

Quand le lézard reprend le flambeau

Les enseignants sont de plus en plus confrontés à des enfants de réfugiés traumatisés. Souvent, ils n'y sont pas préparés et n'ont pas de formation en la matière. La responsable pédagogique et consultante spécialisée en psycho-traumatologie Marianne Herzog a produit un livre pour enfants spécialement à leur attention. La rédaction de Planète-exil a demandé à des enfants de réfugiés ce qu'ils pensent du très recherché manuel didactique «Lily, Ben et Omid». *par Barbara Graf Mousa, rédactrice responsable*

Mariam, Samir, Eneas et Mirko* s'installent confortablement sur des coussins dans un coin accueillant de la classe. Ils ont un petit rire gêné, car aujourd'hui, il y a des invités qui veulent les entendre raconter l'histoire de «Lily, Ben et Omid», les trois enfants qui partent à la recherche d'un «lieu sûr».

Leur maîtresse Ina Kretzer rayonne de calme, de bonté et d'assurance. Elle jette un regard confiant à la ronde et sa sérénité déteint immédiatement sur les quatre enfants atteints de différents troubles psychiques. Presque tous sont sujets à des problèmes de concentration, à des cauchemars, à des insomnies et ont beaucoup de peine à rester tranquilles un moment. Les uns ont vécu des horreurs en Irak ou en Syrie, leur pays d'origine. Les autres ont hérité du traumatisme de leur père (transmission transgénérationnelle d'un traumatisme) et souffrent de la perte de leur petite sœur décédée récemment. «Il est important que les enseignants supportent le récit des enfants. On ne peut pas attendre ça

de chacun d'eux. Ceux qui enseignent l'allemand en tant que deuxième langue recueillent beaucoup de confidences et jouent souvent un rôle essentiel dans le dépistage et la prise en charge des traumatismes», déclare Ina Kretzer qui suit actuellement une formation continue de responsable pédagogique en psycho-traumatologie.

Il n'est pas facile de définir précisément ce qu'est un traumatisme (blessure en grec) et de discerner comment il s'exprime. Experte de la question, Marianne Herzog explique: «Un traumatisme apparaît quand les capacités personnelles ne suffisent pas à surmonter un événement grave. Plus les enfants sont jeunes, plus ils sont vulnérables. Un «lieu sûr», par exemple le jardin d'enfants ou l'école, les aide à se rétablir. Le fait que les enseignants reconnaissent le phénomène de transmission et savent comment fonctionne un cerveau sous stress y contribue. On traite tout de suite une plaie, pour éviter que ça ne devienne une blessure chronique.»

Trouver le lieu sûr

Entre-temps, les enfants ont ouvert le livre. Au milieu du cercle, des personnages en feutre sont groupés autour d'une petite chaise où trône une chose informe avec une baguette. «C'est un cerveau avec une antenne», expliquent les enfants enthousiastes. L'un d'eux ne peut plus se retenir de fouiller dans le cerveau pour en extraire un petit lézard vert qu'il installe sur le trône. «Maintenant, c'est le lézard – notre cerveau reptilien – qui prend les commandes à la place de la raison», déclare la maîtresse. «Chez moi aussi, c'est des fois comme ça que ça se passe, pas vrai?», commente Samir.

Chez les gens qui ont vécu la guerre et la fuite, cette partie du cerveau autrement si utile pour gérer les dangers se laisse entraîner à des réactions inappropriées. Le cerveau reptilien ne connaît que trois possibilités d'action: le combat, la fuite ou la paralysie. Si un enfant traumatisé refuse par exemple une tâche, c'est que le cerveau reptilien lui a dicté qu'il vaut



Mariam, Samir, Eneas et Mirko* s'installent confortablement sur des coussins dans un coin accueillant de la classe. Ils ont trouvé leur lieu sûr



Les enfants s'identifient immédiatement à Lily, Omid et Ben. «Cette identification de certaines choses possibles et facilite le travail», se réjouit la maîtresse Ina

mieux se bloquer plutôt que courir, soi-disant, à un nouvel échec. C'est bien que les enseignants sachent qu'il s'agit là de fonctionnements cérébraux organiques et que l'enfant peut difficilement réagir autrement.

Dans le livre, les trois enfants qui erraient dans la forêt sombre sont tombés dans un trou profond qui débouche sur un endroit chaud et lumineux – un lieu sûr. La gentille Annelene leur raconte l'histoire du lézard, de l'antenne, de la clochette et de la raison devant une tasse de thé et des biscuits. Les enfants s'identifient immédiatement à Lily, Omid et Ben. «Je suis comme Lily. Parfois je me fâche autant qu'elle, quand tout le monde n'arrête pas de me déranger à la maison», déclare Mariam en désignant dans le livre la fille au regard noir. «Je suis aussi nerveux et agité qu'Omid et j'ai de la peine à dormir», reconnaît Samir. Reste encore Ben qui, dans le livre, se sent triste, découragé et perdu. Ina Kretzer interroge délicatement les frères qui hochent la tête d'un air gêné. La gêne, gardienne de la dignité, est une émotion clé pour les personnes traumatisées: «Se libérer de la honte est un élément central de la pédagogie du traumatisme. Quand la honte disparaît, la raison peut reprendre les commandes. C'est un changement qui passe par l'éducation», explique Marianne Herzog. Ses connaissances sont très demandées. La responsable pédagogique les transmet dans des cours adaptés aux groupes cibles. «Un enseignant doit savoir que des phrases comme «je te l'ai déjà dit x fois» provoquent de la honte et entravent le changement de comportement.»

Outils intérieurs

«Cette identification avec les enfants du livre m'a surprise. Ça rend certaines choses possibles et facilite le travail», se réjouit la maîtresse. Elle donne une sonnette à Mariam alias Lily, un bonnet à Samir alias Omid, et les deux Bens, Eneas et Mirko, reçoivent des lunettes roses en carton. «Quand le lézard sonne à la porte, je lui dis que je ne veux pas de visite aujourd'hui», explique Mariam. «Alors, je ne me mets plus autant en colère.» Eneas pose les lunettes roses sur son nez, rigole et les passe à son frère. «Tu vois le monde plus en couleurs?» demande Ina Kretzer. «La prochaine fois que tu vois tout en noir, mets ces lunettes.» Samir tire sa casquette sur son visage et dit «Dormir». La maîtresse hoche la tête en signe d'approbation. «Exactement Samir, sous cette casquette, tu es en sécurité, tu peux dormir tranquille.»

La leçon de la semaine «sentir et penser» est passée en un éclair. Les élèves prennent gentiment congé et se précipitent dehors, comme tous les enfants de leur âge.

«Cette leçon doit leur donner le bagage nécessaire pour identifier leurs propres ressources et les renforcer. Ce livre m'y aide énormément», déclare Ina Kretzer. «La question de savoir combien de résistance psychique, de résilience comme on dit, est présente chez la personne traumatisée est plus centrale pour la perspective d'avenir que les motifs du traumatisme.»

*nom modifié



Lily, Ben und Omid

Herzog, M. & Hartmann Wittke J. (2015).

Lily, Ben und Omid. Top Support GmbH. Oberhof
Le livre «Lily, Ben und Omid» peut être commandé en librairie ou directement auprès de l'auteure via le site (<http://www.marianneherzog.com/lily-ben-und-omid-1/buch-bestellen/>). Une série de leçons et une chanson peuvent en outre être téléchargées.

À partir de juin 2016, le livre sera aussi disponible en anglais, en arabe, en suédois et en roumain.

Vidéo sur le thème de la psychoéducation: <https://youtu.be/1N9L26gJTbI>



ication rend Kretzer.

«Maintenant, c'est le lézard – notre cerveau reptilien – qui prend les commandes à la place de la raison», déclare la maîtresse. «Chez moi aussi, c'est des fois comme ça que ça se passe, pas vrai?», commente Samir

La question de savoir combien de résistance psychique, de résilience comme on dit, est présente chez la personne traumatisée est plus centrale pour la perspective d'avenir que les motifs du traumatisme.