

LE CADEAU (DROIT À LA VIE PRIVÉE) (ISSU DE: RECHT IN DE ROOS [NL])

Thèmes	Vie Privée
Niveau de difficulté	Facile
Âge	De 6 à 14 ans
Grandeur du groupe	De 6 à 20 enfants
Type d'activité	Activité d'immersion et de narration
Résumé	Les élèves découvrent leur propre univers de pensée à travers un exercice de méditation et donc le droit à la vie privée.
Objectifs	<ul style="list-style-type: none"> ■ Faire l'expérience de la singularité de son monde imaginaire grâce à la méditation guidée. ■ Prendre conscience et appliquer le respect de sa vie privée et de celle des autres.
Préparation	/
Matériel	Une musique de fond calme, du matériel de dessin et d'écriture, une grande enveloppe pour chaque enfant.

Déroulement

- Annoncez que vous allez emmener les enfants en voyage. Bizarrement, il ne faudra pas se déplacer pour ce voyage. Il·elle·s peuvent rester assis·es là où elles et ils sont. Ce sera un voyage dans leur monde imaginaire, leur tête, leurs pensées. Dans ce voyage, il suffit de se détendre, fermer les yeux et se laisser emporter par les mots de l'enseignant·e. Il·elle·s doivent se concentrer et attendre patiemment que les images se forment. Les enfants ne peuvent surtout pas réagir ou dire tout haut ce qu'elles et ils voient ou vivent. Si ce type d'exercices n'est pas dans leurs habitudes, le plus difficile sera peut-être de devoir se taire tout au long de l'activité.
- Lorsque tout le monde est prêt, assurez-vous d'abord que les enfants soient dans une position confortable –il·elle·s peuvent baisser la tête – et que le silence soit total. Pour faciliter la concentration, ou pour neutraliser les sons dérangeants, vous pouvez diffuser une musique de fond calme (p. ex. new-age, musique méditative, sons de la nature, etc.). Parlez calmement mais clairement et faites suffisamment de pauses pendant la lecture à voix haute du texte « Méditation guidée : Le petit cadeau ».
- Lorsque vous avez fini de lire, laissez aux enfants le temps de « revenir » en classe. Vous précisez que ceux·elles qui veulent partager leurs expériences devront attendre un peu mais pourront parler plus tard.
- Vous continuez d'expliquer : « L'endroit où vous êtes allé·es, ce à quoi il ressemblait et ce que vous y avez trouvé sera différent pour chacun·e d'entre vous. Est-il possible de savoir où son·a camarade est allé·e, le paysage qu'il·elle y a vu, ce qu'il·elle y a trouvé ? » ... « Ce sont les pensées, les sentiments, les expériences de chacun·e qui créent ces



images uniques. Ce que vous venez de voir et d'expérimenter en dit long sur qui vous êtes et sur ce que vous ressentez... C'est personnel. C'est privé. Personne d'autre que vous ne peut le savoir. Il est important de déterminer si vous allez tout raconter, raconter une partie ou ne rien raconter à vos camarades. C'est votre droit. Chaque enfant a droit à sa vie privée. Chaque enfant a le droit de décider ce qu'il·elle veut partager ou non sur sa vie.

- Vous donnez la consigne suivante (un exercice sur la vie privée). « Dessinez ou décrivez dans un texte un élément du voyage que vous venez de vivre. Par exemple, le paysage, la pièce bleue, la boîte, la plante ou l'animal, le trésor dans la paume de votre main, etc. Vous décidez de ce que vous dessinez ou écrivez. Vous décidez également si vous voulez partager cela avec vos camarades. C'est la raison pour laquelle chacun·e d'entre vous recevra une grosse enveloppe dans laquelle il·elle pourra conserver ce qu'il·elle a fait. Ce sera votre enveloppe privée. »
- Vous laissez les enfants travailler. Pendant ce temps, vous observez leur comportement pour le débriefing. Qui protège son travail des regards indiscrets ? Qui ne peut s'empêcher de jeter un coup d'œil sur le travail de ses camarades ? Qui montre spontanément son travail aux autres ? Comment les enfants s'y prennent-il·elle·s en ce qui concerne la vie privée de leurs camarades ?
- Vous installez les enfants en cercle et vous leur donnez l'occasion de montrer, raconter, lire quelque chose sur leur voyage. Vous profitez de cette occasion pour mettre en avant le droit à la vie privée. Comment réagissent les enfants face aux travaux des autres ? Montrer ou ne pas montrer son travail ? Garder son trésor pour soi ? La pression du groupe pousse-t-elle les enfants à en dire plus que ce qu'il·elle·s ne veulent ?
- Les questions suivantes peuvent être posées pour approfondir la discussion :
 - Comment vous sentiez-vous lorsque vous écriviez ou dessiniez ?
 - Y a-t-il eu des atteintes à votre vie privée ?
 - Qu'avez-vous pensé de cette enveloppe ?
 - Étiez-vous encore plus curieux·ses que d'habitude ?
 - Était-il difficile de ne pas regarder l'enveloppe des autres ?
 - Y a-t-il d'autres exemples où votre vie privée aurait pu être mieux respectée à l'école ?

Extension

- Question 1 « Pouvez-vous citer un exemple dans votre vie où il est important que votre vie privée soit respectée ? »
- D'autre part, tout le monde se doit de respecter la vie privée et les choix des autres. Il faut respecter lorsqu'un·e camarade choisit de partager ou non ses expériences.
- Question 2 « Pouvez-vous donner des exemples de vos propres vies ? »

Conseils pour l'animateur·rice

Vous pouvez nuancer le droit à la vie privé par ces remarques : « Tout le monde doit respecter la vie privée des enfants. Les adultes responsables d'un enfant (les parents, les enseignant·e·s, la police, l'animateur·rice de jeunesse, etc.) peuvent néanmoins le contrôler s'il·elle·s sont préoccupé·e·s par son bien-être, sa santé ou sa sécurité. Vos parents peuvent contrôler vos mails ou vos forums de discussion s'il·elle·s soupçonnent qu'un adulte tente de vous approcher.



Méditation guidée « Le cadeau »

« Installe-toi dans une position confortable. Ferme les yeux. Respire calmement. Inspire... Expire. Inspire... Expire... Tu es assis·e sur le sol dans une pièce à quatre murs. La pièce est toute bleu vif. Dans le mur en face de toi, tu remarques une porte. Tu te lèves. Tu vas vers la porte. Tu mets ta main sur la poignée de la porte et tu tournes doucement. Tu te demandes ce qu'il y a derrière la porte. Tu peux pousser la porte maintenant. Tu sors. Tu restes là et tu observes.

Devant toi, tu vois un magnifique paysage. Il n'y a aucune maison, voiture, ni même personne à l'horizon. Regarde bien autour de toi et essaie de tout enregistrer. Que vois-tu ? Le paysage est-il plat, y a-t-il des collines ou des montagnes ? Est-ce que tu peux voir loin, ou pas encore ? Tu es peut-être dans un bois, ou dans un espace ouvert ? Dans une vallée ou dans une montagne ? Y a-t-il un ruisseau ? Une rivière ? Un étang ? La mer ? En quelle couleur vois-tu ce qui t'entoure ? Peux-tu apercevoir des animaux ? Des oiseaux ou des papillons dans le ciel ?

Là où tu es, commence un chemin de terre. Le chemin de terre serpente plus loin dans le paysage. Tu commences à te promener sur le chemin. Tu marches calmement en regardant bien autour de toi. Le soleil brille, il fait bon. Tu profites de la nature, des belles couleurs, du calme. Là maintenant, tu t'arrêtes pour pouvoir admirer. Ensuite, tu reprends ta marche. Il y a un virage sur la route. Le long de la route, il y a des buissons. En marchant, tu aperçois tout à coup quelque chose qui brille entre les branches des buissons. Tu vas voir ce que c'est. Tu pousses les branches du buisson et tu vois une boîte emballée dans du papier cadeau brillant, entourée d'un nœud. Tu prends la boîte prudemment. Qu'y a-t-il à l'intérieur ? Tu ne peux pas t'empêcher de l'ouvrir. C'est comme si on avait mis ce petit cadeau là spécialement pour toi. Est-ce possible ?

Tu défais le nœud et tu enlèves le papier brillant. Tu fais ça prudemment pour que le papier ne se déchire pas. Sous le papier, il y a une autre couche de papier cadeau. Et sous ce deuxième papier, tu aperçois une boîte. Tu ouvres la boîte et tu tombes sur une autre boîte plus petite, elle aussi bien emballée. Ensuite, tu vois une autre boîte encore plus petite, elle aussi bien emballée. Petit à petit tu te rapproches du but. Finalement, tu vois la dernière, la plus petite boîte. Tu commences à soupçonner ce qui pourrait se trouver à l'intérieur.

Tu ouvres la boîte. C'est bien ce à quoi tu t'attendais ? Ou es-tu vraiment surpris·e ? Tu sors le cadeau de la boîte et tu le mets dans la paume de ta main. Tu l' observes sous tous les angles. Ce cadeau a certainement été placé là spécialement pour toi. Tu te demandes ce que tu pourrais en faire. Tu reviens sur tes pas, ton trésor à la main. Tu arrives à la porte de la pièce bleue. Tu rentres. La pièce est complètement différente. Tu remarques... (Décris quelque chose de concret concernant le local de la classe). Tu es à nouveau en classe. Tu vas t'asseoir sur la chaise de ton bureau. Tu ouvres les yeux tout doucement. Tu rentres d'un voyage particulier.

