	Activité complémentaire 6 : Développer un plan d'action	30 minutes	Activité en petits groupes
33-34	Autoréflexion et évaluation de la formation	10 minutes	Réflexion individuelle et par groupes de deux
	<b>Durée totale</b>	<b>215 minutes</b>	
	<b>Durée totale, y compris les activités complémentaires</b>	<b>330 minutes</b>	



# Préparation, ressources et matériel d'accompagnement

Diapositive	Matériel	Notes de facilitation
<b>Documents pour les participants</b>		
6-7	<b>Document 1</b> : De quoi avons-nous besoin pour nous sentir bien ?	Distribuez un exemplaire du document à chaque participant. Encouragez les participants à travailler en groupes de deux/en petits groupes.
10-11	<b>Document 2</b> : Qu'est-ce que le stress ?	Distribuez un exemplaire du document à chaque participant.
12	<b>Document 3</b> : Les symptômes du stress	Après avoir effectué l'activité d'association sur le tableau/flipchart, distribuez un exemplaire du document à chaque participant.
13	<b>Document 4</b> : Le stress positif, tolérable et toxique	Distribuez un exemplaire du document à chaque participant. Encouragez les participants à travailler en groupes de deux/en petits groupes.
20	<b>Document 5</b> : Besoins et interventions de SPS	Distribuez un exemplaire du document à chaque participant. Encouragez les participants à travailler en groupes de deux/en petits groupes.
22	<b>Document 6</b> : Compétences et interventions d'ASE	Distribuez un exemplaire du document à chaque participant. Encouragez les participants à travailler en groupes de deux/en petits groupes.
25-26	<b>Document 7</b> : Pyramide d'intervention de SPS et ASE	Distribuez un exemplaire du document à chaque participant. Encouragez les participants à travailler en groupes de deux/en petits groupes.
28	<b>Document 8A</b> : Étude de cas - Bikash, au Népal en zone touchée par un tremblement de terre <b>Document 8B</b> : Étude de cas - Amina, une Sud-Soudanaise en Ouganda <b>Document 8C</b> : Étude de cas - Des réfugiés syriens en Turquie	Distribuez les documents 6A, 6B, <u>ou</u> 6C à chacun des petits groupes. Assurez-vous que tous les participants d'un même groupe aient la même étude de cas. Chaque groupe doit avoir une étude de cas différente.
30-31	<b>Document 9</b> : Le SPS et l'ASE et les Normes minimales de l'INEE	Distribuez un exemplaire du document à chaque participant. Encouragez les participants à travailler en groupes de deux/en petits groupes.



32	<b>Document 10</b> : Plan d'action	Distribuez un exemplaire du document à chaque participant. Encouragez les participants à travailler en groupes de deux/en petits groupes.
33	<b>Document 11</b> : Autoréflexion	Distribuez un exemplaire du document à chaque participant.
34	<b>Document 12</b> : Évaluation de la formation	Distribuez un exemplaire du document à chaque participant. Ramassez les documents lorsque les participants les ont remplis.
<b>Matériel à l'usage du facilitateur</b>		
8	<b>Annexe 1</b> : Photos de l'activité (Activité complémentaire)	Découpez des images individuelles.
8	<b>Annexe 2</b> : Notes de facilitation sur les photos de l'activité (Activité complémentaire)	Reportez-vous à ce document lorsque vous menez la discussion sur les photos de l'activité. Vous pouvez imprimer ces notes pour les participants, mais ne les distribuez pas avant la fin de l'activité.
12	<b>Annexe 3</b> : Activité d'association des symptômes du stress	Découpez des bandes de papier sur lesquelles figurent les symptômes du stress. Mélangez-les avant de les distribuer aux groupes.
23	<b>Annexe 4</b> : Pratique des termes clés (Activité complémentaire)	Découpez des bandes de papier sur lesquelles figurent les termes clés.
25-26	<b>Annexe 5</b> : Feuille de réponses pour la pyramide d'intervention de SPS et ASE	Reportez-vous à cette feuille de réponses lorsque vous vérifiez/discutez les réponses du <u>Document 7</u> .
27	<b>Annexe 6</b> : Le SPS et l'ASE sur le terrain (Activité complémentaire)	Découpez des images individuelles.
28	<b>Annexe 7</b> : Notes à l'intention du facilitateur sur les études de cas	Reportez-vous à ce document lorsque vous menez la discussion sur les études de cas. Vous pouvez imprimer ces notes pour les participants, mais ne les distribuez pas avant la fin de l'activité.
N/A	<b>Annexe 8</b> : Formulaire de commentaires du facilitateur	Après avoir terminé le module, remplissez et retournez le formulaire de commentaires ou mettez à jour le document de suivi du Module SPS-ASE
<b>Recommandations de matériel supplémentaire</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Papier pour flipcharts et marqueurs de couleurs différentes</li> <li>• Papier et crayons</li> <li>• Exemplaires papier des documents suivants (un par participant si possible) :</li> </ul>		



- Note d'orientation de l'INEE sur le soutien psychosocial
- Document de référence de l'INEE sur le soutien psychosocial et l'apprentissage social et émotionnel pour les enfants et les jeunes dans les contextes affectés par des crises
- Normes minimales de l'INEE pour l'éducation : préparation, interventions, relèvement
- Présentation de l'INEE sur le soutien psychosocial par l'éducation en situations d'urgence



# Conseils de contextualisation et d'adaptation

Comme pour toutes les formations, ressources et outils proposés par l'INEE, les diapositives et les activités se doivent d'être adaptées au contexte selon l'environnement et les participants. Veuillez prendre en compte les deux points suivants et examiner les suggestions de contextualisation pour chaque section du module ci-dessous.

- Analysez les diapositives Powerpoint et le script du module de formation et adaptez-les ou modifiez-les au besoin pour tenir compte des normes et des enjeux du contexte local. Les facilitateurs sont invités à prendre en compte la manière dont les concepts de SPS-ASE peuvent être interprétés dans le contexte concerné, et à insérer leurs propres photos, exemples, études de cas, ainsi qu'à ajuster les activités en conséquence, etc.
- Notez que si Powerpoint n'est pas à votre disposition, les diapositives de la session peuvent être écrites sur un flipchart.

## PARTIE A : Définir les concepts clés

### Section 1 : Le bien-être psychosocial

- Diapositive 8, Annexe 1-2: Remplacez les photos de l'activités par des images appropriées au contexte qui reflètent correctement le type d'activités auxquelles les parties prenantes peuvent participer pour favoriser leur bien-être. Par exemple, les sports courants ou les pratiques religieuses locales. Adaptez les notes de facilitation de l'Annexe 2 en conséquence.

### Section 2 : Le stress

- Diapositive 14: Adaptez l'activité de jeu de rôle pour faire en sorte qu'elle soit adaptée au contexte des participants. Invitez les participants à interpréter des stratégies d'adaptation positives et négatives, dans leur propre rôle ou dans celui de la population avec laquelle ils travaillent.
- Diapositive 15: Remplacez la photo de cette diapositive par une ou des image(s) qui représente(nt) la résilience dans votre contexte.

### Section 3 : Soutien psychosocial et apprentissage social et émotionnel

- Diapositives 19-22, Documents 5-6: Adaptez/créez des exemples d'interventions de soutien psychosocial et d'apprentissage social et émotionnel qui sont adaptées et réalisables dans le contexte des participants

## PARTIE B : Stratégies de promotion du bien-être psychosocial par l'éducation

### Section 4 : SPS et ASE en pratique

- Diapositive 25, Document 7: Adaptez/créez des exemples d'interventions de soutien psychosocial et d'apprentissage social et émotionnel qui sont adaptées et réalisables dans le contexte des participants
- Diapositive 26, Annexe 6: Remplacez les photos de l'activités par des images appropriées au contexte qui reflètent correctement le type d'activités auxquelles les parties prenantes



peuvent participer pour favoriser leur bien-être. Par exemple, les sports courants ou les pratiques religieuses locales.

- Document 8A, 8B, 8C, Annexe 7: Adaptez les études de cas pour refléter les différents types de parties prenantes (noms, âge, genres) avec lesquelles les participants travailleront. Assurez-vous que les études de cas soient adaptées à leurs contextes et qu'elles reflètent les enjeux et le soutien que leurs parties prenantes sont susceptibles de rencontrer. Idéalement, remplacez les études de cas des Documents 8A, 8B, et 8C par des études de cas tirées du contexte réel des participants. Adaptez les notes de facilitation de l' Annexe 7 en conséquence.

## **Section 5 : Stratégies de SPS et ASE**

- Documents 8A, 8B, 8C : Adaptez les études de cas pour refléter les différents types de parties prenantes (noms, âge, genres) avec lesquelles les participants travailleront. Assurez-vous que les études de cas soient adaptées à leurs contextes et qu'elles reflètent les enjeux et le soutien que leurs parties prenantes sont susceptibles de rencontrer. Idéalement, remplacez les études de cas des Documents 8A, 8B, et 8C par des études de cas tirées du contexte réel des participants.
- Diapositive 33: Remplacez la photo de cette diapositive par une ou des image(s) illustrant la résilience dans votre contexte.

### **Crédits photographiques**

Diapositive 3 : INEE

Diapositive 8 : (dans le sens des aiguilles d'une montre en partant du haut à gauche) : Finn Church Aid (FCA), FCA, Johanna Kurki, Kimmo Kirves, FCA

Diapositives 11, 15, 26, 33 : Johanna Kurki

### **Crédits chiffres**

Diapositive 6: Lauren Gerken, 2019

Diapositive 13: Center on the Developing Child, Harvard University. 2017.

Diapositive 18-19 : INEE

Diapositive 20 : REPSSI, 2010. Possible Psychosocial Interventions,, p. 40

Diapositive 22 : INEE

Diapositive 25 : GEM Report team based on IASC (2007), INEE (2016), et Frisoli et al. (2019)

Diapositive 29 : INEE, 2010



Diapositive 25 : GEM Report team based on IASC (2007), INEE (2016), et Frisoli et al. (2019)

Diapositive 29 : INEE, 2010



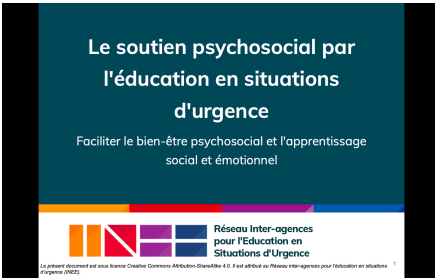
# Guide de facilitation

## Icônes

	Cette icône est présente lorsque vous devez poser une question à l'ensemble du groupe
	Cette icône indique une diapositive, du matériel de facilitation ou un document à l'usage des participants qui doivent être adaptés ou contextualisés. Voir les conseils de contextualisation en pages 7-8 pour des conseils spécifiques concernant la manière de contextualiser la ressource concernée.

## Introduction : Définir les objectifs d'apprentissage

20 minutes

<p><b>Diapositive 1</b></p> 	<p><b>Diapositive 1</b></p> <p><b>Notes à l'intention du facilitateur :</b> Accueillez les participants et présentez-vous.</p>
<p><b>Diapositive 2</b></p> <p><b>Objectifs de formation</b></p> <p>À la fin de la formation, les participants seront en mesure de :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Définir les termes clés liés au bien-être et au soutien psychosocial</li> <li>• Identifier les symptômes du stress</li> <li>• Expliquer les effets du stress sur l'apprentissage et le développement</li> <li>• Donner des exemples sur la façon dont les crises peuvent affecter le bien-être psychosocial des enfants et des jeunes</li> <li>• Identifier des exemples d'interventions de soutien psychosocial (SPS) et d'apprentissage social et émotionnel (ASE) dans des environnements éducatifs</li> <li>• Élaborer un plan d'action pour améliorer les interventions de SPS et d'ASE dans les environnements éducatifs</li> </ul>	<p><b>Diapositive 2</b></p> <p><b>Notes à l'intention du facilitateur :</b> Examinez les objectifs d'apprentissage :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Définir les termes clés liés au bien-être et au soutien psychosocial</li> <li>• Identifier les symptômes du stress</li> <li>• Expliquer les effets du stress sur l'apprentissage et le développement</li> <li>• Donner des exemples de la façon dont les crises peuvent affecter le bien-être psychosocial des enfants et des jeunes</li> <li>• Identifier des exemples d'interventions de soutien psychosocial (SPS) et d'apprentissage social et émotionnel (ASE) dans des environnements éducatifs</li> <li>• Élaborer un plan d'action pour améliorer les interventions de SPS et d'ASE dans les environnements éducatifs</li> </ul>



### Diapositive 3

#### Formation basée sur les documents suivants :

Note d'orientation de l'INEE sur le soutien psychosocial



Document de référence de l'INEE sur le soutien psychosocial et l'apprentissage social et émotionnel dans les contextes affectés par des crises



### Diapositive 3

#### Matériel :

- Note d'orientation de l'INEE sur le soutien psychosocial
- Document de référence de l'INEE sur le soutien psychosocial et l'apprentissage social et émotionnel pour les enfants et les jeunes dans les contextes affectés par des crises

#### Notes à l'intention du facilitateur :

- Présentez les outils de SPS-ASE de l'INEE
- Encouragez les participants à utiliser ces outils pendant toute la journée.

#### Script :

Ce module fera référence à la Note d'orientation de l'INEE sur le soutien psychosocial et le Document de référence de l'INEE sur le soutien psychosocial et l'apprentissage social et émotionnel des enfants et des jeunes dans les contextes affectés par des crises. Ces deux documents sont d'excellents outils pour accompagner le travail de soutien psychosocial.

### Diapositive 4

#### Activité de groupe : Tenez-vous debout et déclarez

Écoutez les questions. Déplacez-vous vers le côté de la pièce qui correspond à votre réponse.

**NON** ←

→ **OUI**

1. Avez-vous déjà travaillé dans un contexte humanitaire ?
2. Avez-vous travaillé comme enseignant ou facilitateur d'apprentissage ?
3. Avez-vous travaillé dans la planification de programmes d'éducation ?
4. Avez-vous déjà suivi une formation sur le soutien psychosocial ou l'apprentissage social et émotionnel ?
5. Avez-vous de l'expérience en matière de soutien psychosocial en situation de crise humanitaire ?

### Diapositive 4

#### Notes à l'intention du facilitateur :

- Menez l'activité de la ligne sous la forme d'une évaluation des besoins pour mesurer le niveau de connaissances préalables des participants sur le sujet.
  - Les participants sont debout au centre de la salle.
  - À chaque question posée au groupe, les participants se déplacent vers le côté de la pièce qui correspond à leur réponse. « Oui » est à droite, « non » est à gauche.
  - Si vous avez le temps, demandez aux participants de partager brièvement leurs expériences respectives.

#### Script :

« Veuillez vous lever et vous déplacer vers le centre de la salle. Je vais vous poser quelques questions au sujet de votre expérience professionnelle. Si votre réponse à la question est « oui », veuillez vous déplacer vers le côté droit de la salle. Si votre réponse à la question est « non », veuillez vous déplacer vers le côté gauche de la salle. Si votre réponse est « je ne sais pas » vous pouvez rester au centre de la salle. Vous êtes prêts ? »



**Quelles sont les compétences et l'expérience que nous avons dans la salle ? Quelqu'un voudrait-il partager sa réponse ?**



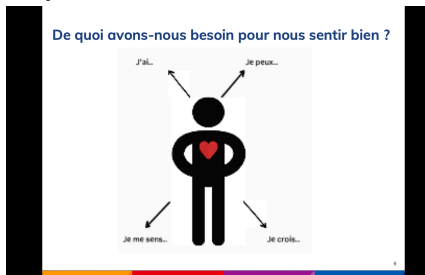
## Partie A : Définir les concepts clés

Durée totale de la Partie A : 105 minutes (175 minutes y compris les activités complémentaires)

### Section 1 : Le bien-être psychosocial

Durée : 15 minutes (35 minutes y compris les activités complémentaires)

#### Diapositive 6



#### Diapositive 6 (10 minutes)

##### Matériel :

- Document 1 : De quoi avons-nous besoin pour nous sentir bien ?
- Flipchart/tableau et marqueurs/craie

##### Notes à l'intention du facilitateur :

- Dessinez le diagramme (Diapositive 6) au tableau/sur le flipchart.
- Demandez aux participants « De quoi avons-nous besoin pour nous sentir bien/heureux/satisfait/à l'aise ? »
  - Sollicitez quelques exemples de réponses.
  - Distribuez le Document 1.
- **Option 1** : Brainstorming silencieux
  - Donnez 5 minutes aux participants en petits groupes pour faire un brainstorming sur des exemples pour chaque affirmation.
  - Distribuez les craies/marqueurs à chaque groupe. Invitez-les à écrire au moins 2-3 exemples au tableau/sur le flipchart, en regroupant les réponses similaires.
  - Discutez brièvement des réponses figurant au tableau/sur le flipchart.
- **Option 2** : Réfléchir - Discuter à 2 - Partager
  - Donnez 2-3 minutes aux participants pour faire un brainstorming sur des exemples de chaque affirmation, individuellement.
  - Demandez aux participants de choisir un partenaire avec qui partager/comparer leurs réponses.
  - Demandez aux groupes de deux de partager certaines de leurs réponses avec le groupe. Notez leurs réponses au tableau/sur le flipchart

##### Script :

Aujourd'hui, nous allons commencer par parler du bien-être.



**De quoi avons-nous besoin pour nous sentir bien/heureux/satisfait/à l'aise ?**

- Sollicitez quelques exemples parmi les participants. Si les participants sont plutôt silencieux, donnez un exemple ou deux pour les aider à démarrer la discussion.



### Option 1 : Brainstorming silencieux

Tournez-vous vers votre partenaire. Utilisez le Document 1 pour réfléchir pendant 5 minutes à des éléments ou objets, des capacités, des sentiments et des croyances dont nous avons tous besoin pour nous sentir bien. Puisez dans vos expériences personnelles et professionnelles pour identifier des exemples.

(Lorsque le temps est écoulé, distribuez les marqueurs/craies) SVP venez au tableau/flipchart et écrivez 2 ou 3 exemples dans la partie adéquate.

### Option 2 : Réfléchir - Discuter à 2 - Partager

Utilisez le Document 1 pour réfléchir pendant 3 minutes à des éléments ou objets, des capacités, des sentiments et des croyances dont nous avons tous besoin pour nous sentir bien. Puisez dans vos expériences personnelles et professionnelles pour identifier des exemples.

(Lorsque le temps est écoulé) Tournez-vous vers votre partenaire et comparez vos réponses. Vous avez 2 minutes pour discuter avec votre partenaire avant d'échanger en groupe.

#### **Exemples de réponses :**

- J'ai... de la nourriture et de l'eau, un abri, des services médicaux.
- Je peux... passer du temps avec ma famille, aller à l'école, jouer avec mes amis.
- Je me sens... en sécurité, soutenu, impliqué dans ma communauté.
- Je crois... selon mes croyances religieuses/spirituelles/culturelles, que j'ai un avenir positif.

Comme vous pouvez le constater avec les exemples au tableau/sur le flipchart, il y a des aspects physiques, sociaux et émotionnels du bien-être. Pour vous sentir bien, vos besoins physiques et biologiques doivent être satisfaits avec, par exemple : de la nourriture et de l'eau, un abri, des services médicaux. Vos besoins sociaux et émotionnels doivent aussi être satisfaits : vous sentir en sécurité, avoir des relations positives avec votre famille et votre communauté, et être en mesure de pratiquer vos traditions religieuses et culturelles.

En situation d'urgence, les besoins biologiques et matériels des gens sont souvent les plus visibles. Les besoins sociaux, émotionnels, mentaux, culturels et spirituels sont parfois plus difficiles à identifier.



**Pourquoi peut-il être important de comprendre ce dont une personne a besoin pour se sentir bien ?**

**Exemple de réponse :** Pour pouvoir planifier et fournir un soutien efficace, nous devons comprendre le bien-être et comment il peut être influencé par divers facteurs.



## Diapositive 7

### Comment les crises humanitaires affectent-elles le bien-être psychosocial ?

Les catastrophes environnementales représentent souvent une menace directe pour la vie, la destruction continue des infrastructures et des niveaux élevés de stress et de tension.

Les catastrophes d'origine humaine conduisent souvent à un conflit prolongé et à une urgence chronique. Elles ne causent pas forcément de menaces graves à la vie, mais plutôt une tension continue et une peur persistante.

Les deux perturbent tous les aspects de la vie quotidienne, notamment le logement, la santé, l'assainissement, les loisirs et l'éducation. Elles perturbent les relations familiales et la cohésion sociale et génèrent des sentiments d'incertitude, de peur, de colère et de perte.

## Diapositive 7 (5 minutes)

### Matériel :

- Document 1 : De quoi avons-nous besoin pour nous sentir bien ?

### Notes à l'intention du facilitateur :

- Expliquez l'information présentée sur la diapositive.
- Demandez aux participants de se référer au Document 1 : soulignez les aspects du bien-être qui peuvent être menacés par des catastrophes environnementales, soulignez d'un trait ondulé les aspects du bien-être qui peuvent être menacés par des catastrophes d'origine humaine et entourez les aspects du bien-être qui peuvent être affectés par les deux.

### Script :

Les crises humanitaires sont en augmentation sur toute la planète. Il se produit un nombre croissant de catastrophes environnementales liées au changement climatique qui causent le déplacement de communautés entières. Les catastrophes environnementales comme les ouragans, les tremblements de terre, les tsunamis, les sécheresses, les cyclones, les épidémies, les inondations et les glissements de terrain détruisent souvent les infrastructures et représentent des menaces directes pour la vie.

Les catastrophes humanitaires peuvent aussi être d'origine humaine, causées par les conflits et la violence. Les catastrophes d'origine humaine conduisent souvent à des conflits prolongés, qui ne causent pas forcément de menaces graves à la vie, mais plutôt une tension continue et une peur persistante.

Les catastrophes environnementales ainsi que celles d'origine humaine perturbent tous les aspects de la vie quotidienne, y compris le logement, la santé, l'assainissement, le divertissement et l'éducation. Elles perturbent les relations familiales et la cohésion sociale et génèrent des sentiments d'incertitude, de peur, de colère et de perte.

Les enfants comptent parmi les plus vulnérables en situation de crise. Même lorsque les enfants survivent à une crise, leur bien-être psychosocial peut être gravement compromis.

Se référer au Document 1. Avec un partenaire, soulignez d'un trait droit les aspects du bien-être qui peuvent être menacés par les catastrophes environnementales, soulignez en pointillés les aspects du bien-être qui peuvent être menacés par les catastrophes d'origine humaine et entourez les aspects du bien-être qui peuvent être affectés par les deux.



**Est-ce que quelqu'un aimerait partager ses réponses ?**



## Diapositive 8

### Activité de groupe : Le bien-être

Discutez dans vos groupes :

- Comment ces activités favorisent-elles le bien-être ?
- Comment le bien-être des gens serait-il affecté s'ils ne pouvaient plus pratiquer ces activités ?



## Diapositive 8 : **Activité complémentaire** (20 minutes)

**Objectif :** S'exercer à relier les activités/pratiques quotidiennes au bien-être psychosocial. Au cours de cette activité, les participants discuteront de comment les activités courantes, comme pratiquer un sport ou passer du temps en famille, favorisent le bien-être psychosocial.

### Matériel :

- Annexe 1 : Photos de l'activité
- Annexe 2 : Photos de l'activité - Notes de facilitation

### Notes à l'intention du facilitateur :

- Divisez les participants en petits groupes et distribuez une photo de l'annexe 1 à chaque groupe.
- Demandez aux petits groupes de parler des activités qu'ils observent sur leur photo, en utilisant les questions de la Diapositive 8.
  - Comment ces activités favorisent-elles le bien-être ?
  - Comment le bien-être des gens serait-il affecté s'ils ne pouvaient plus pratiquer ces activités ?
- Invitez les participants à partager ce qu'ils ont discuté. Utilisez les notes de facilitation en Annexe 2 pour vous aider à structurer cette discussion.

### Script :

Chaque groupe doit maintenant avoir une photo d'une activité ou d'une pratique quotidienne. En petits groupes, passez 10 minutes à discuter les questions de la Diapositive 8 :

- Comment votre activité favorise-t-elle le bien-être ?
- Comment le bien-être des gens serait-il affecté s'ils ne pouvaient plus pratiquer votre activité ?

Assurez-vous de penser à discuter comment des gens de différents âge, genres, capacités, etc. seraient affectés.

Après 10 minutes, nous partagerons nos discussions en groupe.

## Section 2 : Le stress

Durée : 40 minutes (70 minutes avec les activités complémentaires)

## Diapositive 10

## Diapositive 10: **Activité complémentaire** (10 minutes)

**Objectif :** Montrer que les gens vivent le stress de façon différente et familiariser les participants avec les différents types de symptômes du stress.

### Matériel



Discussion en groupe : Qu'est-ce que le stress ?

1. Quelles sont les situations que vous trouvez stressantes ?
2. Comment vous sentez-vous physiquement lorsque vous êtes stressé ?
3. Comment vous sentez-vous émotionnellement lorsque vous êtes stressé ?
4. Comment agissez-vous lorsque vous êtes stressé ? (ex : Vous rongez-vous les ongles ?)

- Document 2: Qu'est-ce que le stress ?

**Notes à l'intention du facilitateur :**

- Distribuez le Document 2 : Qu'est-ce que le stress ?
- Demandez aux participants de passer 2 minutes à répondre aux questions de la première colonne. Note : *Il peut être utile de lire d'abord les questions avec la classe.*
  - Quelles sont les situations que vous trouvez stressantes ?
  - Comment vous sentez-vous physiquement lorsque vous êtes stressé ?
  - Comment vous sentez-vous émotionnellement lorsque vous êtes stressé ?
  - Comment agissez-vous lorsque vous êtes stressé ?
- Demandez aux participants de choisir 2 nouveaux partenaires qu'ils devront interviewer. Ils auront 6 minutes pour parler avec leurs partenaires et prendront note de leurs réponses. Invitez les participants à interviewer des personnes avec lesquelles ils n'ont pas encore travaillé.

**Script :**



**Qu'est-ce que le stress ?**

Le Document 2 contient un certain nombre de questions sur le stress. Prenez 2 minutes pour réfléchir et répondre aux questions personnelles du Document 2. Prenez quelques notes dans la colonne « Moi ! » pour vous aider à vous souvenir de vos réponses.

- Les participants disposeront de 2 minutes pour répondre aux questions.

Maintenant que vous avez répondu aux questions personnelles, vous allez choisir deux nouveaux partenaires à interviewer. Vous avez 6 minutes pour poser les mêmes questions à vos partenaires et prendre en note leurs réponses. Écrivez le nom de la personne à laquelle vous avez parlé en haut de la colonne (à la mention « Nom »). Veuillez discuter avec des personnes avec lesquelles vous n'avez pas encore travaillé.

- Les participants auront 6 minutes pour s'interviewer les uns les autres.



**Est-ce que tout le monde a répondu de la même façon ? (Non)  
Pourquoi, à votre avis ?**

Le stress ne signifie pas la même chose pour tout le monde et les réactions au stress peuvent être très différentes. Un événement qui génère du stress pour une personne peut ne pas en causer à une autre. Dans certains cas, le stress peut être sain, vous donner de l'énergie et vous motiver à accomplir vos tâches de manière efficace.



## Diapositive 11

### Types de symptômes du stress

Les **symptômes physiques** se réfèrent aux réactions de votre corps. (exemple : maux de tête)

Les **symptômes émotionnels** se réfèrent à vos émotions et à votre état d'esprit. (exemple : se sentir dépassé)

Les **symptômes cognitifs** se réfèrent à votre capacité de penser et de traiter l'information. (exemple : difficulté à se concentrer)

Les **symptômes comportementaux** se réfèrent à vos actions. (exemple : se ronger les ongles)

## Diapositive 11 (5 minutes)

### Notes à l'intention du facilitateur :

- Expliquez les différences entre les symptômes physiques, émotionnels, cognitifs et comportementaux du stress.
- Demandez aux participants d'identifier des exemples de chaque type de stress

### Script :

Le stress associé au fait de vivre/travailler dans une situation humanitaire peut avoir un impact direct sur le bien-être. Mais les gens gèrent le stress de différentes manières et donc, un événement qui peut être stressant ou même traumatique pour une personne peut ne pas être stressant pour une autre. De plus, les gens réagissent au stress de différentes manières et leurs symptômes de stress peuvent donc aussi être différents. Il y a quatre types de symptômes de stress :

- Les symptômes physiques se réfèrent à ce que votre corps ressent. Par exemple : souffrir de maux de tête.
- Les symptômes émotionnels se réfèrent à vos sentiments et à votre état d'esprit. Par exemple : se sentir dépassé.
- Les symptômes cognitifs se réfèrent à votre aptitude à penser et à traiter l'information. Par exemple : avoir de la difficulté à se concentrer.
- Les symptômes comportementaux se réfèrent à vos actions. Par exemple : se ronger les ongles.



**Pouvez-vous penser à des exemples de chaque type de symptôme du stress ?**

## Diapositive 12

### Types de symptômes du stress

physique <small>ce que votre corps ressent</small>	émotionnel <small>vos sentiments et votre état d'esprit</small>	cognitif <small>votre capacité de penser et de traiter l'information</small>	comportemental <small>vos actions</small>

## Diapositive 12 : (10 minutes)

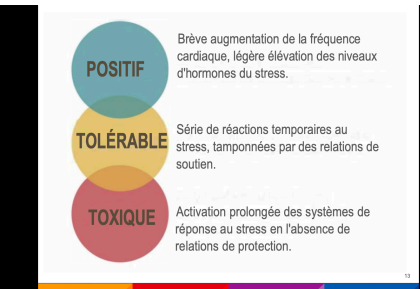
### Matériel :

- Annexe 3 Activité d'association des symptômes du stress
- Document 3: Symptômes du stress
- Tableau et craie ou flipchart et marqueurs
- Ruban adhésif ou pâte adhésive

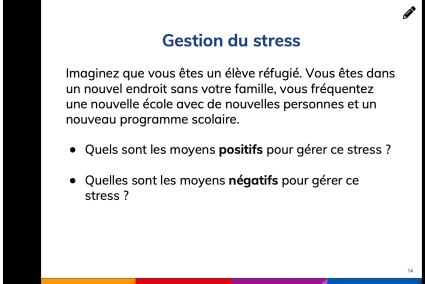

### Notes à l'intention du facilitateur :

- Dessinez le tableau de la Diapositive 12 au tableau ou sur le flipchart.
- Constituez des groupes de 2-3 participants.
- Distribuez 3-4 fiches de symptômes du stress de l'Annexe 3 par groupe.
- Les groupes de deux auront 3 minutes pour identifier les types de symptômes de stress (physique, émotionnel, cognitif, ou comportemental) qui correspondent à chaque symptôme indiqué sur la fiche qui leur a été donnée.
- Une fois que les participants ont décidé, ils collent leurs fiches dans la colonne adéquate sur le tableau/flipchart (en utilisant du



	<p>ruban adhésif ou de la pâte adhésive)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Quand tout le monde a terminé, discutez des symptômes de stress.</li> <li>• Distribuez le <u>Document 3</u> dans lequel figurent les réponses sur les symptômes de stress APRÈS l'activité pour permettre aux participants de s'y référer après la formation. Demandez aux participants d'ajouter le cas échéant des symptômes au document distribué.</li> </ul> <p><b>Script :</b></p> <p>Maintenant, votre partenaire et vous allez recevoir plusieurs fiches de papier. Sur chaque fiche, il y a un symptôme de stress. Avec votre partenaire, décidez si chaque symptôme est physique, émotionnel, cognitif ou comportemental. Lorsque vous avez décidé, veuillez placer les symptômes dans la colonne adéquate sur le tableau/flipchart.</p> <p><b>?</b> Est-ce que tous les symptômes sont dans la bonne colonne ? Y a-t-il des symptômes qui vous ont surpris ? Y a-t-il d'autres symptômes que vous souhaiteriez ajouter ?</p>
<p><b>Diapositive 13</b></p> 	<p><b>Diapositive 13 (10 minutes)</b></p> <p><b>Matériel :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>Document 4</u> - Stress positif, tolérable et toxique</li> </ul> <p><b>Notes à l'intention du facilitateur :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Distribuez le <u>Document 4</u>.</li> <li>• Expliquez la différence entre le stress positif, tolérable et toxique. Posez aux participants des questions de vérification de concept, pour vous assurer qu'ils ont compris la différence entre les différents niveaux de stress.</li> <li>• Demandez aux participants de faire un brainstorming sur des exemples de stress positif, tolérable et toxique du <u>Document 4</u>.</li> </ul> <p><b>Script :</b></p> <p>Maintenant que nous en savons plus sur les symptômes du stress, parlons des niveaux de stress. Face aux risques, les enfants ont trois niveaux de réaction au stress : positif, tolérable et toxique.</p> <p><b>?</b> Qu'est-ce que le stress positif, tolérable et toxique ? Est-ce que quelqu'un peut donner une définition ou un exemple ?</p> <p>Une <b>réaction positive au stress</b> est une réaction brève et plutôt légère. Ce type de stress fait partie de la vie et constitue un élément essentiel d'un apprentissage et d'un développement sain. Comme exemple de stress positif, on peut citer le fait de se sentir nerveux le premier jour dans une nouvelle école.</p>



	<p>Une <b>réaction tolérable au stress</b> est un stress à court terme, mais plus grave. Il peut être déclenché par des expériences plus graves, comme la mort naturelle d'un membre de la famille. Des relations de soutien avec leurs gardiens aident les enfants à s'adapter au stress tolérable et peuvent considérablement réduire le risque de préjudice permanent à la santé et à l'apprentissage.</p> <p><b>?</b> <b>Quelle est la différence entre le stress positif et le stress tolérable ?</b>  <b>Exemple de réponse :</b> Le stress tolérable est causé par un événement plus grave.</p> <p>Une <b>réaction toxique au stress</b> est la plus grave. Elle peut survenir lorsque les enfants vivent un stress intense, fréquent ou prolongé sans relation de soutien pour les aider à y faire face. Les événements pouvant déclencher une réaction de stress toxique comprennent la maltraitance des enfants, la négligence et l'exposition à la violence.</p> <p>Une exposition prolongée au stress toxique peut endommager le cerveau et perturber son développement, entraînant des déficiences de la mémoire, de la prise de décision, de la régulation émotionnelle et de l'apprentissage.</p> <p><b>?</b> <b>Quelle est la différence entre stress toxique et stress tolérable ?</b>  <b>Exemple de réponse :</b> Le stress tolérable est à plus court terme. Le stress toxique est la conséquence d'un stress répété ou à plus long terme. Le stress toxique survient si un enfant n'a pas de relation de soutien qui l'aident à le supporter.</p> <p><b>?</b> <b>Avez-vous d'autres exemples de stress positif, tolérable et toxique ?</b></p>
<p><b>Diapositive 14</b></p> 	<p> <b>Diapositive 14</b> (10 minutes)</p> <p><b>Notes à l'intention du facilitateur :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demandez aux participants d'imaginer qu'ils sont un élève réfugié.</li> <li>• Demandez aux participants de faire un brainstorming sur les mécanismes d'adaptation positifs et négatifs qui interviennent pour gérer le stress ressenti par un élève réfugié <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Note : Vous pouvez faire un brainstorming sur 1 ou 2 réponses en groupe avant de continuer les discussions en petits groupes.</li> </ul> </li> </ul> <p><b>Script :</b>  Faisons un jeu de rôle rapide. Imaginez que vous êtes un élève réfugié. Vous êtes seul dans un nouveau pays, loin de vos amis et de votre</p>



famille. Vous allez à une nouvelle école avec des gens que vous ne connaissez pas, un nouveau programme scolaire et peut-être une nouvelle langue. Votre éducation a été perturbée, alors vous n'êtes peut-être pas au niveau ou vous avez du mal à l'école.



**Êtes-vous stressé ? Quels sont certains des facteurs qui causent votre stress ?**

**Exemples de réponses :** Vous vivez dans l'incertitude, éloigné de vos relations familiales de soutien, vous avez possiblement vécu un traumatisme dans le passé, vous ne vous sentez peut-être pas en sécurité, vous allez à une nouvelle école dans un environnement inconnu, le programme/la langue de l'enseignement sont peut-être différents, vous avez peut-être du mal ou vous n'êtes pas au niveau à l'école.

S'il vous plaît, avec votre partenaire, passez 4-5 minutes à discuter des questions sur la diapositive 14.

- Quels sont les moyens positifs/productifs de gérer les facteurs de stress dont nous venons de parler ?
- Quelles sont les façons négatives/potentiellement dommageables de gérer ces facteurs de stress ?

Après avoir réfléchi à quelques réponses aux deux questions, nous les partagerons en groupe.



**Quels sont les moyens positifs de gérer ce stress ?**

**Exemples de réponses :** Prendre de grandes respirations ; pratiquer la pleine conscience ; participer à des activités (comme le sport, l'art, la musique) qui vous rendent heureux ; demander de l'aide à vos pairs et/ou à vos enseignants ; participer à des activités communautaires ou religieuses ; faire appel à nos professionnels de la santé mentale.



**Quels sont les moyens négatifs de gérer ce stress ?**

**Exemples de réponses :** S'exprimer de manière colérique ou en adoptant un comportement violent ; participer à des comportements à risque ; décrochage scolaire, participer au travail des enfants.

## Diapositive 15

### Résilience

La résilience est la capacité à faire face au stress et à s'adapter aux défis. La résilience survient lorsque les facteurs de protection favorisant le bien-être sont plus puissants que les facteurs de risque causant des dommages.

Quels sont les facteurs qui augmentent la résilience ?



## Diapositive 15 (5 minutes)

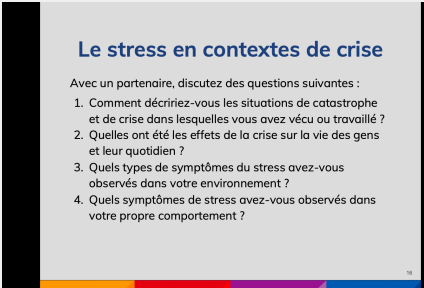
**Notes à l'intention du facilitateur :**

- Présenter l'information sur les diapositives.
- Demandez aux participants de donner des exemples personnels.

**Script :**

Les enfants et les jeunes ont des expériences diverses, ainsi qu'une variété de stratégies d'adaptation et de réponses aux catastrophes ou conflits. Certains ne nécessitent qu'une attention à leurs besoins



	<p>physiques et psychosociaux de base, tandis que d'autres peuvent être très perturbés et traumatisés.</p> <p>Le bien-être psychosocial d'une personne dépend des ressources disponibles et de sa capacité à relever des défis. Nous appelons cela la <b>résilience</b>. La résilience survient lorsque les facteurs de protection qui favorisent le bien-être sont plus puissants que les facteurs de risque qui causent des dommages.</p> <p><b>?</b> <b>Pouvez-vous citer certains facteurs qui augmentent la résilience ?</b> Encouragez les participants à s'inspirer de leur expérience en tant que parents, membres de la communauté, enseignants et praticiens de l'éducation en situations d'urgence. <b>Exemples de réponses :</b> Relations de soutien, environnements d'apprentissage sûrs et ouverts, routines.</p> <p>Si vous souhaitez en apprendre davantage sur la résilience, vous devriez lire le white paper de l'USAID <a href="#">sur l'éducation et la résilience</a>.</p>
<p><b>Diapositive 16</b></p>  <p><b>Le stress en contextes de crise</b></p> <p>Avec un partenaire, discutez des questions suivantes :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Comment décririez-vous les situations de catastrophe et de crise dans lesquelles vous avez vécu ou travaillé ?</li> <li>2. Quelles ont été les effets de la crise sur la vie des gens et leur quotidien ?</li> <li>3. Quels types de symptômes du stress avez-vous observés dans votre environnement ?</li> <li>4. Quels symptômes de stress avez-vous observés dans votre propre comportement ?</li> </ol>	<p><b>Diapositive 16 : <i>Activité complémentaire (20 minutes)</i></b></p> <p><b>Objectif :</b> Renforcer les concepts de bien-être et de stress, en encourageant les participants à les appliquer à leurs propres expériences.</p> <p><b>Notes à l'intention du facilitateur :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demandez aux participants de discuter des questions figurant sur la <u>diapositive 16</u> en petits groupes. <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Comment décririez-vous la catastrophe et les situations de crise dans lesquelles vous vivez / travaillez ?</li> <li>○ Quelles ont été les effets de la crise sur la vie des gens et leur quotidien ?</li> <li>○ Quels types de symptômes du stress avez-vous observés dans votre environnement ?</li> <li>○ Quels symptômes de stress avez-vous observés dans votre propre comportement ?</li> </ul> </li> </ul> <p><b>Script :</b> Veuillez discuter, en petits groupes, des questions sur la <u>diapositive 16</u>. Vous aurez dix minutes pour en discuter, puis nous échangerons en groupe.</p>



Section 3 : Soutien psychosocial et apprentissage social et émotionnel

Durée : 50 minutes (70 minutes avec les activités complémentaires)

Diapositive 18



Diapositive 18 (5 minutes)

Notes à l'intention du facilitateur :

- Expliquez le concept de bien-être psychosocial.

Script :

Le **bien-être psychosocial** est influencé par les forces psychologiques et les expériences sociales positives.

- Les **forces psychologiques** incluent des pratiques, des croyances et des rituels qui donnent un sens à la vie. Ces activités nous permettent de nous sentir en sécurité et d'améliorer notre santé mentale.
- Les **expériences sociales positives**, comme nos relations avec des membres de la famille et de la communauté qui nous soutiennent, créent un sentiment d'appartenance. Les familles et les communautés jouent un rôle essentiel dans le soutien du bien-être psychosocial.

Diapositive 19



Diapositive 19 : (20 minutes)

Matériel :

- Document 5: Besoins en SPS et interventions

Notes à l'intention du facilitateur :



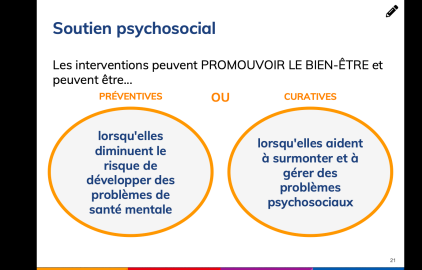

- Présentez l'information sur la diapositive.
- Expliquez aux participants qu'ils devront utiliser le Document 5 pour trouver des exemples de besoins des enfants et d'interventions SPS possibles en milieu scolaire / en classe.
- Faites un compte rendu en demandant à chaque équipe ou groupe de donner une réponse. Faites le tour de la salle jusqu'à ce qu'une intervention ait été donnée pour chaque besoin.
- Remarque : si vous êtes pressé par le temps, n'attribuez qu'un seul besoin psychosocial du Document 5 à chaque groupe, puis faites-les présenter.

Script :

**Soutien psychosocial** : (SPS) est le processus et les actions qui favorisent le bien-être global d'une personne dans son monde social et peuvent faciliter la résilience au sein des individus, des familles et des communautés.

Pour les enfants en particulier, plusieurs besoins doivent être satisfaits pour assurer leur bien-être psychosocial à travers des interventions de



	<p>soutien psychosocial. Parmi ceux-ci :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sentiment d'appartenance</li> <li>2. Stimulation intellectuelle</li> <li>3. Stimulation physique</li> <li>4. Attachements personnels</li> <li>5. Se sentir valorisé</li> <li>6. Relations avec les pairs</li> </ol> <p><b>? Y a-t-il des besoins manquant à cette liste ? Quels pourraient être les besoins d'un enfant ayant des aptitudes différentes ?</b> (Prenez les réponses du public et ajoutez-les au tableau ou flipchart).</p> <p>Avec un partenaire ou en petits groupes, utilisez le <u>Document 5</u> pour trouver des exemples de SPS à partir de votre propre expérience.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Quel serait un exemple positif de chaque besoin ? (Exemples où les besoins des enfants sont satisfaits)</li> <li>• Quel serait un exemple négatif de chaque besoin ? (Exemples où les besoins des enfants ne sont <u>pas</u> satisfaits)</li> <li>• Quelle serait une intervention possible (à l'école ou en classe) pour améliorer le bien-être des enfants en fonction de chaque besoin ?</li> </ul> <p><b>? Quelqu'un voudrait-il partager ses exemples d'interventions ?</b></p>														
<p><b>Diapositive 20</b></p>  <table border="1"> <thead> <tr> <th>Besoins des enfants</th><th>Interventions psychosociales possibles</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Un sentiment d'appartenance</td><td>Établir une structure éducative où les enfants se sentent inclus. Promouvoir le rattachement des pratiques culturelles et traditionnelles de garde d'enfants, dans la mesure du possible.</td></tr> <tr> <td>Relations avec les pairs</td><td>Offrir une routine facile et interactive, par le biais de l'école ou d'autres activités éducatives organisées. Offrir des activités de groupe et d'équipe (sports, théâtre, etc.) qui exigent la coopération et la dépendance les uns envers les autres.</td></tr> <tr> <td>Attachements personnels</td><td>Faire appel à des enseignants capables d'établir des relations de soins appropriées avec les enfants. Offrir des possibilités d'intégration et d'unité sociales en enseignant et en respectant toutes les valeurs culturelles, spirituelles et les autres.</td></tr> <tr> <td>Stimulation intellectuelle</td><td>Animer le développement de l'enfant en lui offrant une variété d'expériences éducatives.</td></tr> <tr> <td>Stimulation physique</td><td>Encourager les activités récréatives et créatives, tant traditionnelles que nouvelles, par le biais de jeux, de sports, de musique, de danse, etc.</td></tr> <tr> <td>Se sentir valorisé</td><td>Créer des occasions d'expression par le biais de discussions individuelles ou en groupe, le dessin, l'écriture, le théâtre, la musique, etc. qui favorisent la fierté et la confiance en soi. Reconnaître, encourager et féliciter les enfants.</td></tr> </tbody> </table>	Besoins des enfants	Interventions psychosociales possibles	Un sentiment d'appartenance	Établir une structure éducative où les enfants se sentent inclus. Promouvoir le rattachement des pratiques culturelles et traditionnelles de garde d'enfants, dans la mesure du possible.	Relations avec les pairs	Offrir une routine facile et interactive, par le biais de l'école ou d'autres activités éducatives organisées. Offrir des activités de groupe et d'équipe (sports, théâtre, etc.) qui exigent la coopération et la dépendance les uns envers les autres.	Attachements personnels	Faire appel à des enseignants capables d'établir des relations de soins appropriées avec les enfants. Offrir des possibilités d'intégration et d'unité sociales en enseignant et en respectant toutes les valeurs culturelles, spirituelles et les autres.	Stimulation intellectuelle	Animer le développement de l'enfant en lui offrant une variété d'expériences éducatives.	Stimulation physique	Encourager les activités récréatives et créatives, tant traditionnelles que nouvelles, par le biais de jeux, de sports, de musique, de danse, etc.	Se sentir valorisé	Créer des occasions d'expression par le biais de discussions individuelles ou en groupe, le dessin, l'écriture, le théâtre, la musique, etc. qui favorisent la fierté et la confiance en soi. Reconnaître, encourager et féliciter les enfants.	<p> <b>Diapositive 20</b> (2,5 minutes)</p> <p><b>Notes à l'intention du facilitateur :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Partagez la diapositive avec les réponses une fois que les participants ont donné au moins un exemple d'intervention de SPS pour chaque besoin.</li> <li>• Répondez aux questions supplémentaires que les participants pourraient avoir.</li> </ul>
Besoins des enfants	Interventions psychosociales possibles														
Un sentiment d'appartenance	Établir une structure éducative où les enfants se sentent inclus. Promouvoir le rattachement des pratiques culturelles et traditionnelles de garde d'enfants, dans la mesure du possible.														
Relations avec les pairs	Offrir une routine facile et interactive, par le biais de l'école ou d'autres activités éducatives organisées. Offrir des activités de groupe et d'équipe (sports, théâtre, etc.) qui exigent la coopération et la dépendance les uns envers les autres.														
Attachements personnels	Faire appel à des enseignants capables d'établir des relations de soins appropriées avec les enfants. Offrir des possibilités d'intégration et d'unité sociales en enseignant et en respectant toutes les valeurs culturelles, spirituelles et les autres.														
Stimulation intellectuelle	Animer le développement de l'enfant en lui offrant une variété d'expériences éducatives.														
Stimulation physique	Encourager les activités récréatives et créatives, tant traditionnelles que nouvelles, par le biais de jeux, de sports, de musique, de danse, etc.														
Se sentir valorisé	Créer des occasions d'expression par le biais de discussions individuelles ou en groupe, le dessin, l'écriture, le théâtre, la musique, etc. qui favorisent la fierté et la confiance en soi. Reconnaître, encourager et féliciter les enfants.														
<p><b>Diapositive 21</b></p>  <p><b>Soutien psychosocial</b></p> <p>Les interventions peuvent <b>PROMOUVOIR LE BIEN-ÊTRE</b> et peuvent être...</p> <p><b>PRÉVENTIVES</b> OU <b>CURATIVES</b></p> <p><b>PRÉVENTIVES</b> : lorsqu'elles diminuent le risque de développer des problèmes de santé mentale</p> <p><b>CURATIVES</b> : lorsqu'elles aident à surmonter et à gérer des problèmes psychosociaux</p>	<p> <b>Diapositive 21</b> (2,5 minutes)</p> <p><b>Notes à l'intention du facilitateur :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Présentez l'information sur la diapositive</li> </ul> <p><b>Script :</b></p> <p>Les interventions de soutien psychosocial favorisent le bien-être. Les interventions peuvent être <u>préventives</u>, c'est-à-dire qu'elles visent à diminuer les risques qu'un enfant ne développe des problèmes de santé mentale. Les interventions peuvent également être <u>curatives</u>, à savoir qu'elles aident les enfants à vivre avec ou à surmonter leurs problèmes psychosociaux.</p>														



## Diapositive 22



## Diapositive 22 (20 minutes)

### Matériel :

- Document 6: Compétences d'ASE et interventions

### Notes à l'intention du facilitateur :

- Présentez l'information sur la diapositive
- Expliquez aux participants qu'ils devront utiliser le Document 6 pour structurer une discussion sur comment les compétences d'ASE sont utiles/importantes et comment elles peuvent être renforcées.
- Faites un compte rendu en demandant à chaque équipe ou groupe de donner une réponse.
- Note : si vous êtes pressés par le temps, n'assignez qu'une seule compétence d'ASE du Document 6 à chaque groupe, puis faites-les présenter.

### Script :

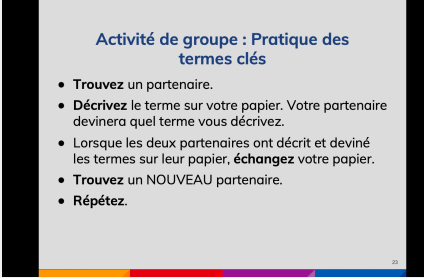
L'apprentissage social et émotionnel (ASE) est une composante importante du soutien psychosocial. En général, les programmes de soutien psychosocial ouvrent la voie à l'apprentissage social et émotionnel. L'apprentissage social et émotionnel (ASE) fait référence aux processus et actions qui favorisent la conscience de soi, l'alphabétisation émotionnelle, la résilience et la confiance en soi. Ceux-ci sont essentiels au bien-être et à l'apprentissage à l'école. Probablement la plus grande particularité de l'ASE est d'être intentionnellement lié à la pédagogie. Conçu et mis en œuvre dans des espaces d'apprentissage, il fait idéalement partie intégrante du programme scolaire (curriculum).

L'apprentissage social et émotionnel peut être considéré comme une approche pédagogique. Grâce à l'apprentissage social et émotionnel, les enfants et les jeunes acquerront les compétences nécessaires pour reconnaître et gérer leurs émotions. Cela peut les aider à prendre des décisions responsables, à établir des relations positives et à gérer les défis interpersonnels de manière constructive.

Avec un partenaire ou en petits groupes, discutez des compétences d'ASE utiles / importantes et de la manière dont elles peuvent être renforcées. Utilisez le Document 6 pour prendre de brèves notes sur votre discussion.

- Dans le cercle intérieur : pourquoi chaque compétence est-elle importante ? En quoi est-ce bénéfique pour l'enfant de posséder chacune des compétences ?
- Dans le cercle extérieur : comment pouvez-vous développer ou renforcer chaque compétence ? Quels types d'interventions seraient appropriés ?



	<p><b>? Est-ce que quelqu'un voudrait partager quelques conclusions de leurs discussions ?</b></p> <p>Le cadre d'apprentissage social et émotionnel que nous avons discuté est <a href="#">le cadre CASEL</a>, mais de nombreux autres cadres sont également utilisés dans l'éducation en situations d'urgence.</p>
<p><b>Diapositive 23</b></p> 	<p><b>Diapositive 23 : <i>Activité complémentaire (20 minutes)</i></b></p> <p><b>Objectif :</b> Renforcer les nouveaux concepts et termes introduits dans la partie A de la formation. Cette activité évaluera la compréhension et la capacité des participants à expliquer les termes clés.</p> <p><b>Matériel :</b>  <a href="#">Annexe 4</a>: Pratique des termes clés</p> <p><b>Notes à l'intention du facilitateur :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Distribuez un papier contenant un terme clé de <a href="#">l'annexe 4</a> à chaque participant. Dites aux participants de garder leur papier secret. Selon le nombre de participants, il peut être nécessaire de répéter certains termes.</li> <li>• Demandez aux participants de se lever et de trouver un partenaire.</li> <li>• Expliquez aux participants que, par groupes de deux, ils doivent expliquer leurs termes clés et deviner de quel terme il s'agit.</li> <li>• Une fois que les deux partenaires ont expliqué et deviné correctement, ils doivent échanger leurs papiers contenant un terme clé et trouver un nouveau partenaire avec lequel répéter le processus. <i>Remarque : il peut être utile de faire la démonstration devant le groupe, pour s'assurer que tous les participants aient compris.</i></li> <li>• Après 10-15 minutes, demandez aux participants de retourner à leur place.</li> <li>• Demandez à quelques participants confiants de décrire leurs termes clés et de laisser le groupe entier deviner les termes.</li> </ul> <p><b>Script :</b></p> <p>Nous avons appris beaucoup de nouveaux termes aujourd'hui, alors nous allons maintenant les mettre en pratique ! Chacun de vous devrait avoir un bout de papier avec un terme clé. Ne montrez votre papier à personne ! Nous allons faire un petit quiz.</p> <p>Tout le monde doit se lever et trouver un partenaire. Un des partenaires doit décrire le terme inscrit sur son papier. L'autre partenaire doit essayer de deviner de quel terme il s'agit. Ensuite, vous changerez de rôle : le second partenaire expliquera, et le premier devinera. Une fois que vous avez deviné correctement, changez de papier, trouvez un nouveau partenaire et recommencez.</p> <p><b>? Quelqu'un voudrait-il expliquer son terme à l'ensemble du groupe ? Nous devinerons quel est votre terme.</b></p>



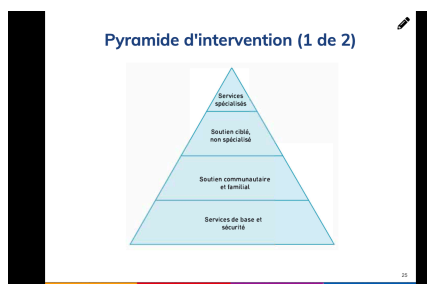
## Partie B : Stratégies de promotion du bien-être psychosocial par l'éducation

Durée totale pour la partie B : 90 minutes (135 minutes avec les activités complémentaires)

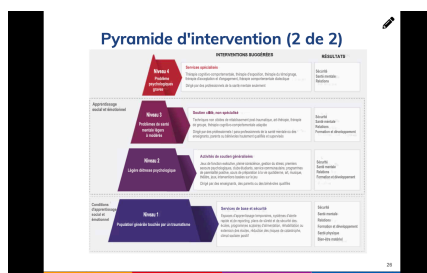
### Section 4 : Interventions de SPS et ASE

45 minutes (60 minutes avec les activités complémentaires)

#### Diapositive 25



#### Diapositive 26



#### Diapositive 25 et 26 (15 minutes)

##### Matériel :

Document 7: Pyramide d'intervention de SPS et ASE

Annexe 5: Feuille de réponse pour la pyramide d'intervention de SPS et ASE

##### Notes à l'intention du facilitateur :

- Expliquez les différents niveaux de la pyramide d'intervention
- Distribuez le Document 7.
- Demandez aux participants de travailler en groupes de 2 ou 3 pour faire correspondre les exemples d'interventions aux différents niveaux de la pyramide indiqués dans le Document 7. Remarque : il peut être utile de modéliser cette activité en groupe avant de demander aux participants de travailler en binôme.
- Comparez les réponses en groupe. Utilisez la feuille de réponse de l'annexe 5 pour vérifier les réponses des participants.

##### Script :

Maintenant que vous connaissez quelques termes clés en soutien psychosocial et apprentissage social et émotionnel, examinons maintenant quelques stratégies d'interventions en SPS et ASE.

Comme vous pouvez le voir sur la pyramide, il y a quatre niveaux d'interventions de soutien psychosocial et d'apprentissage social et émotionnel : **services de base et sécurité, soutien communautaire et familial, soutien ciblé, soutien non spécialisé et services spécialisés.**

- Le niveau **services de base et de sécurité** présente l'éducation comme un service essentiel pour créer une routine et une normalité après une situation d'urgence. Quelques exemples de ce niveau sont : l'ouverture d'écoles, d'espaces non officiels pour l'éducation des enfants et des jeunes et la formation des enseignants.
- Le niveau **soutien communautaire et familial** présente les écoles comme des ponts entre les systèmes de soutien familial et communautaire. Voici quelques exemples de ce niveau : associations de parents d'élèves et d'enseignants et conseils scolaires.
- Le niveau **soutien ciblé, non spécialisé** reconnaît que certains apprenants ont besoin de plus de soutien que d'autres. Par exemple : le soutien de groupe ou entre pairs dans les écoles.
- Le niveau **services spécialisés** reconnaît que la plupart des apprenants vulnérables peuvent avoir besoin de soutien supplémentaire à l'extérieur d'un environnement scolaire. Par exemple : référence aux professionnels de la santé mentale.



Avec un partenaire, associez les interventions du Document 7 aux niveaux de la pyramide d'intervention.



**Pouvez-vous penser à d'autres interventions de SPS et ASE ?**  
**Avez-vous mis en œuvre l'une de ces interventions antérieurement ?**  
**Qu'est-ce qui a bien fonctionné ? Qu'est-ce qui a moins bien fonctionné ?**

#### Diapositive 27



#### Diapositive 27 **Activité supplémentaire** (15 minutes)

**Objectif :** Cette activité permet aux participants de se pratiquer davantage à identifier les différents types d'interventions de SPS et ASE, ainsi que leur place dans la pyramide d'intervention. Cette activité peut être utile pour les groupes peu ou pas expérimentés en matière de soutien psychosocial et d'apprentissage social et émotionnel.

#### Matériel :

- Annexe 6: SPS et ASE sur le terrain

#### Notes à l'intention du facilitateur :

- Attribuer des groupes de 2 à 4 personnes
- Distribuez 1 image à chaque groupe.
- Demandez aux participants d'analyser leur photo en utilisant les questions du Document 6, puis de présenter brièvement leurs réponses à la classe. *Remarque : il peut être utile que l'animateur modélise cette activité avec l'ensemble de la classe avant de passer aux travaux en petits groupes.*
  - Où se déroule l'activité ?
  - Quelle est l'activité ?
  - Qui anime l'activité ?
  - Qui bénéficie de l'activité ?
  - Comment cette activité favorise-t-elle le bien-être ?
  - À quel niveau de la pyramide cette activité s'adresse-t-elle ?

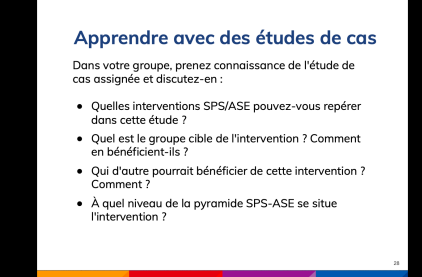

#### Script :

Ces photos montrent chacun des exemples de différentes activités favorisant le bien-être psychosocial. Pouvez-vous faire correspondre les images avec un niveau de la pyramide ?

#### Exemples de réponses :

- **Photo 1 :** Des apprenants dans une école de camp IDP dans l'État de Rakhine, au Myanmar. Il s'agit d'une activité de groupe en soutien psychosocial, animée par des enseignants formés en SPS. Il s'agit du niveau **soutien ciblé, non spécialisé**.
- **Photo 2 :** Des apprenants dans un espace d'apprentissage temporaire créé à la suite du séisme au Népal en dehors d'un espace d'apprentissage temporaire. Les espaces d'apprentissage étaient équipés de matériel récréatif, tel que des cordes à sauter. Cela relève des **services de base et de sécurité**.



	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Photo 3</b> : Une séance de conseil dans un centre d'accueil pour réfugiés, dans l'unité fournissant un soutien aux mineurs non accompagnés. Le conseiller s'entretient avec un garçon qui a voyagé par bateau de la Turquie à Athènes. Il était déprimé, avait du mal à dormir et à se concentrer sur ses études. Il n'a pas eu d'information sur les membres de sa famille. Ce cas relève des <b>services spécialisés</b>.</li> <li>• <b>Photo 4</b> : Des membres de la communauté lisent des informations sur la campagne de rentrée scolaire qui a suivi le tremblement de terre au Népal. Ils ont discuté de la manière dont la communauté pourrait aider les enseignants à rétablir des routines scolaires dans le village. Cette activité relève du <b>soutien communautaire et familial</b>.</li> </ul>
<p><b>Diapositive 28</b></p>  <p><b>Apprendre avec des études de cas</b></p> <p>Dans votre groupe, prenez connaissance de l'étude de cas assignée et discutez-en :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Quelles interventions SPS/ASE pouvez-vous repérer dans cette étude ?</li> <li>• Quel est le groupe cible de l'intervention ? Comment en bénéficient-ils ?</li> <li>• Qui d'autre pourrait bénéficier de cette intervention ? Comment ?</li> <li>• À quel niveau de la pyramide SPS-ASE se situe l'intervention ?</li> </ul>	<p> <b>Diapositive 28 (30 minutes)</b></p> <p><b>Matériel :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>Documents 8A, 8B, 8C</u> : Études de cas (une étude de cas par groupe)</li> <li>• <u>Annexe 7</u>: Notes du facilitateur sur les études de cas</li> <li>• Papier et marqueurs pour flipchart</li> </ul> <p><b>Notes à l'intention du facilitateur :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Les participants lisent leurs études de cas et discutent des questions sur la <u>Diapositive 27</u>. <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Quelles interventions SPS/ASE pouvez-vous repérer dans cette étude ?</li> <li>○ Quel est le groupe cible de l'intervention ? Comment en bénéficient-ils ?</li> <li>○ Qui d'autre pourrait bénéficier de cette intervention ? Comment ?</li> <li>○ À quel niveau de la pyramide SPS-ASE se situe l'intervention ?</li> </ul> </li> <li>• Demandez aux participants d'utiliser leur flipchart pour présenter leur discussion. Ils peuvent utiliser des mots, des illustrations ou les deux.</li> <li>• Demandez aux participants de partager leur étude de cas en utilisant leur flipchart. Utilisez les notes du facilitateur dans l'<u>annexe 7</u> pour aider à structurer la discussion.</li> </ul> <p><b>Script :</b></p> <p>Chaque groupe devrait avoir une étude de cas. Veuillez lire votre étude de cas et discuter des questions sur la diapositive. Utilisez le flipchart pour présenter votre discussion sur l'étude de cas. Vous pouvez utiliser des mots, des illustrations ou une combinaison des deux. Vous avez environ 20 minutes pour travailler ensemble, puis nous partagerons nos conclusions.</p>

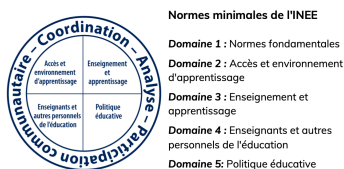


## Section 5 : Stratégies de SPS et ASE

Durée : 45 minutes (75 minutes avec les activités complémentaires)

### Diapositive 30

#### Promouvoir le bien-être psychosocial par l'éducation



Normes minimales de l'INEE

Domaine 1 : Normes fondamentales

Domaine 2 : Accès et environnement d'apprentissage

Domaine 3 : Enseignement et apprentissage

Domaine 4 : Enseignants et autres personnels de l'éducation

Domaine 5 : Politique éducative

### Diapositive 30 (5 minutes)

#### Matériel :

- Note d'orientation de l'INEE sur le soutien psychosocial

#### Notes à l'intention du facilitateur :

- La Note d'orientation de l'INEE sur le soutien psychosocial peut être utilisée comme outil pour diriger les interventions de SPS et ASE.
- La Note d'orientation de l'INEE sur le soutien psychosocial est structurée par les Normes minimales de l'INEE :
  - Normes fondamentales
  - Accès et environnement d'apprentissage
  - Enseignement et apprentissage
  - Enseignants et autres personnels de l'éducation
  - Politique éducative
- Note : rappel qu'avant de suivre cette formation, les participants doivent avoir suivi une séance d'orientation en ligne ou en personne sur les normes minimales de l'INEE. Cette activité est basée sur le principe que les participants ont des connaissances au sujet des normes minimales de l'INEE

#### Script :

La Note d'orientation de l'INEE sur le soutien psychosocial peut être utilisée comme outil dans la planification et la mise en œuvre d'interventions de SPS et d'ASE. La note d'orientation fournit également des exemples de programmes de SPS déjà mis en œuvre à travers le monde. La Note d'orientation est structurée par les domaines des Normes minimales de l'INEE : normes fondamentales, accès et environnement d'apprentissage, enseignement et apprentissage, enseignants et autres personnels de l'éducation, politique éducative.

### Diapositive 31

#### Développer et améliorer Stratégies de SPS et d'ASE

En utilisant la Note d'orientation de l'INEE sur le soutien psychosocial, discutez des questions suivantes concernant votre étude de cas :

- Comment votre intervention aborde-t-elle chacun des domaines des Normes minimales de l'INEE ?
- En quoi est-elle déficiente ?
- Comment peut-on l'améliorer ?

### Diapositive 31 (30 minutes)

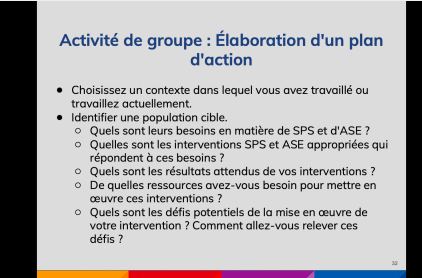
#### Matériel :

- Document 9: Le SPS, l'ASE et les Normes minimales de l'INEE
- [Note d'orientation de l'INEE sur le soutien psychosocial](#)

#### Notes à l'intention du facilitateur :

- En utilisant les mêmes études de cas, les participants analyseront les interventions et suggéreront des améliorations à partir des normes minimales de l'INEE.
- Note : si vous êtes pressés par le temps, n'attribuez à chaque groupe qu'un seul domaine des Normes minimales de l'INEE figurant sur le Document 9, puis demandez aux groupes de



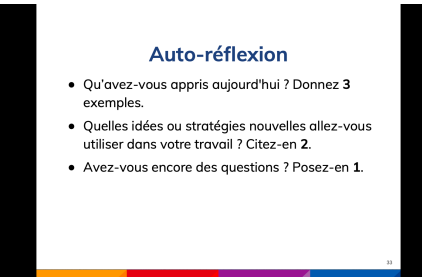
	<p>présenter.</p> <p><b>Script :</b></p> <p>Dans la prochaine activité, nous allons continuer à travailler sur les études de cas, avec les mêmes groupes. À l'aide de la Note d'orientation de l'INEE sur le soutien psychosocial, analysez vos études de cas en fonction des cinq domaines des Normes minimales de l'INEE. Utilisez le <u>Document 9</u> pour comprendre :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Comment l'intervention présentée dans votre étude de cas aborde-t-elle chaque domaine ?</li> <li>• En quoi l'intervention présentée dans votre étude de cas est-elle défailante ?</li> <li>• Comment l'intervention présentée dans votre étude de cas pourrait-elle être améliorée ?</li> </ul> <p>Vous avez 30 minutes pour travailler en petits groupes, puis nous discuterons tous ensemble.</p>
<p><b>Diapositive 32 :</b></p>  <p><b>Activité de groupe : Élaboration d'un plan d'action</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Choisissez un contexte dans lequel vous avez travaillé ou travaillez actuellement.</li> <li>• Identifier une population cible.       <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ Quels sont leurs besoins en matière de SPS et d'ASE ?</li> <li>◦ Quelles sont les interventions SPS et ASE appropriées qui répondent à ces besoins ?</li> <li>◦ Quels sont les résultats attendus de vos interventions ?</li> <li>◦ De quelles ressources avez-vous besoin pour mettre en œuvre ces interventions ?</li> <li>◦ Quels sont les défis potentiels de la mise en œuvre de votre intervention ? Comment allez-vous relever ces défis ?</li> </ul> </li> </ul>	<p><b>Diapositive 32 : <i>Activité complémentaire</i> (30 minutes)</b></p> <p><b>Objectif :</b> Cette activité complémentaire peut être utilisée comme évaluation sommative, afin de déterminer si les participants ont compris les informations présentées au cours de cette formation et s'ils peuvent les appliquer. Les participants identifieront les besoins en matière de SPS et d'ASE au sein d'une population cible qu'ils connaissent bien. Ils planifieront ensuite les interventions correspondantes.</p> <p><b>Matériel :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>Document 10</u>: Plan d'action</li> </ul> <p><b>Notes à l'intention du facilitateur :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Distribuez le <u>Document 10</u>: Plan d'action.</li> <li>• Expliquez aux participants qu'ils ont 30 minutes pour travailler avec un partenaire ou en petit groupe pour mettre au point un plan d'action en vue d'une intervention de SPS et ASE.       <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ Demandez aux participants de choisir un contexte dans lequel ils ont travaillé ou dans lequel ils travaillent actuellement.</li> <li>◦ Les participants devront utiliser les questions du <u>Document 10</u> pour diriger leur planification.</li> </ul> </li> </ul> <p><b>Script :</b></p> <p><b>?</b> Avez-vous déjà travaillé dans un contexte qui aurait pu, à votre avis, profiter d'une intervention de SPS et ASE ? Où et pourquoi ?</p> <p>Pour l'activité finale d'aujourd'hui, nous allons mettre en pratique certains des concepts que nous avons appris. En vous aidant du <u>Document 10</u> comme ligne directrice, vous allez mettre au point un plan d'action pour la</p>



	<p>mise en œuvre d'une intervention de SPS et ASE. Veuillez vous mettre en binôme ou en petits groupes et choisissez un contexte dans lequel vous avez travaillé ou dans lequel vous travaillez actuellement, et qui, à votre avis, aurait pu tirer profit d'une intervention de SPS et ASE.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Déterminez une population cible (exemple : les adolescentes), ainsi que les besoins en SPS et en ASE de cette population.</li> <li>• Ensuite, dressez une liste des ressources dont vous aurez besoin pour réaliser votre intervention. Pensez surtout aux ressources dont vous disposez déjà et à la manière d'acquérir des ressources supplémentaires, quelles qu'elles soient.</li> <li>• Enfin, discutez des obstacles potentiels à la réalisation de votre intervention ainsi que les stratégies pour les surmonter.</li> </ul> <p>Pour vous aider à dans votre planification, reportez-vous aux Documents ou à la Note d'orientation sur le soutien psychosocial. N'hésitez pas à me poser des questions. (Si nous avons le temps), vous aurez la possibilité de présenter votre plan d'action par la suite.</p>
--	--

## Évaluation de la formation

Durée : 10 minutes

<p><b>Diapositive 33</b></p>  <p><b>Auto-réflexion</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Qu'avez-vous appris aujourd'hui ? Donnez 3 exemples.</li> <li>• Quelles idées ou stratégies nouvelles allez-vous utiliser dans votre travail ? Citez-en 2.</li> <li>• Avez-vous encore des questions ? Posez-en 1.</li> </ul>	<p><b>Diapositive 33 (5 minutes)</b></p> <p><b>Matériel :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>Document 11</u>: Autoréflexion</li> </ul> <p><b>Notes à l'intention du facilitateur :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Option 1</b> Demandez aux participants de réfléchir en silence sur la formation et de répondre aux questions de réflexion personnelle sur le <u>Document 11</u>.</li> <li>• <b>Option 2</b> : Demandez aux participants de discuter sur les questions du <u>Document 11</u> en binômes ou en petits groupes.</li> <li>• Pour chaque option, réservez du temps pour répondre aux questions que les participants souhaitent encore poser. Incitez les participants à dialoguer entre eux pour répondre à leurs questions.</li> </ul> <p><b>Script :</b></p> <p>Prenez quelques instants pour réfléchir à l'atelier d'aujourd'hui. Examinez les questions suivantes :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Qu'avez-vous appris aujourd'hui ? Donnez trois exemples.</li> <li>• Quelles idées ou stratégies nouvelles allez-vous utiliser dans votre travail ? Citez-en 2.</li> <li>• Avez-vous encore des questions ? Posez-en une.</li> </ul> <p><b>? Quelqu'un a-t-il des réflexions ou des questions dont il voudrait faire part ?</b></p>
--	--



## Diapositive 34



## Diapositive 34 (5 minutes)

### Matériel :

- Document 12: formulaire d'évaluation

### Notes à l'intention du facilitateur :

- Laissez 5 minutes aux participants pour compléter le formulaire d'évaluation.

### Script :

Merci à tous d'avoir participé à cet atelier. Veuillez remplir le formulaire d'évaluation pour nous aider à améliorer davantage notre formation.



# Matériel à l'usage du facilitateur

**Annexe 0 :** Ressources en ligne

**Annexe 1 :** Photos de l'activité

**Annexe 2 :** Notes à l'attention du facilitateur sur les photos de l'activité

**Annexe 3 :** Activité d'association des symptômes du stress

**Annexe 4 :** Pratique des termes clés

**Annexe 5 :** Feuille de réponses pour la pyramide d'intervention de SPS et ASE

**Annexe 6 :** SPS et ASE sur le terrain

**Annexe 7 :** Notes à l'intention du facilitateur sur les études de cas

**Annexe 8 :** Formulaire de commentaires du facilitateur



## Annexe 0 : ressources en ligne

Ressource principalement utilisée :

- Collection des ressources de l'INEE sur le soutien psychosocial et l'apprentissage social et émotionnel <https://inee.org/collections/psychosocial-support-and-social-and-emotional-learning>

Soutien psychosocial en général

- Comité permanent inter-organisations (IASC). 2007. Lignes directrices de l'IASC sur la santé mentale et le soutien psychosocial en situations d'urgence [https://www.who.int/mental\\_health/emergencies/guidelines\\_iasc\\_mental\\_health\\_psychosocial\\_june\\_2007.pdf](https://www.who.int/mental_health/emergencies/guidelines_iasc_mental_health_psychosocial_june_2007.pdf)
- ACT Alliance & Church of Sweden. 2015. Manuel de formation en soutien psychosocial communautaire. [https://actalliance.org/wp-content/uploads/2015/07/Community\\_Based\\_Psychosocial\\_Support\\_Training\\_Manual.pdf](https://actalliance.org/wp-content/uploads/2015/07/Community_Based_Psychosocial_Support_Training_Manual.pdf)

Le soutien psychosocial dans l'éducation

- Finn Church Aid. 2018. Improving Well-being through Education: Integrating Community Based Psychosocial Support into Education in Emergencies. <https://inee.org/resources/improving-well-being-through-education>
- Comité international de secours. 2011. Creating Healing Classrooms: Facilitator's Guide. <https://inee.org/resources/creating-healing-classrooms-multimedia-teacher-training-resource>

L'apprentissage social et émotionnel dans l'éducation

- Équipe du Rapport mondial de suivi sur l'éducation. 2019. Education as healing: Addressing the trauma of displacement through social and emotional learning. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000367812>

La résilience dans l'éducation

- USAID. 2019. Transforming Systems in Times of Adversity: Education and Resilience White Paper <https://www.eccnetwork.net/resources/transforming-systems-times-adversity-education-and-resilience-white-paper>





## Annexe 1 : Photos de l'activité















## Annexe 2 : Notes à l'intention du facilitateur sur les photos de l'activité



Des étudiants au Cambodge.

### Thème : possibilités d'éducation

**Message :** une éducation régulière et de qualité ouvre des possibilités d'apprentissage et favorise le bien-être de diverses façons. L'éducation permet la mise en place d'une routine stable et structure le quotidien, ce qui favorise le bien-être émotionnel. L'école est un endroit qui permet de se retrouver avec ses pairs et avec les membres de la communauté, ce qui favorise un comportement collaboratif et le bien-être social. La possibilité de déjeuner gratuitement à l'école favorise en plus le bien-être biologique. Sur le long terme, les possibilités d'éducation favorisent le bien-être matériel en reliant l'apprentissage aux revenus et aux moyens de subsistance.

**En cas de perturbation par une situation de crise :** les routines quotidiennes en rapport avec la scolarité sont interrompues. Les enfants et les jeunes perdent des occasions d'apprendre, de développer leurs compétences et d'interagir avec leurs pairs au sein d'un environnement scolaire. Les lacunes dans l'apprentissage et le développement des compétences exposent les jeunes au risque de connaître le chômage, d'occuper des emplois peu rémunérés, et de subir différents désavantages sociaux et économiques.



Des jeunes issus de populations réfugiées qui jouent dans le cadre du programme Peace United.

### Thème : Sports et jeux

**Message:** Les sports et les jeux favorisent le développement de relations saines et renforcent le sentiment d'appartenance à la communauté. Les jeux coopératifs tels que le football peuvent favoriser la cohésion et le bien-être sociaux. Les sports et les jeux favorisent le développement des compétences sociales et émotionnelles. Les moments de jeu avec leurs pairs aident les enfants à se détendre et à s'amuser, favorisant le bien-être émotionnel. D'autres activités récréatives comme le dessin, la peinture, le chant, la pratique d'un instrument de musique, etc. sont importantes pour favoriser le bien-être émotionnel des enfants et des jeunes.

**En cas de perturbation par une situation de crise :** Les enfants et les jeunes perdent la possibilité de jouer et de se réunir dans leur communauté. Ils perdent la possibilité de s'exprimer et de gérer leur stress.





Famille syrienne.

### Thème : Le temps passé en famille

**Message :** La famille et les amis créent des structures sociales, un sentiment de sécurité et un sentiment d'appartenance. Tous ces éléments favorisent le bien-être émotionnel, social et mental. Un environnement domestique sécuritaire, associé à une nourriture adaptée et aux objets nécessaires à la vie quotidienne favorisent le bien-être biologique et matériel.

#### En cas de perturbation par une situation de crise :

Lors d'une crise humanitaire, les relations familiales peuvent être rompues de diverses façons : les membres de la famille peuvent être séparés les uns des autres, ou, dans les cas graves, perdre la vie, se retrouver handicapés ou gravement malades. Ces situations perturbent la cohésion sociale et suscitent des sentiments de peur, d'abandon et d'isolement. Elles ont un impact sur le développement des enfants et des jeunes : les expériences difficiles souvent vécues dans la petite enfance peuvent endommager la santé mentale à vie.



Cérémonie catholique à domicile, au Timor oriental.

### Thème : Événements spirituels dans la communauté

**Message :** La satisfaction des besoins spirituels d'une personne aide à maintenir une bonne santé mentale et un sentiment d'appartenance ou de connexion au groupe. Elle favorise de nombreux aspects du bien-être : spirituel, culturel, mental et émotionnel.

#### En cas de perturbation par une situation de crise :

Lors d'une crise humanitaire, les routines sont interrompues, ce qui empêche les gens d'observer leur pratique religieuse ordinaire. Les leaders religieux peuvent être victimes d'une catastrophe. Certaines personnes peuvent avoir l'impression que leurs croyances ont échoué, ce qui peut causer une crise de leur foi et l'interruption de leur vie spirituelle.



Eau potable tirée du puits, au Timor oriental.

### Thème : l'accès à l'eau potable

**Message :** L'eau potable est un besoin humain fondamental. Le bon fonctionnement des systèmes WASH est essentiel pour la survie, la santé et le bien-être biologique des individus, des familles et des communautés. L'eau potable améliore le développement cognitif des enfants. Elle accélère la réponse cognitive et favorise la digestion.

#### En cas de perturbation par une situation de crise :

Le manque d'eau potable entraîne des risques graves pour la santé et la survie. L'eau souillée cause des maladies graves, comme les maladies diarrhéiques et le choléra. Elle peut aussi avoir un impact sur le bien-être cognitif quand les enfants malades manquent l'école. Les enfants peuvent perdre des possibilités d'éducation si l'eau potable n'est pas accessible à tout moment, car ils doivent participer à des tâches d'approvisionnement en eau qui demandent beaucoup de temps.



### Annexe 3 : Activité d'association des symptômes du stress

Découpez chaque symptôme et distribuez-les de façon égale entre les groupes.

accélération du rythme cardiaque	sentiment de solitude
respiration accélérée	incapacité à se concentrer
tension et douleurs musculaires	pessimisme, vision uniquement négative des choses
pression artérielle élevée	pensées accélérées
maux de tête	pertes de mémoire
maux de ventre	inquiétude constante
difficulté à dormir	erreurs de jugement
mains froides ou	comportements



moites	nerveux, p. ex. se ronger les ongles
maladies fréquentes	risque accru de consommation de drogue
ressentir facilement de la frustration	évitement des responsabilités
se sentir dépassé	changements de l'appétit (manger trop ou pas assez)
difficulté à se détendre	éviter les autres
s'en vouloir	



**Annexe 4 : Pratique des termes clés**

*Découpez les termes et donnez-en un à chaque participant. Vous aurez peut-être besoin d'en faire plusieurs copies.*

----- ✂

Le bien-être

----- ✂

Stress positif

----- ✂

Stress tolérable

----- ✂

Stress toxique

----- ✂

Résilience

----- ✂

Soutien psychosocial

----- ✂

Apprentissage social et émotionnel

----- ✂



## Annexe 5 : Feuille de réponses pour la pyramide d'intervention de SPS et ASE

Associez les interventions au bon niveau de la pyramide.

A : Services spécialisés

B : Soutien ciblé, non-spécialisé

C : Soutien communautaire et familial

D : Services de base et sécurité

1.   C   Engager des membres de la communauté comme assistants d'enseignement
2.   D   Distribuer des jeux et des jouets pour les enfants
3.   B   Activités de SPS et ASE en groupe, animées par les enseignants dans des espaces d'apprentissage temporaires
4.   D
5.   B   Programmes scolaires de prévention de la violence
6.   C   Organiser des activités culturelles dans des espaces d'apprentissage temporaires
7.   D   Activités récréatives dans des espaces d'apprentissages
8.   C   Collaborer avec les associations de parents d'élèves et d'enseignants et avec les conseils scolaires
9.   B   Engager des conseillers scolaires pour identifier et soutenir les apprenants ayant des besoins particuliers au sein des environnements éducatifs
10.   A   Orienter les enfants et les jeunes atteints de traumatismes sévères vers les services de santé mentale
11.   C   Organiser des actions communautaires collectives dans les écoles, comme des travaux de construction et de peinture d'espaces d'apprentissage temporaires
12.   B   Approches d'apprentissage entre pairs permettant aux enfants vulnérables de se rapprocher de pairs solidaires
13.   D   Programmes de défense liés à la protection de l'enfance





## Annexe 6 : SPS et ASE sur le terrain











## Annexe 7 : Notes à l'intention du facilitateur sur les études de cas

	Intervention de SPS/ASE	Groupe cible et bénéficiaires :	Autres bénéficiaires possibles :	Niveau de la pyramide :
CAS 1 : Bikash, au Népal, en zone touchée par un tremblement de terre	Espace ami des enfants (EAE) dans le village de tentes	Enfants habitant des abris temporaires dans le village de tentes	Les parents bénéficient de cette intervention : dans l'EAE, les enfants ont en effet une chance de passer du temps dans un lieu sécurisé, pendant que les parents peuvent effectuer leurs activités quotidiennes (aller chercher de l'eau, de la nourriture, des objets, etc.)	Services de base et sécurité
CAS 2 : Amina, une Sud-Soudanaise en Ouganda	Programme d'éducation accélérée dans le camp de réfugiés	Les jeunes Sud-Soudanais déscolarisés issus de population réfugiées : des jeunes qui avaient perdu l'espoir de retourner à l'école ont une chance d'étudier. Après le programme d'apprentissage accéléré, ils peuvent continuer leurs études dans le système éducatif régulier. L'intervention donne du courage et renforce l'espoir en un avenir meilleur.	Les effets positifs peuvent même être constatés sur le plan sociétal : la jeune génération sud-soudanaise est en effet dotée d'une éducation.	Les deux sont possibles : soutien communautaire et familial et soutien ciblé, non-spécialisé
CAS 3 : Des réfugiés syriens en Turquie	Festival, soutien des pairs dans l'apprentissage de la langue arabe	Étudiants et familles turcs et syriens ; améliore la communication et les interactions, le soutien des pairs améliore les compétences des étudiants turcs en arabe et améliore la confiance des étudiants syriens	Les interventions peuvent renforcer la cohésion sociale à l'échelle communautaire	Le soutien ciblé, non spécialisé (soutien des pairs) ainsi que les services de base et la sécurité (centres d'éducation temporaires mentionnés au début de l'histoire)



## Annexe 8 : Formulaire de commentaires pour le facilitateur

Veuillez compléter et remettre ce formulaire ou mettre à jour l'utilisation du module sur la page de suivi du module de SPS-ASE.

[Formulaire de suivi du module de SPS-ASE](#)

(<https://drive.google.com/open?id=1y5O5qa7ACfKaa-SVNddedDDvOzqjlfMZDzBjn3ytHJE>)

<b>Date</b>	
<b>Organisation</b>	
<b>Facilitateur</b>	
<b>Lieu</b>	
<b>Public</b> (par ex. : personnel du programme, enseignants)	
<b>Réflexion</b> (commentaires, suggestions d'amélioration)	



# Manuel du participant

## Termes clés

**Document 1** : De quoi avons-nous besoin pour nous sentir bien ?

**Document 2** : Qu'est-ce que le stress ?

**Document 3** : Les symptômes du stress

**Document 4** : Le stress positif, tolérable et toxique

**Document 5** : Besoins en SPS et interventions

**Document 6** : Compétences d'ASE et interventions

**Document 7** : Pyramide d'intervention de SPS et ASE

**Document 8A** : Étude de cas - Bikash, au Népal en zone touchée par un tremblement de terre

**Document 8B** : Étude de cas - Amina, une Sud-Soudanaise en Ouganda

**Document 8C** : Étude de cas - Des réfugiés syriens en Turquie

**Document 9** : Le SPS et l'ASE et les Normes minimales de l'INEE

**Document 10** : Plan d'action

**Document 11** : Autoréflexion

**Document 12** : Évaluation de la formation



## Termes clés :

**Soutien psychosocial** : le terme de soutien psychosocial, ou « SPS », se rapporte aux « processus et aux actions favorisant le bien-être holistique des personnes dans leur univers social ». Il inclut le soutien fourni par la famille et les amis » (INEE, 2010a, p. 121). Le SPS est aussi décrit comme un « processus consistant à faciliter la résilience des individus, des familles et des communautés » (Centre de référence de l'IFRC pour le soutien psychosocial, 2009, p. 11). Le SPS vise à aider les individus à se rétablir à la suite d'une crise qui a perturbé leurs vies et à améliorer leur capacité à retourner à la normalité après avoir vécu des événements négatifs.

**Résilience** : souvent désignée comme un résultat, le terme de résilience se rapporte à un processus par lequel les individus placés dans des contextes défavorables se rétablissent, voire s'épanouissent. La Note d'orientation sur le SPS définit la résilience comme la capacité d'adaptation d'un système, d'une communauté ou d'une personne potentiellement exposée à des dangers. Cette adaptation, c'est la résistance ou le changement visant à atteindre et maintenir un niveau de fonctionnement et de structure acceptable. La résilience dépend des mécanismes d'adaptation et des compétences de base telles que la résolution de problèmes, la capacité à rechercher du soutien, la motivation, l'optimisme, la foi, la persévérance et la débrouillardise (The Sphere Project, 2017). La résilience survient lorsque les facteurs de protection favorisant le bien-être sont plus puissants que les facteurs de risque causant des dommages. Les activités qui encouragent le SPS et l'ASE peuvent contribuer à la résilience en promouvant les compétences de base qui renforcent le bien-être et les résultats scolaires (par ex., les compétences, l'attitude, les comportements et les relations) et qui permettent à leur tour aux enfants, aux jeunes et au système éducatif dont ils font partie de maîtriser et de surmonter l'adversité. Il est également important de noter que la résilience individuelle est souvent stimulée par l'aide communautaire, y compris les interactions avec les pairs, la famille, les enseignants, les leaders communautaires et ainsi de suite... (Diaz-Varela, Kelcey, Reyes, et al., 2013).

**Apprentissage social et émotionnel** : L'apprentissage social et émotionnel, ou « ASE », a été défini comme le processus d'acquisition des compétences de base nécessaires pour reconnaître et gérer les émotions, fixer et atteindre des objectifs, apprécier les perspectives des autres, établir et maintenir des relations positives, prendre des décisions responsables et gérer des situations interpersonnelles de manière constructive » (Elias, Zins, Weissberg et al., 1997). Les qualités que l'ASE vise à entretenir incluent la conscience de soi, l'alphabétisation émotionnelle, la flexibilité cognitive, l'amélioration de la mémoire, la résilience, la persistance, la motivation, l'empathie, les compétences sociales et relationnelles, la communication efficace, la capacité d'écoute, l'estime de soi, la confiance en soi, le respect et l'autorégulation (INEE, 2016, pp. 10-11). L'ASE est un élément important, qui fait partie intégrante du SPS. L'INEE considère l'ASE comme un élément important du SPS que les éducateurs peuvent et doivent aborder, puisqu'il s'agit d'une pratique facilement et souvent employée dans les milieux éducatifs, qui contribue à améliorer le bien-être psychosocial des enfants et des jeunes. Il s'agit d'une pratique et d'un processus pédagogiques particulièrement adaptés aux environnements éducatifs formels et informels, puisqu'elle favorise les compétences et aptitudes qui aident les enfants, les jeunes et les adultes dans leurs apprentissages.

**Stress toxique** : Chez l'enfant, une réaction de stress toxique peut survenir lorsqu'il/elle doit affronter des épreuves violentes, fréquentes et/ou prolongées, comme la maltraitance physique ou



psychologique, la négligence chronique, la toxicomanie ou les troubles mentaux chez l'adulte référent, l'exposition à la violence et/ou au fardeau accumulé des difficultés économiques familiales, et ce, en l'absence de soutien adéquat de la part d'un adulte. Ce type d'activation prolongée du système de réaction au stress peut perturber le développement de l'architecture du cerveau et d'autres systèmes organiques et augmenter le risque de maladie liée au stress et de déficience cognitive jusqu'à un âge avancé.

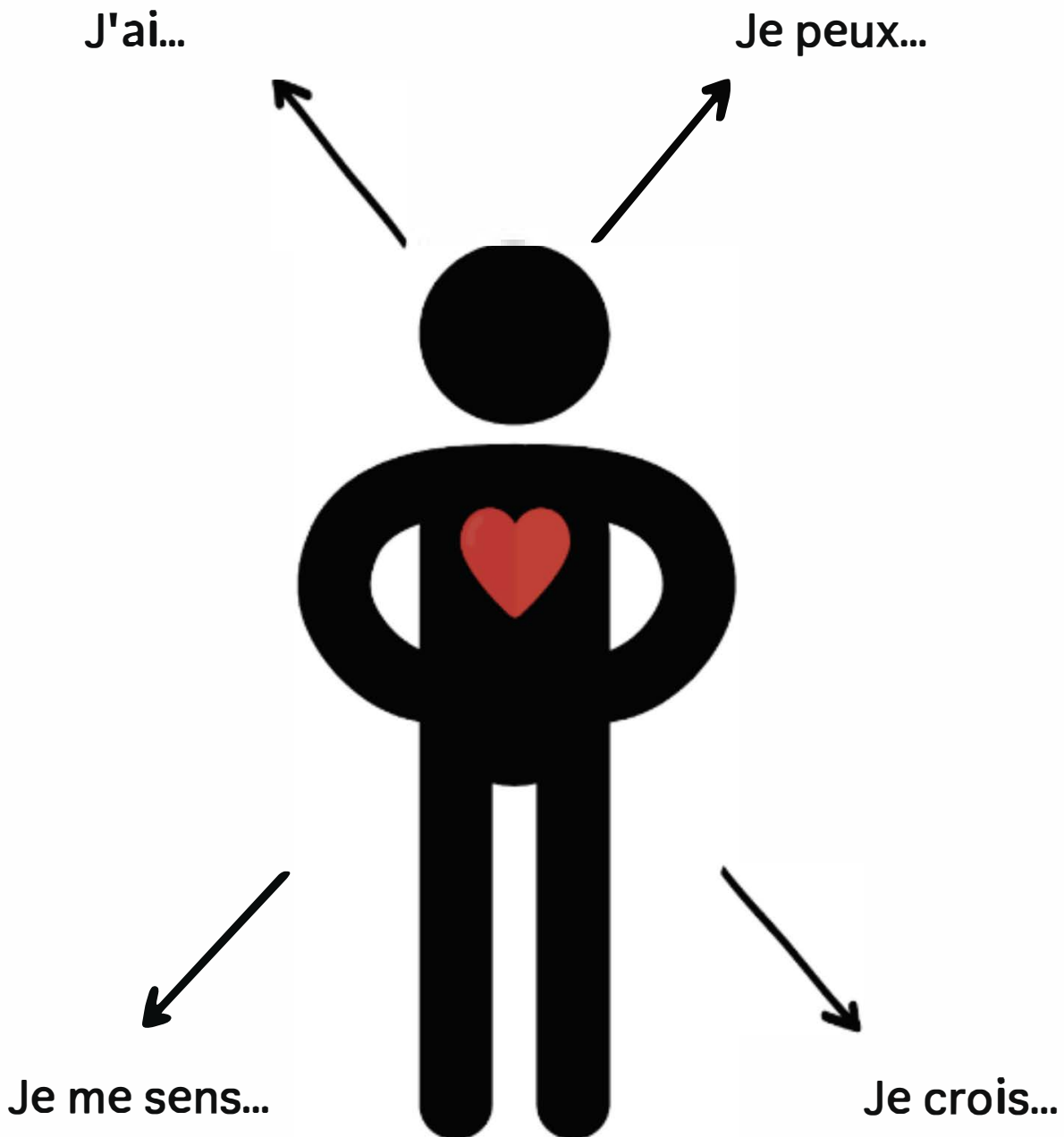
**Bien-être :** Le bien-être est défini comme un état de santé holistique et comme le processus qui permet de parvenir à cet état. Il se rapporte à la santé physique, émotionnelle, sociale et cognitive. Le bien-être comprend ce qui est bon pour une personne : avoir un rôle social significatif, se sentir heureux et plein d'espoir, vivre selon de bonnes valeurs, selon leur définition locale, avoir des relations sociales positives et un environnement favorable, faire face aux défis grâce à des compétences de vie positives et jouir d'une sécurité, d'une protection et de l'accès à des services de qualité. Les aspects du bien-être incluent les aspects suivants: biologique, matériel, social, spirituel, culturel, émotionnel et mental (ACT Alliance & Church of Sweden, 2015, pp. 42 43).





## Document 1 : De quoi avons-nous besoin pour nous sentir bien ?

Réfléchissez ensemble à des exemples de choses/gens/expériences nécessaires pour se sentir bien.  
Tirez ces exemples de vos expériences personnelles ou professionnelles.







## Document 2 : Qu'est-ce-que le stress ?

D'abord, répondez aux questions à votre sujet. Ensuite, interrogez deux autres personnes. Notez leurs réponses dans le tableau ci-dessous :

	MOI !	Nom :	Nom :
1. Quelles situations trouvez-vous stressantes ? Citez-en quelques-unes.			
2. Comment vous sentez-vous physiquement lorsque vous êtes stressé/e ?			
3. Comment vous sentez-vous émotionnellement quand vous êtes stressé/e ?			
4. Comment agissez-vous quand vous êtes stressé/e ? (ex : Vous rongez-vous les ongles ?)			





### Document 3 : Symptômes du stress

Pensez à d'autres symptômes de stress qui correspondent à chaque catégorie ?

<b>Physiques</b> ce que votre corps ressent	<b>Émotionnels</b> vos émotions et votre état d'esprit	<b>Cognitifs</b> votre manière de penser et de traiter l'information	<b>Comportementaux</b> vos actions
accélération du rythme cardiaque	ressentir facilement de la frustration	incapacité à se concentrer	comportements nerveux, p. ex. se ronger les ongles
respiration accélérée	se sentir dépassé	pessimisme, vision uniquement négative des choses	risque accru de consommation de drogue
tension et douleurs musculaires	difficulté à se détendre	pensées accélérées	évitement des responsabilités
pression artérielle élevée	s'en vouloir	pertes de mémoire	changements de l'appétit (manger trop ou pas assez)
maux de tête	sentiment de solitude	inquiétude constante	éviter les autres
maux de ventre		erreurs de jugement	
difficulté à dormir			
mains froides ou moites			
maladies fréquentes			





## Document 4 : Stress positif, tolérable et toxique

Face aux risques, les enfants ont trois niveaux de réaction au stress : positif, tolérable et toxique.



**Le stress positif** est une réaction brève, assez légère. Ce type de stress fait partie de la vie et constitue un élément essentiel d'un apprentissage et d'un développement sain. Comme exemple de stress positif, on peut citer le fait de se sentir nerveux le premier jour dans une nouvelle école.

Pouvez-vous penser à un autre exemple de stress positif ?



**Le stress tolérable** est un stress à court terme, mais plus important. Il peut être déclenché par des expériences plus graves, comme la mort naturelle d'un membre de la famille. Des relations de soutien avec leurs gardiens aident les enfants à s'adapter au stress tolérable et peuvent considérablement réduire le risque de préjudice permanent à la santé et à l'apprentissage.

Pouvez-vous penser à un autre exemple de stress tolérable ?



**Le stress toxique** est la forme la plus grave de stress. Il peut survenir lorsque les enfants vivent un stress intense, fréquent ou prolongé sans relation de soutien pour les aider à y faire face. Les événements pouvant déclencher une réaction de stress toxique comprennent la maltraitance des enfants, la négligence et l'exposition à la violence.

**Une exposition prolongée au stress toxique peut endommager le cerveau et perturber son développement, entraînant des déficiences de la mémoire, de la prise de décision, de la régulation émotionnelle et de l'apprentissage.**

Pouvez-vous penser à un autre exemple de stress toxique ?





## Document 5 : Besoins en SPS et interventions

Besoins des enfants	Exemples positifs	Exemples négatifs	Interventions possibles pour améliorer le bien-être des enfants
Sentiment d'appartenance			
Stimulation Intellectuelle			
Stimulation physique			
Relations personnelles d'attachement			
Se sentir valorisé			
Relations avec les pairs			

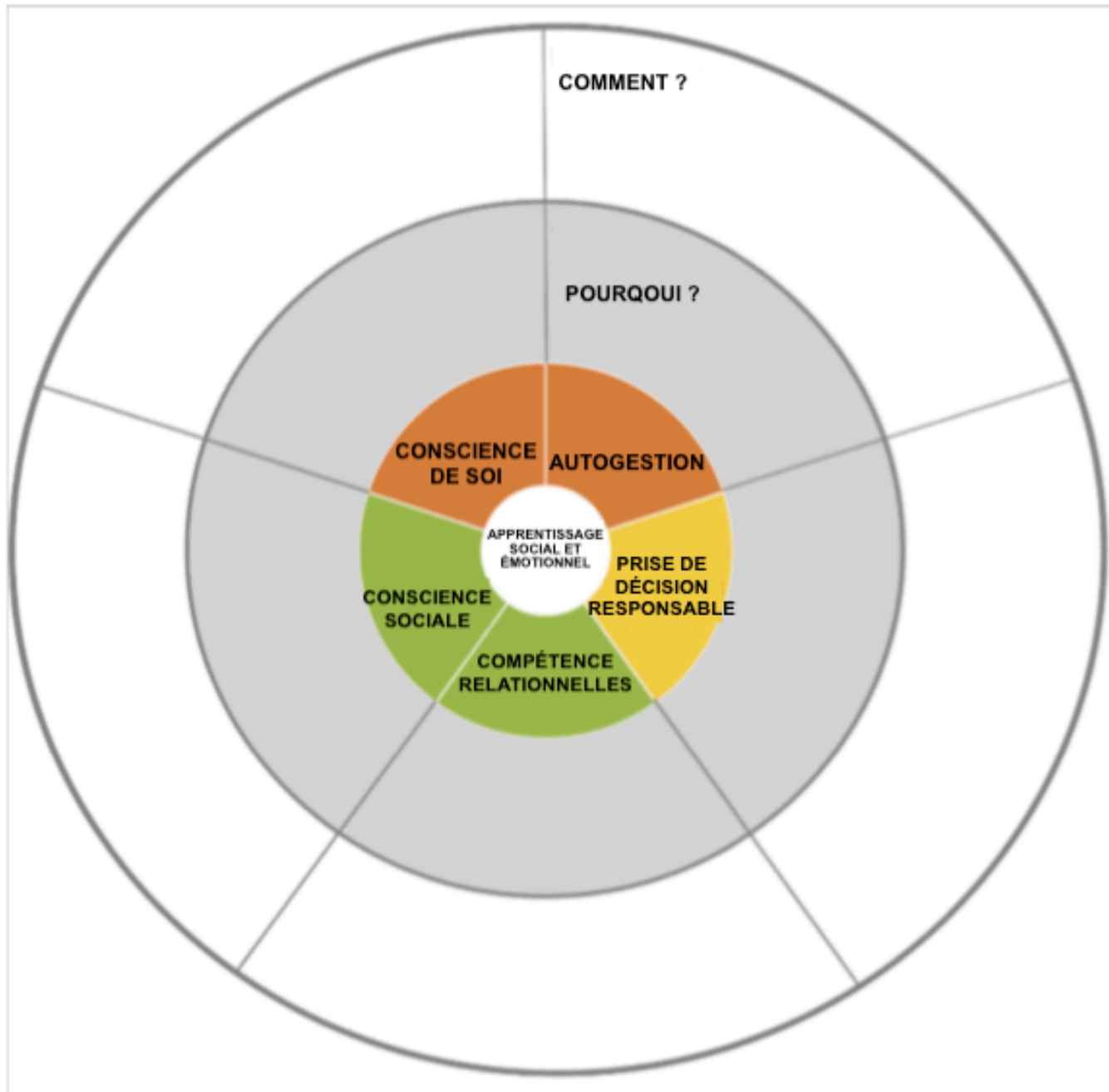




## Document 6 : Compétences d'ASE et interventions

**Dans le cercle intérieur :** Pourquoi chaque compétence est-elle importante ? En quoi est-ce bénéfique pour l'enfant de posséder chacune des compétences ?

**Dans le cercle extérieur :** Comment pouvez-vous développer ou renforcer chaque compétence ? Quels types d'intervention seraient appropriés ?







## Document 7 : Pyramide d'intervention de SPS et d'ASE

Associez les interventions au bon niveau de la pyramide.

A : Services spécialisés

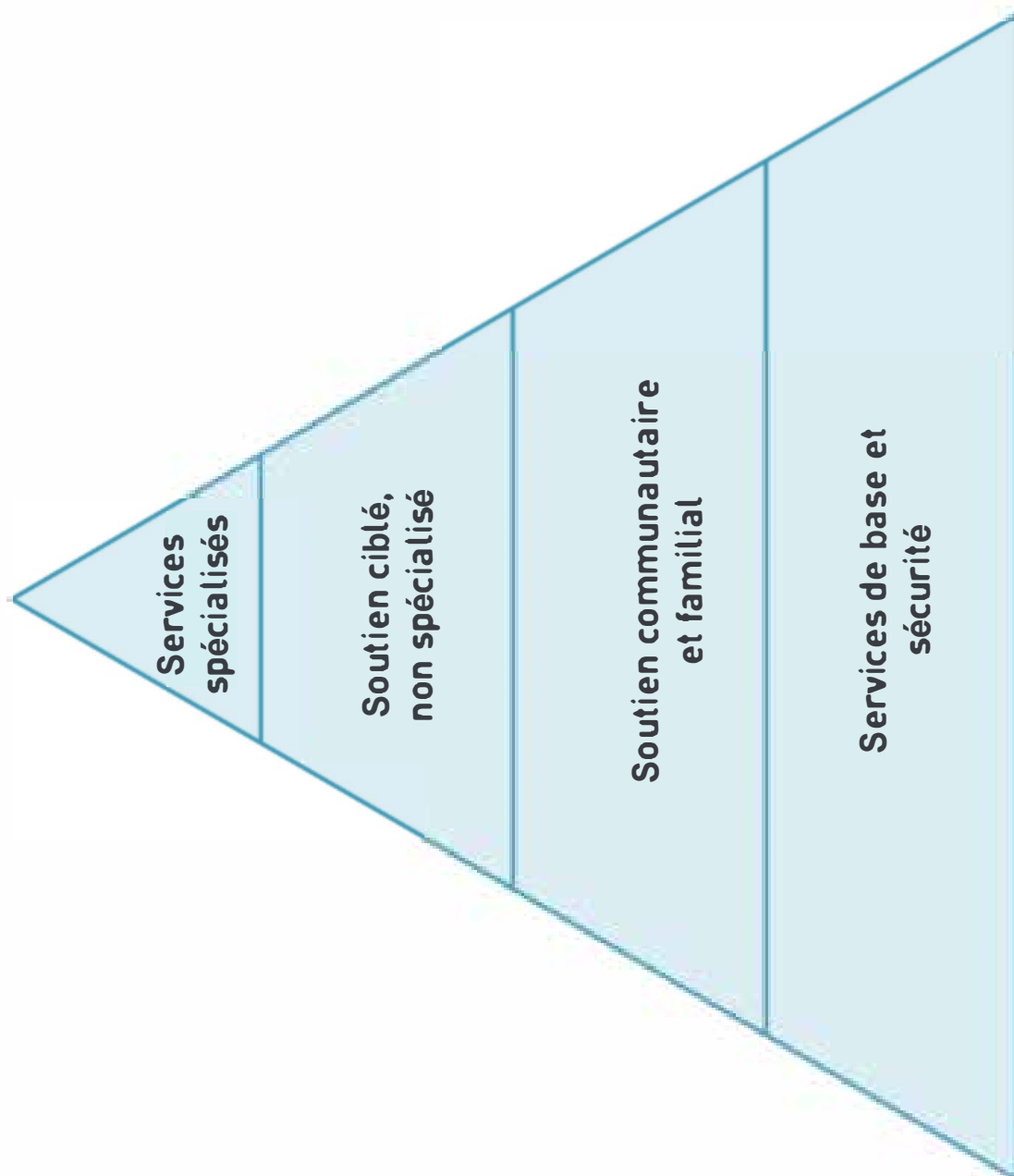
B : Soutien ciblé, non-spécialisé

C : Soutien communautaire et familial

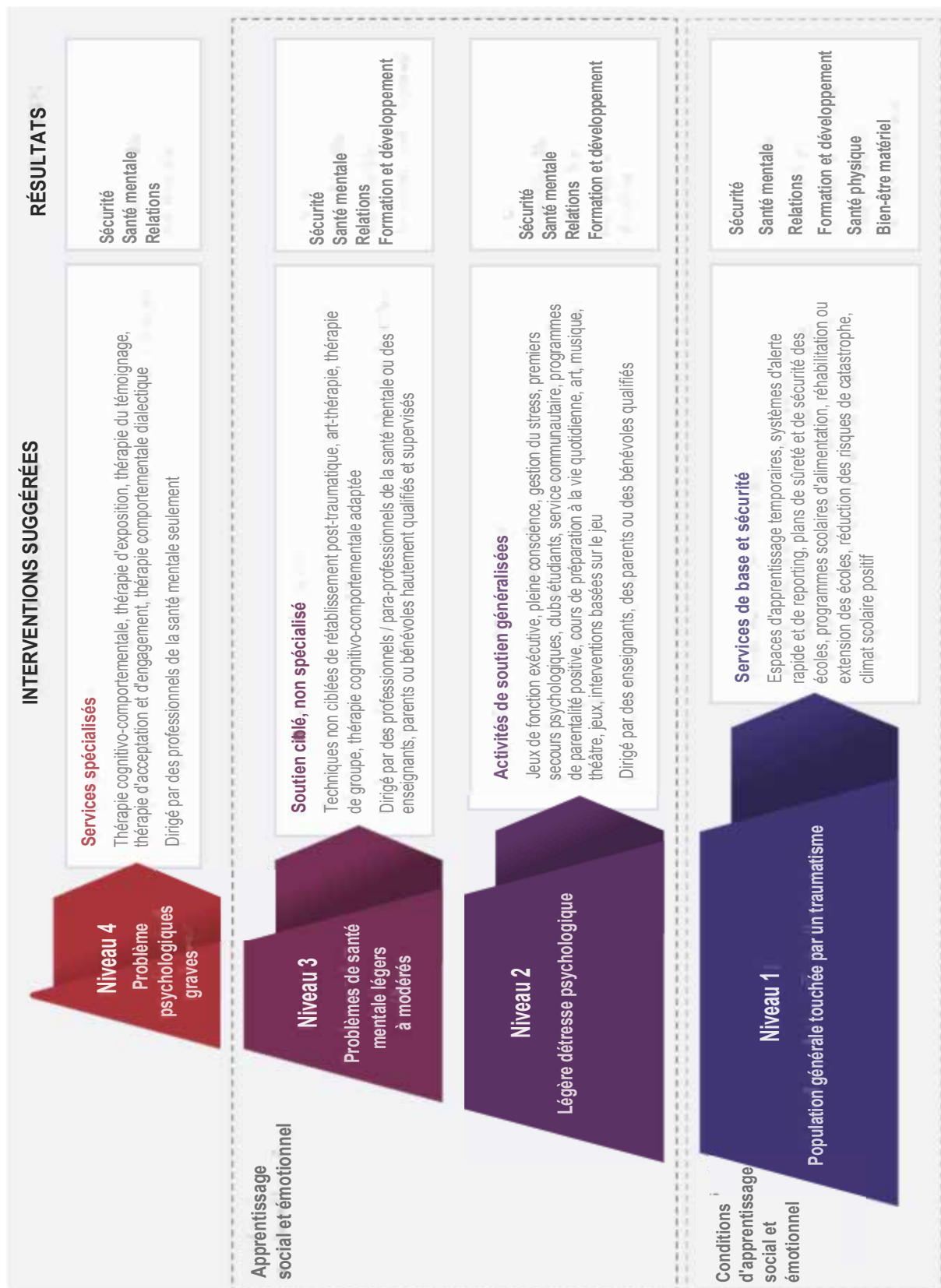
D : Services de base et sécurité

1. \_\_\_\_ Engager des membres de la communauté comme assistants d'enseignement
2. \_\_\_\_ Distribuer des jeux et des jouets pour les enfants
3. \_\_\_\_ Activités de SPS et d'ASE en groupe, animées par les enseignants dans un espace d'apprentissage temporaires
4. \_\_\_\_ Programmes scolaires de prévention de la violence
5. \_\_\_\_ Organiser des activités culturelles au sein des espaces d'apprentissage temporaires
6. \_\_\_\_ Activités récréatives au sein des espaces d'apprentissage
7. \_\_\_\_ Collaborer avec les associations de parents d'élèves et d'enseignants et avec les conseils scolaires
8. \_\_\_\_ Engager des conseillers scolaires pour identifier et soutenir les apprenants ayant des besoins particuliers au sein des environnements éducatifs
9. \_\_\_\_ Orienter les enfants et les jeunes atteints de traumatismes graves vers les services de santé mentale
10. \_\_\_\_ Organiser des actions communautaires collectives dans les écoles, comme des travaux de construction et de peinture d'espaces d'apprentissage temporaires
11. \_\_\_\_ Approches d'apprentissage entre pairs permettant aux enfants vulnérables de se rapprocher de pairs solidaires
12. \_\_\_\_ Programmes de défense liés à protection de l'enfance













## **Document 8A : Étude de cas - Bikash, au Népal, en zone touchée par un tremblement de terre**

Bikash avait 9 ans lorsqu'un important tremblement de terre a frappé sa ville de Katmandou, au Népal, le samedi 25 avril 2015. Ce jour là, sa maison et l'entreprise de sa famille, une épicerie rattachée à leur maison, se sont complètement effondrées. Heureusement, Bikash et sa famille n'ont pas été blessés, car ils se trouvaient hors de la maison à ce moment. Bikash et sa famille ont passé la première nuit chez un ami, pour ensuite aller habiter dans une tente, parmi 20 autres installées par une ONG sur un stade de football. L'endroit était assez surpeuplé et il était effrayant d'entendre les histoires horribles que tout le monde racontait à propos de proches perdus et de maisons effondrées. Bikash a appris que son école avait aussi été détruite.

La semaine suivante, des travailleurs de l'ONG sont venus visiter le campement du terrain de football. Ils ont posé quelques questions à Bikash : quel âge avait-il, est-ce-qu'il allait à l'école et ce qui lui était arrivé à lui et à sa famille quand le tremblement de terre s'était produit. Il était difficile de comprendre les questions, car la personne qui l'interrogeait ne parlait pas népalais et était accompagnée de quelqu'un qui traduisait. Certains mots étaient durs à comprendre et Bikash avait peur de parler devant un grand nombre de personnes.

La semaine suivante, l'ONG a installé une grande tente pour mettre en place un espace ami des enfants (EAE). Bikash et d'autres enfants ont été invités à visiter la tente. Sa mère et son père étaient inquiets à l'idée de l'envoyer à la tente, car personne ne les avait informés de la fonction de l'EAE, mais ils l'ont quand même emmené voir de quoi il s'agissait. Dans l'EAE, il y avait des cordes à sauter, des ballons de foot et de volley, des crayons, du papier pour dessiner et plein de jeux de société différents. L'EAE était surpeuplé, avec trop d'enfants, mais un animateur sympathique était là pour organiser des séances de jeu. Bikash a beaucoup aimé passer du temps à l'EAE. Il y a appris que beaucoup d'enfants étaient dans la même situation que lui. Certains avaient même perdu des membres de leur famille. Bikash s'est senti chanceux d'avoir encore sa mère, son père et son petit frère.

Bikash a retrouvé beaucoup de ses amis à l'EAE, mais Sunam, son ami d'école, ne voulait pas y jouer avec lui. Sunam ne voulait jouer avec personne. Il était pâle et semblait très fatigué. Il voulait juste rester assis dans un coin de la tente à regarder le même livre pour enfant. L'animateur de l'EAE essayait de l'encourager à jouer, mais il restait assis dans son coin. Bikash était surpris et curieux du comportement de Sunam. En effet, celui-ci jouait toujours avec les autres enfants avant le tremblement de terre.





## Document 8B : Étude de cas - Amina, une Sud-Soudanaise en Ouganda

Amina est une jeune mère originaire du Soudan du Sud, arrivée en septembre 2016 au camp de réfugiés de Bidibidi, en Ouganda, après avoir fui le conflit qui s'aggravait dans son pays. Elle est arrivée avec son fils d'un an, ses quatre frères et sœurs et sa mère. La vie au camp était dure pour Amina à cause du manque de bâtiments propres, de moyens de subsistance et de la promiscuité. Elle avait peur d'aller aux toilettes, car il y avait souvent des jeunes hommes qui regardaient. Parfois, elle avait peur de dormir parce qu'elle avait entendu parler de cas de viols dans le camp.

Fin 2017, une ONG a entamé la mise en œuvre d'un Programme d'éducation accélérée (PEA) pour les enfants réfugiés sud-soudanais de Bidibidi. Le PEA a offert la possibilité d'étudier à 1500 jeunes réfugiés sud-soudanais déscolarisés. Amina, qui n'était pas allée à l'école depuis plus de deux ans, était enthousiasmée par l'opportunité offerte par le PEA. Amina s'est inscrite comme apprenante de niveau 2, dans l'espoir de pouvoir intégrer le système d'éducation primaire en 2018.

Amina était très heureuse de l'éducation fournie grâce au PEA. Aller en classe lui a donné une routine et de l'espoir en l'avenir. Amina a aussi apprécié les kits sanitaires fournis grâce au programme. Mais elle s'inquiétait toujours du harcèlement, car certains jeunes hommes venaient au PEA, non pas pour étudier, mais uniquement pour harceler les jeunes filles. Avec presque 60 enfants dans la même classe, il était difficile de trouver une place pour s'asseoir confortablement et écouter ce que l'enseignant disait.

Amina aimait vraiment ces enseignants sympathiques, qui ne criaient pas et ne battaient pas les enfants, comme cela arrivait à l'école dans son pays d'origine. Amina aimait spécialement Mme Koleta parce qu'elle venait aussi du Soudan du Sud comme réfugiée, ce qui lui permettait de comprendre les problèmes d'Amina. Elle aurait aimé avoir plus d'enseignants sud-soudanais, mais elle comprenait qu'ils devaient travailler bénévolement et qu'ils n'étaient pas bien payés. À cause de cela, beaucoup de Sud-Soudanais qui étaient enseignants dans leur pays ne pouvaient pas se permettre de continuer à exercer ce métier au camp. Ramasser du bois pour le feu était mieux payé qu'être enseignant à Bidibidi !





## Document 8C : Étude de cas - Des réfugiés syriens en Turquie

Depuis 2011, suite à la guerre en Syrie, plus de 3,6 millions de Syriens ont fui pour vivre sous protection temporaire en Turquie. Parmi eux se trouvent plus d'un million d'enfants en âge scolaire. Afin de permettre aux enfants syriens l'accès au système d'éducation formelle en Turquie, des centres d'éducation temporaire (CET) ont été ouverts en 2015, puis fermés en 2017, une fois que tous les enfants syriens avaient intégré les écoles formelles turques.

Partout dans le pays, des ONG ont mis au point des programmes de cohésion sociale, encadrés par les secteurs de l'éducation et de la protection de l'enfance. À Istanbul, un projet de ce type était centré sur un festival réunissant les familles syriennes et turques, hébergé par les écoles turques, afin de faciliter la communication et de construire des relations positives.

Le projet a commencé par une formation sur la guerre en Syrie, destinée aux enseignants des écoles formelles turques, pour les aider à mieux comprendre le contexte dont étaient issus les enfants syriens. Une commission du festival a été mise en place, impliquant des étudiants syriens et turcs, leurs familles et des enseignants. Une boîte à suggestions a été mise à disposition pour recevoir des idées proposées par tous les étudiants, parents et enseignants au sujet du programme du festival et des activités prévues. De courtes pièces de théâtre, des spectacles de danse, de poésie, des représentations de choral et orchestrales ont été organisées. Une page Facebook a été créée sur le festival, avec des mises à jour régulières sur la progression de sa préparation. Des repas et des boissons ont été préparés. Ces activités ont renforcé la communication entre les étudiants, les parents et les enseignants.

À la fin du processus, le festival a eu lieu avec succès et les trois mois de préparation ont mené à une communication accrue entre les étudiants syriens et turcs, leurs parents et les enseignants. Le festival en soi a été un succès. Il a donné aux enseignants l'occasion de rencontrer les parents et les proches des étudiants. Ils ont réfléchi ensemble à de nouvelles idées pour accroître la collaboration et la communication entre les enfants.

Une de ces idées était de donner des cours de langue arabe à l'école pour les enfants syriens et turcs, pour leur permettre de se connaître et de construire des réseaux de soutien entre pairs. Le cours de langue arabe a créé beaucoup de nouvelles amitiés, avec un effet positif sur l'estime de soi des étudiants syriens, car ils étaient heureux de pouvoir offrir leur soutien à leurs pairs turcs. Cependant, certains étudiants syriens gardaient le silence et étaient réticents à rejoindre le programme. Les enseignants ne savaient pas vraiment quoi faire avec ces étudiants.

Les ONG qui avaient mis au point le programme ont partagé avec la direction provinciale de l'éducation ce qu'ils avaient appris lors de la préparation et de l'hébergement du festival ainsi que ses résultats. Elles espéraient ainsi encourager la diffusion de ces bonnes pratiques dans d'autres régions et avoir un impact sur la politique de cohésion sociale.





## Document 9 : LE SPS, l'ASE et les Normes minimales de l'INEE

Analysez l'intervention présentée dans votre étude de cas.

Domaine des Normes minimales de l'INEE	Comment l'intervention aborde-t-elle ce domaine ?	En quoi l'intervention est-elle défailante ?	Comment l'intervention peut-elle être améliorée ?
Domaine 1 : Normes fondamentales			
Domaine 2 : Accès et environnement d'apprentissage			
Domaine 3 : Enseignement et apprentissage			
Domaine 4 : Enseignants et autres personnels de l'éducation			
Domaine 5 : Politique éducative			





## Document 10 : Plan d'action

Avec un partenaire ou en petit groupe, choisissez un contexte dans lequel vous avez déjà travaillé ou dans lequel vous travaillez actuellement. Identifiez les besoins en SPS et en ASE dans ce contexte et mettez au point un plan d'action pour répondre à ces besoins.

1. Quelle est votre <b>population cible</b> ?
2. Quels sont les <b>besoins</b> en SPS et en ASE de la population cible ? Comment le savez-vous ?
3. Quelles sont les <b>interventions</b> de SPS et d'ASE appropriées pour répondre à ces besoins ? Citez-en quelques-unes.
4. Quels sont les <b>résultats</b> escomptés ?



5. De quelles **ressources** humaines ou matérielles avez-vous besoin pour mettre en œuvre ces interventions ? De quelles ressources disposez-vous déjà ? De quelles ressources supplémentaires avez-vous besoin ? Comment allez-vous acquérir ces ressources ?

6. Quels sont les **défis** potentiels à la mise en œuvre de vos interventions ?

7. Comment allez-vous **relever ces défis** ?





## Document 11 : Autoréflexion

Réfléchissez sur la formation et répondez aux questions ci-dessous

Qu'avez-vous appris aujourd'hui ? Citez **3** éléments.

Quelles idées/stratégies nouvelles allez-vous utiliser dans votre travail ? Citez-en **2**.

Avez-vous encore des questions ? Citez-en **1**.





## Document 12 : Formulaire d'évaluation

Mettez un **X** dans la case correspondant à votre réponse pour chaque affirmation. Veuillez justifier vos réponses dans la colonne « commentaires ».

	Tout à fait d'accord	D'accord	Pas d'accord	Pas du tout d'accord	Commentaires
Les informations reçues avant la formation étaient pertinentes.					
Le facilitateur était bien préparé.					
Le facilitateur était intéressant.					
Les consignes étaient claires et faciles à comprendre.					
Le matériel fourni était clair et facile à comprendre.					
Le matériel fourni était pertinent.					
Je vais pouvoir utiliser dans mon travail ce que j'ai appris lors de cette formation.					



Autres commentaires :

Suggestions d'améliorations :

**Merci pour vos commentaires !**