



Comment penser et accompagner le retour à l'école?

Des pistes pour le soutien à
la communauté éducative
par les psychologues de
l'Education nationale

Mélaïne Descamps-Bal

Retrouver un fonctionnement

dans une situation inédite?

- Les routines ont été bousculées pour tous, d'autres ont pris leur place, parfois suffisamment confortables, mais toujours sur un fond d'incertitude qui fait perdre le sentiment de contrôle et ainsi peut générer une certaine anxiété.
- Chaque personne a mis en place ses propres stratégies d'adaptation, plus ou moins efficacement, qu'il s'agira de prendre en compte et d'accompagner
- Le retour à l'école n'en sera pas un, tout sera différent, comment retrouver une routine rassurante et contenant dans ce contexte?



Une difficile distance

- Les psyEN ont été comme tous affectés par cette situation, à des degrés divers.
- Comment aider lorsque l'on est soit même affecté?
- Il s'agit d'abord de se gérer et de se protéger
- Les psyEN sont souvent trop isolés dans leur fonction sur le terrain, nous devrions pouvoir non seulement continuer à travailler en équipes, mais aussi s'appuyer sur des ressources et liens extérieurs avec d'autres psychologues.
- Il s'agit aussi de pouvoir compter sur des personnes ressources capables d'alerter et de protéger d'éventuels *burn-outs*.



Les besoins physiologiques, à ne pas oublier





Se sentir en sécurité dans un environnement insécure?

- L'ennemi invisible et encore trop inconnu rôde toujours...
- Les injonctions variables et contradictoires contribuent au sentiment d'insécurité et de manque de confiance dans le cadre

Alors que faire? SE PROTÉGER, se construire un endroit physique de sécurité mais aussi un endroit mental

- Défendre son droit à se sentir le plus en sécurité possible
- Adapter ses modes d'accompagnement
- Savoir communiquer un minimum de sentiment de sécurité au niveau professionnel

Un double objectif

- D'accompagner la mise en place de tout ce qui peut rassurer en premier lieu: reprendre des repères, tisser un nouveau commun, donner des horizons.
- Tout en accompagnant les stratégies d'adaptation de chacun qui peuvent être très variables en fonction des personnalités, des contextes et des vécus



Le travail en partenariat structuré

- Le psyEN devrait pouvoir s'appuyer sur des équipes au niveau de sa circonscription ou son district, RASED, CIO ou autres, CMP etc., pour des approches et outils mutualisés en lien avec les équipes locales, l'académie
- Et au niveau de chaque établissement en articulation avec les directeurs ou chefs d'établissement
- Les liens avec chaque enseignant devraient être facilités pour qu'ils puissent se sentir soutenus et accompagnés si besoin



Le soutien en amont

- Au niveau de la circonscription/district: identifier les ressources, les actions communes et les partenaires
- Au niveau des établissements: avec l'équipe, cibler les vulnérabilités possibles et se positionner en soutien attentif aux équipes
- Au niveau des élèves et de leurs familles: répondre aux demandes, éventuellement contacter les familles qui en auraient besoin



Des principes pour la reprise

- En premier lieu, contribuer à renforcer le sentiment de sécurité, la vraie gageure
- Etre proactif dans l'accès à une information très lisible par toute la communauté éducative
- Aider à poser des cadres rassurants
- Etre informé et informer de façon adaptée sur les risques possibles de stress, de traumatismes, de deuil, et favoriser l'accès aux aides possibles.
- Aider les enseignants qui le demandent à préparer le retour en classe d'une façon nécessairement ajustée aux besoins de la situation
- Il s'agit de concourir à restaurer et à conforter les sentiments de **contrôle**, d'**appartenance** et de **compétence** pour tous



Une « rentrée » particulière

- Comment retrouver des routines scolaires qui permettent à tous de se remettre en activité?
- Toute la communauté doit pouvoir retrouver une sorte de familiarité rassurante, dans un accueil positif autant que possible. L'école doit donner l'impression autant que possible d'avoir « tenu le coup » et de savoir où elle va.
- Les psyEN peuvent être positionnés en appui visible, et prêts à accompagner les plus fragilisés.



L'accompagnement après la reprise

- Point régulier avec les équipes, les enseignants, les familles identifiées
- Refaire du commun avec les nouvelles règles sanitaires, comme on le peut! Humour, inventivité bienvenues!
- Organiser les éventuels soutiens et accompagnements identifiés en amont ou à la reprise

L'aide par réunion de groupes de soutien

- Si possible: deux adultes dont un psyEN au moins pour animer, avec un qui écrit ce qui se dit.
- Présentation simple et précise des personnes, du cadre, des objectifs de la réunion qui n'est pas une thérapie de groupe mais un espace de parole et de soutien.
- Protocole d'animation par questions inductrices.
- Clôture structurée avec pistes d'accompagnement, suite éventuelle et liens proposés pour ceux qui le voudraient (repérer ceux qui auraient besoin de plus de soutien).

Le protocole d'animation par questions inductrices

- Comment cela s'est passé pour vous?
- Qu'avez-vous pensé, imaginé?
- Maintenant que pensez-vous?
Qu'imaginez-vous? Quels sont vos questionnements?
- Qu'est-ce qui peut vous aider, maintenant et plus tard?

Crise:

Danger

+

Opportunité

A large, bold, black calligraphic character representing the Chinese character for 'Danger' (危). The character is written in a dynamic, expressive style with thick, dark strokes and visible brush texture. It is positioned in the upper right quadrant of the image.A large, bold, black calligraphic character representing the Chinese character for 'Opportunity' (機). The character is written in a dynamic, expressive style with thick, dark strokes and visible brush texture. It is positioned in the lower right quadrant of the image.