



Nom de l'activité : Groupe de partage

Tranche d'âge : 14-18 ans

Durée : 40 à 45 minutes

Résultats d'apprentissage / Objectifs :

- Aider les jeunes à comprendre que le deuil ne concerne pas uniquement la mort, mais aussi différentes expériences de perte (déménagement, séparation, divorce, migration, etc.).
- Les aider à exprimer leurs sentiments dans un environnement sûr.
- Renforcer les compétences en matière de soutien par les pairs et d'empathie.
- Réduire le sentiment de solitude et renforcer le sentiment de solidarité.

Matériel :

- Des chaises (disposées en cercle).
- Cartes ou feuilles de papier de couleur, stylos.

Guide pédagogique (pour l'enseignant) :

1. L'enseignant prépare les cartes de couleur ou le papier à lettres et les stylos qui seront utilisés pour l'activité.
2. Les chaises sont disposées en cercle afin que tout le monde puisse se voir.
3. L'enseignant explique :
« Le deuil n'est pas uniquement lié à la mort. Il peut y avoir de nombreuses pertes dans la vie : un ami qui déménage, un changement d'école, la séparation des parents, la migration ou la perte de quelque chose qui nous est très cher... Tout cela peut susciter en nous des sentiments de tristesse, de colère, de solitude, etc. Aujourd'hui, nous sommes ici pour partager ces sentiments et nous écouter les uns les autres. »
4. Les élèves reçoivent de petites cartes. On leur demande de compléter l'une des phrases suivantes :
 - « Un changement qui a été difficile pour moi... »
 - « Cette situation m'a fait ressentir... »
5. Les élèves qui le souhaitent partagent leur carte avec le groupe. Ceux qui ne souhaitent pas partager peuvent garder pour eux ce qu'ils ont écrit.
6. L'enseignant encourage l'écoute sans jugement, l'empathie et la solidarité pendant le partage.
7. À la fin de l'activité, le groupe rédige un message de soutien. Par exemple : « Nous vivons tous des expériences différentes, mais nous ne sommes pas seuls ; nous pouvons nous soutenir les uns les autres. »
8. Tout au long de cette activité, l'enseignant doit porter une attention particulière aux enfants qui ressentent des émotions négatives. Si un comportement préoccupant est observé (par exemple, apathie, réaction excessive, non-coopération, etc.), l'enseignant doit le noter et le signaler au service d'orientation et de soutien psychologique.

À la fin de l'activité (résultats attendus) :

- Les élèves apprennent que la perte ne se limite pas à la mort.
- Ils ont l'occasion d'exprimer leurs sentiments en toute sécurité.
- L'empathie et la solidarité se développent.
- Le sentiment de solitude diminue.

Conseils aux enseignants :

- On ne fait pas pression sur les élèves qui ne souhaitent pas s'exprimer.
- La diversité des émotions est normalisée ; chaque réponse est valorisée.

- Les contributions ne sont pas minimisées ; la confiance au sein du groupe est préservée.
- Les informations partagées pendant l'activité restent au sein du groupe, et la vie privée des enfants est soigneusement protégée ; les enfants en sont également informés.
- La séance se termine par un message d'espoir et de soutien.