REFERENTIEL PEDAGOGIQUE INTERVENTION ET ACCOMPAGNEMENT PSYCHO SOCIAL PAR LA NATURE ET L'AVENTURE EN EUROPE FRANCOPHONE

Document co-rédigé par les équipes des associations D'une Cime à l'Autre et En Passant Par la Montagne dans le cadre du projet :

« Développement de la méthodologie IAPNA (L'Intervention et l'Accompagnement Psychosocial par la Nature et l'Aventure) en Europe par la formation des travailleurs sociaux qui encadrent les jeunes en décrochage ».

Co-auteurs : Barbara COMTE PEYRONNARD, Jean Christophe FERIR, Frédéric LOUX, Samuel PUISSANT, Marie-Odile RAPHAEL.

Ce projet a bénéficié du soutien de l'Union Européenne, Dispositif Erasmus +

SOMMAIRE

INTRODUCTION : un référentiel pédagogique sur l'IAPNA en Europe francophone

1. LE CADRE D'INTERVENTION : UN CONTEXTE PROPICE A LA RUPTURE

1.1. La nature
1.2. L'aventure
1.3. Nature et aventure pour créer la rupture

2. LE PROCESSUS : 3 PHASES SUR LA LIGNE DU TEMPS DU PROJET

2.1. Contextualisation - phase préparatoire
2.2. Décontextualisation - temps d'aventure dans la nature
2.3. Recontextualisation – espace de célébration et de transfert des acquis

3. INGRÉDIENTS ACTIFS D'UN SEJOUR IAPNA

3.1. L'engagement ou " comment favoriser l'engagement sur la durée des participants ?"
3.2. Le risque : entre la prise de risque perçue et celle vécue, la juste mesure à trouver
3.3. L'effort : un véritable enjeu qui mérite accompagnement et pédagogie
3.4. L'expérience partagée, au cœur du processus

4. UNE POSTURE ET LE RÔLE DE CHAQUE PARTIE PRENANTE À DÉFINIR

4.1. Rôles et postures spécifiques de l'intervenant IAPNA
4.1.1 : Quatre postures de terrain : Meneur-Accompagnateur-Compagnon-Routeur
4.1.2 : Trois « méta-postures » : Le Papillon – La Loutre – L'Ecureuil

4.2. Rôles et postures spécifiques de l'équipe éducative/thérapeutique
4.3. Rôles et postures spécifiques du guide professionnel du milieu
4.4. L'équipe d'accompagnement : 4 principes pédagogiques à faire vivre
4.4.1 : La triangulation des rôles
4.4.2 : Le rythme sans en avoir l'air
4.4.3 : La parole et l'expression au centre
4.4.4 : La bienveillance et la non complaisance

5. LA BOÎTE À OUTILS POUR LE DÉROULEMENT D'UN PROJET IAPNA EN EUROPE FRANCOPHONE

CONCLUSION

INTRODUCTION : un référentiel pédagogique sur l'IAPNA en Europe francophone

L'Intervention et l'Accompagnement Psycho Social par la Nature et l'Aventure (IAPNA) est une approche psycho-éducative et/ou thérapeutique qui utilise la Nature et l'Aventure comme supports pour accompagner des personnes (généralement des adolescents ou de jeunes adultes) en situation de fragilité, pour les aider à surmonter leurs difficultés et à développer leurs **compétences psychosociales** - celles-ci étant définies, par Santé Publique France, comme "la *capacité d'une personne à faire face aux exigences et aux défis de la vie quotidienne, les compétences psychosociales peuvent être de nature sociale, émotionnelle ou cognitive"*.

L'IAPNA considère qu'il est primordial pour chaque être humain de cultiver un lien étroit avec la Nature et que cette connexion peut être utilisée pour favoriser le bien-être. Ainsi, elle propose des activités en pleine nature sous forme d'**aventures éducatives en petits groupes qui s'inscrivent dans une certaine durée**. Ces activités peuvent prendre des formes variées : séjours en forêt et bivouacs, randonnées en autonomie, expéditions en montagne, descentes de rivières, escalade, grimpe d'arbres, etc. Elles sont encadrées par des professionnels formés à cette approche que nous nommerons ici "Intervenants", qui vont aider les participants à développer leurs compétences psychosociales, comme la confiance en soi, l'estime de soi, la résilience, la communication, la coopération… Ces expériences sont à vivre avec le personnel éducatif qui accompagne au quotidien les participants, pour permettre la création de nouveaux rapports. « *La coexistence avec des hommes et des femmes qui les voient autrement, sous une forme propice et confiante, exerce un effet symbolique considérable. Pour une fois, les adultes ne sont pas là pour les réprimander ou leur interdire des activités mais pour interdire, "dire entre soi", c'est-à-dire partager, négocier les faits et gestes de la vie quotidienne dans une mutuelle reconnaissance.* » [1]

Au-delà d'amener les publics simplement dans la nature, l'approche IAPNA propose des **interventions organisées et planifiées avec des objectifs spécifiques adaptés au public rencontré**.

*"La méthodologie mise en place nécessite un **engagement affectif** dans le processus de la part des participants, de l'équipe éducative mais aussi des intervenants. C'est le principe de l'expérience partagée : vivre des moments significatifs avec des personnes significatives. La récurrence ou le temps des projets IAPNA offre la possibilité aux participants de **trouver leurs propres solutions** pour s'autoréguler personnellement, mais aussi collectivement avec leurs pairs lors des activités plutôt que d'avoir rapidement recours aux adultes pour résoudre leurs problèmes."*[2]

La méthodologie consiste à imaginer et proposer des moments expérientiels pour les participants desquels l'**engagement, l'effort, le risque et l'expérience partagée** en deviennent les ingrédients majeurs, ponctuées de **temps réguliers de verbalisation.**

---

[1] Le Breton 2019 -

[2] Extrait de l'ébauche du rapport de recherche Module de Travail 3 – Recherche TransDISC
Catherine Bert – Simon Dubetz – Damien Huvelle

Ainsi, le processus IAPNA vise à faire évoluer, augmenter les habiletés, compétences et connaissances de chaque participant dans :

- La relation à soi
- La relation aux autres
- La relation à la nature

Suite aux nombreuses rencontres avec Sébastien Rojo et Geneviève Bergeron, fondateurs de la modalité d'intervention IPNA au Québec (**Intervention Psychosociale par la Nature et l'Aventure)**, et convaincus que la Nature et l'Aventure sont des leviers de changements profonds dans le triangle relationnel évoqué ci-dessus, nos deux associations **D'une Cime à l'Autre** (Belgique) et **En Passant Par la Montagne (France)** ont puisé dans ce précieux travail de formalisation et de modélisation pour nourrir leur méthodologie de projets menés auprès des publics fragilisés.

Soucieux d'échanger et partager nos pratiques, nous nous sommes réunis autour d'un projet commun intitulé : ***"Développement de la méthodologie IAPNA (Intervention Psychosociale et l'Accompagnement par la Nature et l'Aventure) en Europe par la formation des travailleurs sociaux qui encadrent un public en difficulté sociale.*** Ce projet a bénéficié du soutien financier de l'Union Européenne dans le cadre du dispositif Erasmus +.

Ce référentiel pédagogique est donc le fruit d'un travail commun de trois années d'échanges, d'observations et d'appropriation du concept par nos deux organisations. Il s'est largement enrichi de travaux de philosophes, anthropologues, chercheurs.

Ce document est destiné au développement des compétences et savoir-faire internes à nos structures mais aussi à tous les acteurs soucieux d'accompagner les personnes fragilisées. Les associations, les éducateurs, les enseignants, etc. pourront trouver, nous l'espérons, des conseils et inspirations.

Ce référentiel est voué à s'enrichir des apports mutuels au fur et à mesure des rencontres, échanges, et expériences.

Le lecteur remarquera que l'acronyme québécois IPNA s'est enrichi d'une nouvelle lettre. L'IAPNA comprend ainsi la mention de l'Accompagnement, complémentaire à l'Intervention en reflétant bien de la sorte la notion de processus éducatif et/ou thérapeutique, la notion d'accompagnement dans la durée par un réseau de facilitateurs, la notion de « chemin à parcourir », qui se vivent dans nos projets. « *Il faut tout un village pour éduquer un enfant* » nous dit un proverbe africain. Notre intervention est une pierre à cet édifice.

Ouvrage de référence de Sébastien et Geneviève Rojo :

1. LE CADRE D'INTERVENTION, UN CONTEXTE PROPICE A LA RUPTURE

1.1 - LA NATURE

"Ça sent bon, ça sent bon les bois, les prés, la nature". Cette comptine chantée, c'est de cette nature-là dont il est question dans cet ouvrage : jardins, campagne, forêt, montagnes, plantes, animaux sauvages et domestiques. Ce mot est ici employé dans son sens le plus simple, le plus commun."[3]

La nature, telle qu'envisagée dans un processus IAPNA constitue un environnement d'exploration et de découverte en perpétuelle transformation. Ce potentiel d'émerveillement et d'inattendu enflamme, apaise, éveille ainsi nos sens, malmenés par notre vie sédentaire, nous procurant ainsi des émotions génératrices d'une puissance d'éveil sans égal. Le foisonnement, la complexité et la beauté de la nature favorisent ainsi notre créativité à s'inventer.

Les séjours IAPNA ont donc lieu, dans leur partie la plus consistante, en "pleine nature".

Qu'est-ce à dire ? Voici les traits d'une nature riche et pleinement pédagogique :

- **Un territoire vaste**, pour sortir des chemins battus et cheminer
- **Un terrain accidenté**, pour mobiliser ses ressources physiques et mentales
- **Des endroits doux et confortables**, pour se reposer et « se lover »
- **Un lieu esthétique**, composé d'endroits porteurs de mystères, pour s'émerveiller et imaginer
- **De grands paysages** nourrissant la symbolique, pour tenter de regarder au-delà de l'horizon
- **Des défis naturels** pour s'entraider et s'adapter
- **Une diversité de milieux** : rochers, crêtes, rivières, lacs, forêts… **et de choses à goûter, voir, sentir, entendre** pour éveiller tous nos sens
- **Du silence et du calme visuel** pour apaiser
- **Une nature complexe et sauvage** où l'Homme a pu se faire "discret"

FOCUS

Il est évident que tout lieu naturel, petit ou grand, proche ou lointain, peut convenir…l'intervenant aura ici tout loisir de faire preuve de créativité.

[3] *L. Espinassous P8 Besoin de nature*

De la nécessité d'une gradation dans la rencontre avec la nature

Il nous apparaît profitable d'envisager une gradation évolutive dans le "type de nature" rencontré au fil du projet. Ainsi, les premières étapes du projet auront lieu dans le quartier des participants, en ville ou proche de leur lieu de vie. Puis, de manière douce, ils seront amenés en forêt pour une randonnée, pour une journée. Enfin, ils goûteront, pour un séjour, aux joies de l'immersion longue…en pleine nature !

Favoriser l'émergence d'émotions dans la nature

Le dehors ainsi côtoyé est "*un lieu d'éducation qui offre une richesse, une multiplicité, une alternance qu'on ne retrouvera jamais à l'intérieur ".* [4]

Nous insistons sur l'importance de vivre des émotions dans notre rencontre avec la nature. Ces émotions passent par les sens et les sensations. L'imaginaire et l'intuition aussi. Tout cela pour créer de la sensibilité. On pourrait dire que plus la Nature est prise « à bras le corps », engageant tout le corps et l'esprit, plus cette sensibilité s'active et s'ancre. La relation avec la Nature est comme une relation avec un compagnon ou une compagne : l'amour doit être pleinement vécu avec tout son être (dont son corps), sinon, c'est de l'amour platonique, pas vraiment considéré comme le plus épanouissant !

1.2 - L'AVENTURE

Dans un processus IAPNA, l'Aventure est présente sous différentes formes : physique, émotionnelle, humaine, relationnelle, spirituelle ou réflexive.

« Ce sont des situations réelles, engageantes et dans lesquelles l'impression de risque est utilisée. Leur intensité physique, l'émotion née des risques perçus, réels ou imaginaires, l'aspect collectif de l'entreprise, la responsabilité engagée des uns envers les autres… Ces pratiques de pleine nature ouvrent une voie propice à l'acheminement du jeune vers l'autonomie. L'émotion qu'elles dégagent, corollaire de la peur, de la fatigue, de l'arrachement à soi parfois nécessaire pour l'accomplissement des gestes requis, marque la mémoire et agit sur le sentiment d'identité plus efficacement (surtout pour ces populations de jeunes en difficulté) que ne le ferait une activité plus tranquille et sédentaire. » [5]

L'aventure est ainsi composée :

- D'inconnu et d'incertitude
- De lieux et d'instants extraordinaires et surprenants favorisant l'excitation et l'exaltation
- De défis naturels qui permettent à l'audace et l'intuition de s'exprimer
- D'interactions fortes avec le milieu impliquant le corps en mouvement et l'esprit en action
- D'une réalité de l'expérience qui minimise les filtres négatifs (ex : confort trop abondant, GSM, déplacements motorisés, nourriture industrielle…)

Ces composants essentiels de l'Aventure vécue amènent les participants à se retrouver face à des situations non familières, dont l'issue est incertaine, ce qui les incite à vivre un déséquilibre les obligeant à (re)mobiliser

[4] *Louis Espinassous - Interview Réseau Ecole et Nature 2013*
[5] David Le Breton, 2019

des compétences ou des habiletés souvent méconnues.
Ils dépassent ainsi leurs propres limites pour aller vers une liberté et des possibilités plus grandes.

Il ne s'agit pas de « l'Aventure pour l'Aventure ».

Comme dit plus haut, il ne s'agit pas de proposer une situation simulant une Aventure pour se donner quelques frissons gratuits et sans doute stériles en termes d'apprentissage (ex : saut à l'élastique). C'est l'observation fine de ce qui est vécu pendant une véritable aventure, ancrée dans le réel, qui est intéressante. L'utilisation seule de ce concept d'aventure ne permet pas d'occasionner des changements.

Nous défendons ici une aventure en tant qu'outil de développement humain.

Mise en scène de l'aventure en pleine nature

L'aventure est, à l'évidence, totalement maîtrisée par l'intervenant au niveau de la sécurité (intégrité physique et psychologique) même si certains contextes nécessitent l'acceptation d'une dose d'inconnu.

En guise d'exemple :

- L'encadrement d'un groupe en canoë sur une rivière requiert l'acceptation de la découverte d'un environnement potentiellement changeant et non maîtrisé à chaque nouveau méandre de la rivière, le débit du cours peut très vite évoluer, etc.
- Un changement brutal de la météorologie peut apparaître malgré une prise du bulletin prévisionnel : en montagne, les orages violents ne sont pas toujours prévisibles.

Nous mettons en exergue ici la pertinence d'une situation de découverte de l'environnement partagée par l'intervenant et les participants, dans l'instant, éminemment fondatrice au niveau relationnel, en tant qu'expérience partagée de grande intensité.

La mise en scène évoquée repose sur 2 thèmes concrets, qui se répondent :

L'aventure réelle VS l'aventure perçue.

Comment le participant va-t-il vivre et se projeter dans l'aventure, estimer le risque à prendre pour surmonter la difficulté rencontrée ?
Quel est le degré réel d'isolement, d'engagement ou de risque à prendre par rapport à la difficulté rencontrée ?

Il existe une dissonance de perception souvent évidente entre ces 2 notions, nous en reparlerons plus loin.
Une dissonance que l'expérience accompagnée va tenter de réduire.

Quant à l'intervenant, c'est à lui qu'incombe l'évaluation du Potentiel Expérientiel (PEX) de la situation proposée, c'est-à-dire tout ce qu'elle est susceptible d'apporter au participant et le Potentiel Adaptatif (PAD) de ce dernier, c'est-à-dire sa capacité à vivre en confiance l'expérience et la transformer en nouvelles ressources.

Ainsi l'intervenant va, selon son objectif pédagogique, proposer et initier l'aventure et sa « mise en scène », en accentuant ou diminuant le curseur d'implication du participant. On parle ici de « niveau de convenance ».

POINT D'ATTENTION PÉDAGOGIQUE

1. Il convient de doser de manière fine la manière dont on distille « ce qui va venir ». Les extrêmes sont : ne rien dire, tout arrive comme des cadeaux (assez inconfortables pour ceux qui ont besoin d'être rassurés) ou tout dévoiler (manque de magie et de surprise, éléments moteurs importants dans une aventure).

2. Louis Espinassous dans « Pour une éducation buissonnière » : *"Soyons lucides ! Le dehors voulu, proposé est essentiellement un luxe de nantis. La nature tonique, vivifiante qui incite à la bataille, aux risques du froid, du mouillé, du noir ou de la perte de repères est un cadeau aux armés et aux protégés, dans leur corps et dans leur tête. Aux enfants et adultes qui souffrent dans leur corps de « pas assez manger, pas avoir à se loger contre le froid et le mouillé », à ceux que le quotidien expose aux intempéries, au manque physique et parfois affectif, n'allons pas offrir la bouche en cœur le plaisir d'aller en plus souffrir dans le froid et la pluie ! A ces personnes, offrons abondamment le dehors de l'abandon, du plaisir, le dehors où se lover, dosons avec une extrême attention les risques de la bataille. Mais ne les privons pas non plus de ces bonheurs auxquels ils sont parfois justement le plus sensibles… "*

1.3 - NATURE ET AVENTURE POUR CRÉER LA RUPTURE

Cette rupture est recherchée, préparée et évaluée dans un processus IAPNA. Voyons dans quels buts.

Qu'entend-t-on par "rupture" ? :

- Vivre une rupture avec l'environnement quotidien et ses repères associés
- Quitter le connu, pour aller vers l'inconnu
- Créer un déséquilibre physique, émotionnel, relationnel qui va obliger le participant à adopter de nouveaux mécanismes et schémas de référence, il s'agira de trouver un nouvel équilibre en termes de sécurité physique et affective.
- Se mettre en mouvement, car c'est lui qui va amener la potentielle transformation : nos séjours ont toujours lieu en itinérance à cet égard.
- Se recentrer sur les besoins vitaux : Manger – Dormir – Avoir chaud : ce relatif inconfort permet une prise de recul créatrice.

POINT D'ATTENTION PÉDAGOGIQUE

Nous invitons à être attentifs à ce vieux modèle "La Pyramide des besoins d'A. Maslow". Si vieux mais si pertinent en contexte d'animation ou d'itinérance dehors ! Comment amener des participants à réfléchir sur leur fonctionnement dans le groupe s'ils grelottent car trempés par la dernière averse ? Il est primordial pour l'intervenant d'aiguiser ses antennes pour déceler un jeune qui a froid, qui a peur, qui a mal au ventre, voire qui a faim…qui est tout simplement indisponible.

Que nous apporte la rupture et son déséquilibre associé, dans notre action pédagogique ?

Les besoins nouveaux, bien réels, nécessitent une adaptation sur le plan physique qui va provoquer des changements sur le plan cognitif et émotionnel. Ces derniers peuvent provoquer un regard introspectif sur la situation de vie passée et actuelle du participant...

Cette rupture va contribuer à diminuer les capacités de défense et augmenter les capacités d'engagement du participant car on est « ailleurs ». Ce déséquilibre va créer une **insécurité, un stress** qui va obliger le participant à trouver une nouvelle zone de sécurité et donc trouver des stratégies adaptatives qui vont provoquer des changements intérieurs.

POINT D'ATTENTION PÉDAGOGIQUE

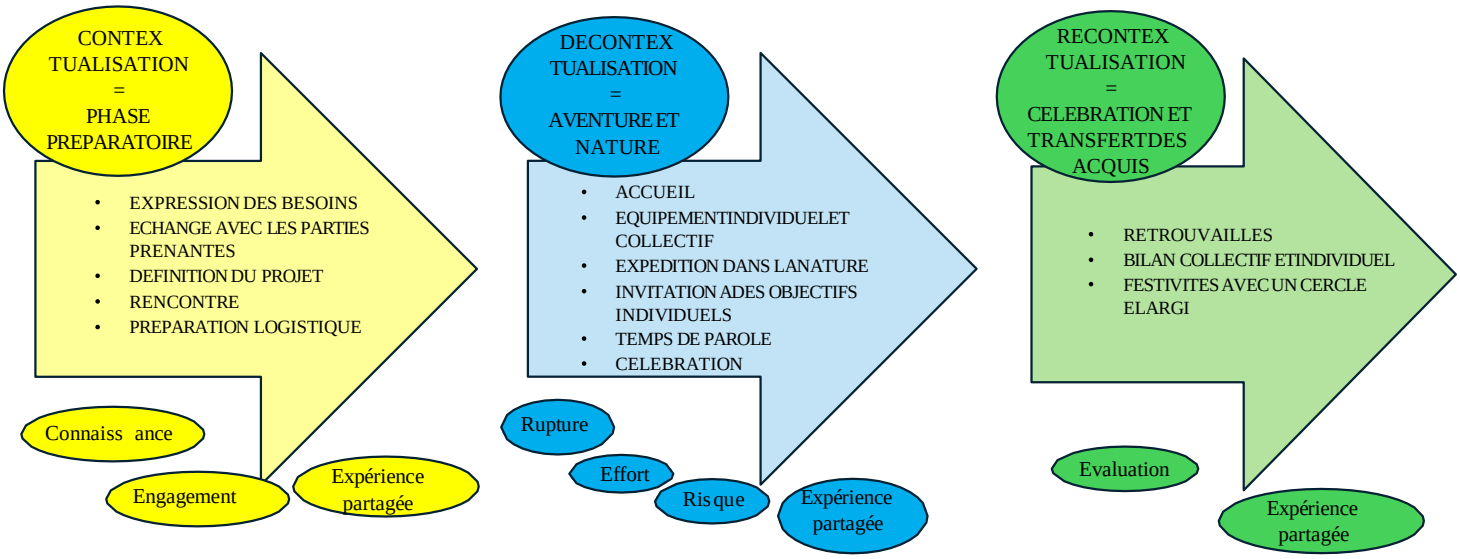
- Garder un espace de refuge où on peut revenir si la rupture est vécue difficilement

- En termes de rupture, la question du téléphone portable est cruciale. Sans imaginer distiller la bonne recette, nous préconisons l'interdiction complète pendant la journée d'activité, avec un moment court dédié à la réponse aux messages nécessaires en fin de journée. La mise "en mode avion" est également utilisée avec la consigne d'une utilisation uniquement pour des photos.

- Imaginer que la rupture recherchée n'est faisable qu'à l'étranger, loin, dans un autre contexte culturel est sans doute une erreur. Même si cela facilite la chose, nous témoignons de la pertinence à réaliser des projets de pleine nature, dans "notre" nature, à proximité des lieux de vie des participants pour qu'un réinvestissement de l'expérience soit possible. Plus que le lieu, c'est ce que mettra en place l'intervenant qui va créer ou non cette rupture convoitée. L'itinérance, sur un minimum de 3 jours, crée très naturellement et simplement cette dernière.

2. LE PROCESSUS : 3 PHASES SUR LA LIGNE DU TEMPS DU PROJET

L'IAPNA ne se résume pas à une intervention sur un moment court de séjour en pleine nature. L'IAPNA propose un accompagnement sur du moyen terme pour engager l'équipe et les participants autour du processus. Nous distinguons trois phases principales à mettre en œuvre par les intervenants permettant un engagement fort de tous : contextualisation, décontextualisation et recontextualisation.



2.1 – CONTEXTUALISATION OU PHASE PREPARATOIRE

Définir le sens du projet

Le processus doit être initié par le personnel accompagnant (éducatif, thérapeutique) qui souhaite offrir une occasion nouvelle de travailler avec les personnes accompagnées. Idéalement, la construction du projet sera pensée avec les participants. Cela permettra un engagement optimal de leur part, notamment si le projet répond à leurs envies qu'ils pourront ici mettre en exergue.

Dans tous les cas, la définition du projet doit être en corrélation avec l'identification des objectifs recherchés. Les équipes éducatives doivent se questionner sur les objectifs éducatifs, thérapeutiques ou autres attendus via le projet. Ces objectifs peuvent être collectifs et individuels.

Cette étape doit également être l'occasion de lister les moyens financiers, humains, matériels dont dispose la structure.

Choix des participants

Si les participants n'ont pas été impliqués dans la définition du sens du projet, il conviendra alors aux équipes éducatives d'identifier ceux qu'ils souhaitent emmener dans l'aventure. Les critères de sélection sont propres aux équipes.
Si un processus de sélection doit être mis en place par rapport aux capacités physiques ou aptitudes, la structure qui organise le projet IAPNA pourra être ici impliquée au travers d'une première expérience sur le terrain.

Embarquer les participants dans l'aventure

Il s'agit de les emmener dans l'imaginaire de l'aventure mais également dans le réel de l'expérience. Pour cela, il est important de mettre en place un ou plusieurs temps spécifiques avec au mieux l'ensemble des parties prenantes pour œuvrer à :

- La cohésion et la mise en confiance en amont : pour apprendre à connaître le groupe, prendre tout doucement place, installer un sentiment de confiance avec les acteurs du projet
- La projection des participants dans l'expérience : la nature, le choix des possibilités, etc…
- L'identification des limites, risques, freins, tant émotionnels que physiques.

Cela passe nécessairement par une rencontre entre les différentes parties prenantes. Cette rencontre sera réalisée dans la structure sociale. Elle sera l'occasion de présentations, d'échanges et de partages d'informations.

Des techniques et jeux d'animation pour apprendre à se connaître peuvent être utilisées pour sortir si possible du classique tour de table : jeu des cartes des émotions, jeu du dixit, portrait chinois, jeux de piste, etc.

A noter qu'il est important de sortir de la présentation classique pour aller à proximité de leur "nature à eux": une balade dans un parc, l'observation d'un arbre, etc... Et de leur donner le temps d'avoir un nouveau regard sur leur environnement proche.

Dans le cas d'un projet à long terme (plus d'une semaine), il est souhaitable de proposer une journée ludique de cohésion à proximité de leur structure, et si possible une initiation au bivouac en nature, en immersion proche de chez eux.

Ce temps devra être l'occasion d'échanger très concrètement sur le projet : discuter et décider des menus des repas, de qui gère les courses, d'échanger sur les équipements personnels à prévoir.
Ce sera également l'occasion d'évaluer la motivation des participants suite à la présentation. Cette évaluation peut se faire de manière spontanée par l'intervenant avec des échanges avec l'équipe éducative/thérapeutique ou de manière plus pragmatique au travers un échange avec chacun des jeunes.

> Voir point 5 notre "Boîte à outils" pour aller plus loin sur le sujet « partie 1 ».

Outiller les éducateurs pour un accompagnement éducatif renforcé dans l'expérience

A cette étape également, il faudra préparer au mieux l'équipe éducative/thérapeutique à leur intervention sur le terrain et plus intensément s'il s'agit également d'une première expérience en pleine nature pour eux. Pour

cela, les organisateurs du projet devront prévoir des temps de discussions en amont, se rendre très disponibles pour répondre à toutes les questions, et proposer une présentation précise de chaque point et étape du projet.

L'équipe éducative/thérapeutique sera missionnée de présenter le niveau d'engagement / de motivations des participants aux intervenants. Elle pourra, dans la mesure du possible, s'appuyer sur des entretiens individuels avec chacun.

La préparation des équipes éducatives/thérapeutiques est un point clef pour la réussite des projets en pleine nature. Participer à une formation spécialisée en IAPNA permettrait à ces dernières de vivre l'expérience, de mesurer l'engagement nécessaire, de comprendre le processus mis en place et d'avoir des notions théoriques de base en vue d'une intervention et d'un accompagnement adapté, cohérent et efficient.

FOCUS : un exemple d'adaptation

A l'issue de cette phase préparatoire et notamment des entretiens de détection de la motivation menés par l'équipe éducative/thérapeutique lors d'un projet annuel d'En Passant Par la Montagne avec une structure scolaire, deux petits groupes ont finalement été créés :-
Le groupe CRAMPON : Les jeunes s'engagent à venir à toutes les sorties.
- Le groupe RELAIS : Chacun vient quand il peut.
Les jeunes gardent la possibilité de passer d'un groupe à l'autre en cours de séjour si la motivation évolue.

2.2 DECONTEXTUALISATION VIA UN TEMPS D'AVENTURE DANS LA NATURE

Nous plongeons ici dans la phase de rupture avec le contexte de vie des participants. Il s'agit pour les participants et l'équipe éducative/thérapeutique de vivre pleinement l'aventure et d'être acteur des transformations engagées.

Les **projets IAPNA peuvent prendre de multiples formes** si la méthodologie d'approche est respectée. L'itinérance en pleine nature apparaît comme le moyen idéal pour un projet IAPNA avec de nombreux avantages pour une déconnexion forte :

- Une sortie de la zone de confort/sécurité progressive ;
- Sensation forte de vivre une aventure à part entière ;
- Le retour en arrière compliqué.
- Des missions quotidiennes de première nécessité à effectuer.

Ces projets sont ponctués d'activités régulières telles que la randonnée et font appel à d'autres activités de pleine nature : l'escalade, le canoë en eaux vives, la grimpe aux arbres, l'alpinisme, le canyoning… Les activités mises en œuvre seront réfléchies en fonction des objectifs visés, des volontés et de l'état de bien-être ou des difficultés du groupe.

Si l'aventure et la nature participent pleinement à la rupture avec le quotidien, la mise en place **d'actions symboliques et de temps forts** vont contribuer grandement à cette décontextualisation, à la formalisation du vécu et à une mise en sens.

Ces temps sont à imaginer tout du long du projet et ce dès l'instant même de l'arrivée des participants sur le territoire.

La phase d'équipement avec des matériels adaptés à la vie en pleine nature : Si celle-ci peut paraître banale pour des personnes habituées à sortir en plein air, elle apparaît particulièrement importante dans le processus de transformation pour des personnes non-initiés. Se dévêtir de ses vêtements quotidiens, très codifiés parfois, pour porter des équipements techniques, adaptés à l'aventure à venir, est une étape importante qui permet une projection simple, évidente et rapide dans le projet. De plus, nous remarquons à quel point il est éducatif, pour des ados en particulier, de « porter tous les mêmes vêtements ». La carapace tombe, les codes changent. La symbolique est énorme et initie le « changement de peau », l'ouverture au changement, fondateur de la démarche. L'appartenance au groupe est d'un coup naturelle. S'équiper est une étape, vous l'aurez compris, essentielle à nos yeux.

La préparation du matériel collectif permet également cette immersion au cœur de l'aventure qui devient de plus en plus réelle à cet instant avec des questions très pratiques : Quelle quantité d'eau aurons- nous besoin? Trouverons-nous de l'eau potable sur place ? Comment préparer le repas dans la nature ? Comment dormir ? Pouvons- nous faire du feu ? Comment s'organiser pour les toilettes ? etc.

La progression dans la décontextualisation et dans la rupture.
Il nous semble important de laisser l'opportunité de vivre de manière « libre » cette expérience tout en accompagnant les participants à observer ce qui est vécu, ressenti. Le participant sera amené à s'engager à la fois sur ce qui se passe sur le terrain mais aussi sur ce qui se passe sur soi ou avec les autres : c'est l'éducation expérientielle. Cette progression offrira l'occasion idéale durant la marche, lors de la préparation des repas par exemple de moments d'échanges informels. Ces moments sont à privilégier car ils permettent d'apprendre les uns des autres et au collectif de se former, d'évoluer.

Les temps de paroles quotidiens et collectifs sont essentiels pour prolonger l'action éducative de l'aventure et de la vie en pleine nature. D'abord pour offrir un cadre de parole mais aussi pour rassurer. La ritualisation de ces temps apporte un bénéfice important. La valeur de ces temps collectifs croît à mesure qu'ils s'étayent et se déploient naturellement, invitant chacun à poser ses émotions et à être entendu. Il est fréquent d'observer, lors de ces moments, des participants peu ouverts à la prise de parole, voire mutiques lors des premiers débriefings, s'ouvrir peu à peu jusqu'à apprécier ces temps. Certains finissent même par réclamer ces moments d'échanges. Toutefois, nous veillerons à ne pas transformer cette initiative en démarche trop "scolaire" car ces temps ne sont pas déconnectés du reste de la journée et seront donc à adapter au déroulement de la journée. Les modes opératoires peuvent être très simples : "météo" du matin, "quoi de neuf", "débriefing du soir", etc.

Le fait de se réunir en cercle et avec un bâton de parole, symbolique ou réel, facilite les échanges en diminuant les coupures de paroles, en offrant une attention particulière et en donnant une importance symbolique à ce qui est dit par chacun.

Ces moments marqueront les esprits et laisseront des traces émotionnelles sur sa propre capacité à analyser « *ce qui nous fait du bien* », « *ce qui est bon pour nous* », et « *vers quelle expérience relationnelle nous voulons aller* ».

Un temps d'invitation à des objectifs individuels

Si des objectifs individuels ont été envisagés par l'équipe éducative/thérapeutique, il peut être intéressant de mettre en scène la distribution de l'objectif à chaque participant autour sous forme d'une invitation sous enveloppe personnelle au début du séjour. La solennité de ce temps permet un temps de respiration et symbolise l'importance de réfléchir sur soi. Ces objectifs pourront faire l'objet d'échanges libres avec un adulte responsable, pourront être dévoilés ou pas par les participants aux autres participants. Il nous paraît important que la gestion de ces objectifs individuels soit propre à chaque groupe selon le projet envisagé par l'équipe éducative/thérapeutique.

Il n'est pas rare que les participants souhaitent garder leur invitation après le séjour… tel un petit message à garder toujours en tête.

La Célébration à l'arrivée ou au sommet

Le sentiment de participer à une aventure exceptionnelle dont on est le héros sera accentué par la mise en place de temps de célébrations, qui permettront en outre de renforcer les liens sociaux, le sentiment d'appartenance à un groupe, à une tribu.

Cette célébration pourra être récurrente à chaque arrivée sur le lieu du bivouac ou du refuge et/ou exceptionnelle, à l'arrivée au sommet, à la fin du projet.

Cette célébration peut prendre plusieurs formes à imaginer selon le public et les envies des intervenants :

- Célébration festive, danse, chanson, applaudissement, farandole
- Célébration contemplative : méditation, cercle autour du lac d'arrivée, temps calme et posé d'observation de soi, de l'environnement, etc.

Une attention sera portée au ton, à l'ambiance (théâtralisation, sacralisation) pour rendre ce moment important.

Il est intéressant aussi de laisser une trace, bien entendu une trace éphémère sans préjudice naturel : Œuvres de Land Art ou photo symbolique, par exemple.

Un **temps formel de réflexion** sera mené à la fin du projet pour revenir sur ce qui s'est passé durant le séjour et sur le ressenti. Ceci pourra passer par un temps créatif autour d'un atelier d'écriture, un dessin ou un temps davantage pragmatique avec un questionnaire de type bilan. Les deux options sont bien entendu cumulables.

> Voir point 5 notre "Boîte à outils" pour aller plus loin sur le sujet « partie 2 ».

2.3 RECONTEXTUALISATION : UN TEMPS DE CELEBRATION ET DE TRANSFERT DES ACQUIS

Dans l'idée que " l'aventure n'est pas une fin en soi", la recherche du prolongement du séjour et le transfert de ce qui a été vécu dans la vie et les actes quotidiens sont primordiaux.

C'est l'équipe éducative/thérapeutique qui a participé au projet IAPNA qui sera la plus à même de prolonger le travail éducatif/thérapeutique tout du long de son accompagnement. Cette recontextualisation prendra vraiment toute sa dimension si les éducateurs/thérapeutes prennent eux-mêmes du recul par rapport à l'expérience vécue avec les jeunes.

En tant qu'intervenant extérieur, notre position sera essentiellement de faciliter et d'outiller les structures éducatives/thérapeutiques pour qu'elles puissent prendre ce recul et prolonger le travail éducatif, psychosocial et thérapeutique amorcé par l'aventure en pleine nature.

Ce prolongement pourra se faire notamment au travers :

- **De traces tangibles :** photos, certificats de participation, vidéos, objets souvenirs créés (sifflets, objets en bois sculptés, Land 'Art, etc…). Elles pourront aider à recontextualiser l'expérience. C'est-à-dire pouvoir renforcer les mécanismes positifs de fonctionnement quand une situation similaire se représentera dans le contexte de vie quotidien.

- **D'un temps de célébration**. Ce temps doit pouvoir permettre :

    - **Des retrouvailles conviviales avec l'équipe.**
    - **Une mise en lumière de l'expérience vécue avec les familles, avec d'autres personnes de la structure ou du quartier**. Cela pourra, par exemple, se faire à travers la projection de photos, de vidéos, des témoignages des jeunes et de l'équipe éducative/thérapeutique. Il est particulièrement intéressant de souligner les avancées collectives ou individuelles et de les mettre en valeur en utilisant certains supports qui favorisent l'expression : photos, images, création, … afin d'inclure ceux pour qui l'écriture ou la lecture est un obstacle. La remise d'un « diplôme » est un outil puissant de mise en valeur individuelle des compétences acquises
    - **Un bilan** : celui-ci pourra être mené avec les participants sous forme d'entretien individuel, de réunion collective ou encore sous forme de retours écrits (avec l'aide d'un questionnaire écrit notamment). L'idée est que les participants puissent mettre des mots sur leurs vécus, leurs perceptions, leurs émotions et leur vision de l'atteinte ou pas de leur objectif.

Ce temps de célébration pourra donc prendre des formats variés et sera idéalement réalisé 1 à 2 mois après le retour des participants.

- **D'une évaluation avec toutes les parties prenantes au projet.** Cette évaluation pourra prendre des formes diverses.

- **D'une attention particulière à ce que les acquis** puissent être transférés dans le quotidien et l'environnement du jeune.

Cela pourra se faire, notamment, en prenant le temps d'identifier avec chaque participant : les points marquants de son attitude générale et de son comportement lors de l'aventure en pleine nature ; des ressources qu'il a réussi à mobiliser face aux difficultés rencontrées ; et les compétences qu'il s'est découvert ou qu'il a développées. L'objectif étant que qu'il prenne consciences de ses acquis et qu'il puisse les réactiver pour traverser les difficultés qu'il rencontrera dans son quotidien (voir ci-dessous, les cycles/boucles expérientiels de Kolb : point 3 - Ingrédients actifs d'un séjour IAPNA ; 3.4 L'expérience partagée au cœur d'un processus).

- **Du prolongement des liens sociaux qui se sont noués durant le projet.** Ils sont intéressants à prolonger, entre les participants, et entre les participants et les autres parties prenantes. La mise en place d'un groupe sur un réseau social peut, par exemple, contribuer à cet objectif.

> Voir point 5 notre "Boîte à outils" pour aller plus loin sur le sujet « partie 3 ».

3 - INGRÉDIENTS ACTIFS D'UN SEJOUR IAPNA

3.1 ENGAGEMENT ou comment favoriser l'engagement des participants sur la durée ?

Le fait que le processus de l'IAPNA se fonde sur une approche expérientielle exige que les participants se sentent personnellement et pleinement investis dans l'expérience. Cela nécessite donc un engagement important de leur part. Cet engagement est un facteur déterminant de la réussite du processus de changement.

L'engagement des participants ne sera possible et efficient que s'ils comprennent pourquoi ils sont là et si l'équipe éducative/thérapeutique et les intervenants s'engagent eux aussi pleinement dans le processus. Cela implique de leur part qu'ils s'engagent dans l'élaboration, la préparation et le vécu de l'expérience mais aussi dans la poursuite de l'accompagnement du processus après celle-ci.

Pour le participant, l'engagement se situe autant dans l'action individuelle que dans l'action collective. Il revêt plusieurs formes :

- Engagement vis-à-vis de soi : "j'ai compris le sens de ma présence et les objectifs fixés", "je m'autorégule".
- Engagement dans l'aventure, les activités proposées et dans l'ensemble du processus : "j'accepte de vivre l'expérience", "je suis prêt à me dépasser et à relever des défis dans la mesure de ce qui est possible pour moi.
- Participation aux tâches quotidiennes : montage du bivouac, gestion et préparation des repas, gestion de l'eau, du feu…
- Engagement dans le "vivre ensemble", écoute, respect et bienveillance vis-à-vis des autres membres du groupe, chacun est invité à s'exprimer.
- Engagement vis-à-vis de la nature qui l'accueille : "la nature me donne beaucoup de choses, qu'est-ce que je lui donne en retour, comment je la respecte ? je ne laisse pas de traces de mon passage".
- Engagement vis-à-vis du matériel : "Je respecte le matériel technique mis à ma disposition, j'en connais la valeur".

Pour l'intervenant et l'équipe éducative/thérapeutique, l'engagement doit aussi être complet. Être là, disponible, bien disposé, fiable et prêt à s'engager réellement dans une rencontre relationnelle. Il est important qu'il se livre dans toute son authenticité, jusqu'à pouvoir s'exposer dans ses propres vulnérabilités.

3.2 LE RISQUE : entre prise de risque perçue et vécue, la mesure à trouver

Qu'est-ce que le risque ?

Selon le Larousse, le risque est le" fait de s'engager dans une action qui pourrait apporter un avantage mais qui comporte l'éventualité d'un danger".

A première vue, lorsqu'il s'agit de parler du risque dans le cadre des activités de pleine nature, la dimension première est celle du corps en action. Il en va ainsi de la pente en montagne comme du bouillonnement de la

rivière qui servent de support à la dialectique immémoriale liant l'homme à son milieu. Dans cette dialectique, toutes les variations existent et sont de tous temps socialement utilisées.

La notion de risque va au-delà de la prise de risque qui engage l'intégrité corporelle car la dimension psychologique et émotionnelle est aussi un facteur prépondérant. Il y a le courage de communiquer. Une communication qui trop souvent est anesthésiée par le risque de l'engagement dans la relation. Dans le cadre IAPNA et avec des publics adolescents carencés affectivement, créer du lien est un véritable travail de fourmis. C'est par ce biais que peut être discuté, compris et assumé le risque inhérent à toute prise de décision ou celui de ne pas prendre de décisions.

Il nous semble également important de faire la distinction entre risque choisi et risque non choisi, le parcours de nombreuses personnes fragilisées étant souvent empreints de risques non choisis.

POINT D'ATTENTION PÉDAGOGIQUE

Les Mineurs Non Accompagnés ont pour beaucoup d'entre eux un rapport au risque bien différent de celui des jeunes de l'hexagone. Il s'agit souvent de parcours migratoires où la rencontre avec des risques vitaux s'impose en "non choix". A l'issue du parcours, le risque administratif continue à déterminer le développement social et psychologique. Dans la pratique de l'IAPNA, il est notable que les groupes mixtes incluant des jeunes MNA et des jeunes français permettent une réflexion groupale, parfois une prise de conscience sur les notions de risque acceptable et d'engagement.

Ce naturel besoin de "se risquer" :

L'anthropologie, via la réflexion menée par David Le Breton entre autres, a pu reconnaître l'importance de la prise de risque dans un cadre ritualisé sous des formes très variables mais ayant des dimensions déterminées qu'elles soient éducatives, thérapeutiques ou récréatives, les trois n'étant pas exclusives les unes des autres.

Nous sommes aujourd'hui confrontés à une jeunesse qui se crée elle-même des situations à risque, hors du cadre des rituels de passage initiatiques contrôlés par la société. La prise de risque est indispensable quant à la construction de la personnalité, mais elle peut, lorsqu'elle n'est pas accompagnée dans un cadre ritualisé, aboutir à l'émergence d'états limites où la vie même est mise en danger. La confusion entre la recherche de sens et de liberté et la prise de risque peut alors mener à l'ordalie, processus mortifère, irréversible et solitaire.

Quels sont les risques réels sur le terrain ?

La nature est un terrain comportant des risques naturels où l'on ne maîtrise pas tout… et c'est d'ailleurs l'une des forces des projets IAPNA que d'être confrontés à des éléments naturels plus puissants que l'être humain : la météo, les crues, les avalanches, etc.

- Les activités pratiquées en pleine nature sont potentiellement considérées comme activités à risque: l**es activités techniques** comme l'escalade, l'alpinisme, le canoë, le canyoning impliquent une gestion du risque liés à la progression : cours d'eau, falaise, glaciers, etc.

- **Les activités douces** telles que la randonnée, les nuits en bivouac supposent davantage un effort d'endurance et une rupture avec les habitudes quotidiennes, propice à l'émergence d'une sensation de risques.

Les risques sont pour la plupart évaluables et peuvent être limités et ce, en identifiant les situations potentiellement dangereuses et en prenant des marges de sécurité poussées. L'encadrement par des professionnels, le choix des itinéraires, la qualité du matériel utilisé visent à réduire le risque pour les participants.

Que ce soit en montagne, en spéléologie, en escalade ou en itinérance en rivière, nul ne peut cependant certifier qu'il n'y a aucun risque.

Une prise de risque mesurée ou contrôlée

Les milieux spécifiques dans lesquels nous intervenons sont légalement encadrés bien qu'il existe des différences fortes entre nos deux pays d'intervention : France et Belgique. Les professionnels sont soumis à une obligation de moyens et doivent tout mettre en œuvre pour minimiser le risque. Il est cependant important de prendre en compte le danger d'une démarche excluant totalement le risque. C'est en ce sens que Louis Espinassous nous met en garde contre « la bombe à retardement du risque zéro. »[6.]

Il convient donc de rechercher comment diminuer les risques physiques sans diminuer le risque éducatif.

Lors des activités en IAPNA, il y a aussi une vraie prise de risque pour les encadrants à poser un cadre éducatif: risque de déclencher de la frustration, de perdre le lien ou de provoquer de la violence. Il s'agit de trouver le juste milieu entre bienveillance et non complaisance : il conviendra pour les intervenants d'oser aborder les points sensibles avec les participants. L'encadrant pourra être tenté de fermer les yeux sur des comportements abusifs ou céder à la tentation d'acheter la paix sociale. Il faudra ici convenir en équipe des priorités sur les positions à tenir.

Le risque de fugue d'un jeune pendant le projet doit être évoqué et anticipé par l'équipe éducative/thérapeutique afin de minimiser les dangers encourus par le fugueur.

Perception du risque

Même si les risques réels sont finalement maîtrisés, l'approche en IAPNA permet d'en faire vivre la "sensation". Chacun réagira de manière différente : inconscience, conscience ou surconscience du risque.

La dimension verticale de l'escalade ou du canyoning peut provoquer des appréhensions liées à la hauteur, au vide, à la chute. La nuit en bivouac en montagne ou dans la forêt peut générer des angoisses pour des jeunes non habitués aux nuits en extérieur : l'obscurité, le silence, le bruit des animaux nocturnes.

« *Dormir sous le regard des étoiles expose à des sensations aiguisées par le degré de vulnérabilité ressenti. Le visage surtout est nu et sans défense. Les bruits sont amplifiés par le degré de vigilance induit par une peur*

---

6 *Louis Espinassous "Pour une éducation Buissonnière" - Page 25*

difficile à raisonner. Les sensations tactiles sont exacerbées par la crainte de menus animaux susceptibles de rentrer dans le sac de couchage. »[7]

Gradation du risque

La notion de dissonance adaptative envisage que la répétition de prise de risque graduelle et à long terme repousse l'état de dissonance et étend la zone de sécurité. Si le fait de sortir de sa zone de sécurité « aurait une répercussion positive sur le développement global de la personne » le participant doit toutefois « pouvoir y revenir si nécessaire, car la notion de « refuge » et de pôle de sécurité est importante »[8].

Le modèle de Lev Vygodski définit 3 zones de développement :

1. La zone de « sécurité » : ce que je peux faire sans aide ;
2. La zone proximale de développement : ce que je peux faire avec de l'aide ;
3. La zone de « danger » : ce que je ne peux pas faire même si je suis aidé.

A l'évidence, c'est dans cette seconde zone que nous situons l'expérience où la notion de risque est travaillée.

De la nécessité de la théâtralisation du risque ?

Il est essentiel dans la pratique de faire en sorte que les participants perçoivent le risque. Pour que l'expérience ait du sens, le risque doit-être réel ou perçu comme tel, et pour citer David le Breton : «*La mémoire de l'épreuve surmontée est nourrie par l'imaginaire du danger et l'intensité de l'effort. Si l'épreuve est banale, elle ne laissera guère de trace* »[9]

Il peut être nécessaire de "sur jouer la séquence" pour que les participants éprouvent le danger sans néanmoins se sentir dupés. Le rôle des intervenants sera alors de rassurer et sécuriser le participant quand cela est nécessaire, mais aussi de laisser son imagination fantasmer sur les dangers et les exploits surmontés.

Cette sensation de risque va permettre aux participants de se dépasser et sortir de leur zone de sécurité, la pression va monter et laisser la place au doute dans une démarche éducative. Vivre cette sensation de risque ensemble permet de créer des liens encore plus forts et inédits : avoir peur ensemble, vivre un orage ensemble, « confier sa vie » à l'autre…

L'équipe éducative/thérapeutique et les intervenants doivent être capables d'évaluer le degré d'inconfort possible pour le groupe afin d'éviter la panique. Ces habiletés mises ainsi en exergue pourront être mobilisées dans la vie quotidienne des participants par la suite. Cette prise de risque maîtrisée et conscientisée permet alors d'améliorer l'estime de soi.

---

[7] *David Le Breton "Passion du risque"*

[8] *Nadler 1993 in S.Rojo,G.Bergeron, dir, « L'intervention psychosociale par la nature et l'aventure » ;*

[9] *David Le Breton, "Passion du risque" ;*

3.3 L'EFFORT : un véritable enjeu qui mérite accompagnement et pédagogie

Effort mais de quoi parle-t-on ?

Il y a bien entendu l'effort physique qui, dans le cadre de l'IAPNA, s'effectue en plein air. La motricité dans la nature permet de découvrir ou redécouvrir le fonctionnement de son corps, de ses sens et participe au bien être humain dans une approche holistique. En ce sens, l'effort engage bien plus que le seul mouvement corporel. Dans le cas du sommet qui nous attend, confondu à l'effort physique, il y a l'effort mental, psychologique. Cet effort de volonté qui nous sortira de notre « zone de sécurité»[10].

Les définitions de l'effort rendent bien compte de cette impossibilité de distinguer l'effort physique de l'effort psychologique. Il s'agit de la "*mise en œuvre de toutes les capacités d'un être vivant pour vaincre une résistance ou surmonter une difficulté* »[11].

L'effort est aussi défini comme « *sensible et créatif* »[12]. En faisant appel aux capacités d'empathie, d'écoute et de verbalisation, il est effort de « *compréhension, d'imagination, d'intelligence, de mémoire et de réflexion* [13]» Il faut aussi parler de l'effort contraint, l'effort désespéré de survie de celui qui tente de sortir des conditions inhumaines de la guerre, de la migration, de la pauvreté. Sans oublier l'effort scolaire, pour beaucoup synonyme d'échec à la concentration, à l'accomplissement de l'exercice, plongeant l'élève dans une posture de cancre qui le marquera pour longtemps.

Bref que d'effort ! Et surtout … Pourquoi ?

Nos amis les homards

« Un adolescent, c'est un homard pendant la mue : sans carapace, obligé d'en fabriquer une autre, et, en attendant, confronté à tous les dangers[14]»

Dans le cadre d'un projet IAPNA , il est nécessaire de bien prendre en compte que la perception de la dimension symbolique associée à l'effort diffère nécessairement suivant qu'elle émane de l'adolescent accompagné ou de l'adulte accompagnant. Entre le sens que les adultes mettent derrière la notion d'effort et celui des adolescents, il y a bien souvent un monde d'incompréhension. Plutôt que d'essayer de «comprendre l'adolescent», il faut tenter de donner une réponse à son besoin d'opposition et de lui permettre de prendre le temps indispensable pour se trouver. « *Le problème de l'adolescence comporte le fait qu'il nous faut regarder chaque enfant défendre vigoureusement son droit de ne pas trouver une fausse solution.[15]*»

Il faut donc favoriser une posture de lâcher prise et de présence dans l'ici et maintenant où le ressenti émotionnel et la capacité créative donnent un sens aux expériences. C'est un travail d'équipe qui permet de dépasser le sentiment de non-sens.

---

[10] Note de l'auteur Fred Loux : *J'utilise préférentiellement le terme de zone de sécurité tel que défini en IPANA, plutôt que le terme de « zone de confort » couramment utilisé dans le champ socioéducatif et au-delà mais non clairement défini et sujet à interprétation : qu'entend-on par confort ? CF Partie sur le risque la zone de sécurité dans : S.Rojo,G.Bergeron, dir, « L'intervention psychosociale par la nature et l'aventure » Presses de l'université du Québec 2017 ;*

[11] Définitions Larousse ;

[12] Définitions Larousse ;

[13] Définitions Larousse;

[14] F. Dolto « Paroles pour adolescents le complexe du homard » Livre de poche 1992 ;

[15] D. Winnicott, « L'adolescence » [1962], in De la pédiatrie à la psychanalyse, Paris, Payot, 1969. ;

TÉMOIGNAGE

« *Lors de nos activités, il est très fréquent que les jeunes adoptent une posture de refus face aux efforts qui leur sont demandés. Je me souviens de ce week-end où deux jeunes ont épuisé l'équipe encadrante de professionnels de la montagne et d'éducateurs en refusant à intervalles réguliers d'avancer (pour marcher ou pour grimper). Il était nécessaire de les motiver en permanence. Au-delà de l'effort physique qui leur était demandé et dont on peut supposer qu'il était nouveau pour eux, il est probable que cette posture reflétait tout autant, si ce n'est exclusivement, une occasion pour eux d'avoir des adultes à leur écoute et une recherche de réassurance dans leur capacité à réussir. Or, je me souviens de la réaction des guides se demandant pourquoi leur imposer de continuer tant l'attitude des jeunes pouvait laisser penser qu'ils n'éprouvaient aucun plaisir dans l'activité. Je crois pourtant que ces deux jours ont été d'une grande valeur pour ces jeunes qui ont pu faire l'expérience d'adultes à l'écoute, parfois directifs mais toujours constant dans leur présence et dans leur croyance en leur capacité à réussir.* »

Droit à la paresse ?

Au-delà de la fatigue physiologique, un des freins à la motivation et à l'effort vient aussi de la méprise de sens fréquemment associée à cette notion. L'analogie naturellement effectuée entre effort et insertion sociale par le travail n'est en cela pas des plus facilitante dans le cadre de notre accompagnement en IAPNA de publics en majorité à faible niveau de scolarité et issus des classes populaires de banlieue. L'expérience environnante du manque de travail alternant avec des emplois précaires, aliénants et mal rémunérés conduit à une perception de l'effort vidée de son sens. Cette réalité est une constante historique.

Souvent en montagne, le refus de l'effort passe par un cri qui vient, comme dit la chanson, du fond du cœur : « *mais pourquoi ?!* » L'adulte accompagnant par l'écoute et l'empathie fait alors appel à la fierté de l'effort accompli, faisant de la situation du sommet à atteindre une métaphore du chemin de vie pour lequel il faut s'accrocher.

Ne faut-il pas avant tout repenser la question du sens de l'effort dans une société où les inégalités n'ont de cesse de croître ? « *Comme si tous les concurrents étaient placés sur la même ligne de départ, comme si l'héritage, sous toutes ses formes, ne faussait pas radicalement cette course à la récompense méritée prônée par l'effort*[16] ».

Alors rassurons-nous, notre jeunesse a raison de se poser la question du sens de l'effort et sa détermination à créer des réponses se nourrit d'un enjeu démesuré, celui de trouver un sens à sa vie.

Où placer l'effort ? La question du sens

La notion pédagogique de « vrai travail », commune à Freinet, Mackarenko, Oury et d'autres pédagogues, tente de répondre à cette question du sens de l'effort en postulant que « *L'enfant, comme l'adulte, aime l'effort, si cet effort a pour lui un sens précis. Il imagine mal et se soucie peu des buts lointains que dépeignent parfois certains pédagogues. Seules les perspectives proches, les réussites qui se concrétisent en des œuvres palpables, l'intéressent profondément et provoquent activité et effort.*[17] ».

[16] Michel Pinçon « Sociologie de la bourgeoisie » La Découverte 2007 ;
[17] Fernand Oury, Aïda Vasquez « Vers une pédagogie institutionnelle » éditions Matrice 1997 ;

De là, découle la nécessité éducative de « *proposer - et non d'imposer - des travaux susceptibles de provoquer une réaction globale d'activité*[18] ». Lors d'un projet en IAPNA, l'immersion dans la nature est ponctuée d'activités variées qui engagent le corps, montent progressivement en intensité et provoquent l'implication des participants dans l'effort. Au cours d'un séjour en multi-activités par exemple, l'activité spéléologie et grimpe à ciel ouvert permet une première approche du minéral et de la sensation aérienne, puis, l'école d'escalade reprend ce qui a été initié en emmenant plus haut et plus en profondeur de ses ressentis et enfin le canoë apporte une troisième dimension sportive et onirique. Cette progression séquencée demande aux participants une implication continue, un déploiement d'effort important mais la variété des activités et le mode suivant lequel elles sont proposées permettent de ne pas tomber dans la lassitude ou l'impression d'obligation. La notion d'effort est alors palpable mais reste bien mesurée, les participants ne se plaignent pas car ils y trouvent du sens et du plaisir.

Le goût de l'effort : un effort collectif de mise en sens

Quel est le sens de faire cet effort ? On se pose la question ensemble, on y réfléchit et on tente ensemble de trouver des réponses. Évidemment le sens n'émerge pas forcément et il ne s'agit pas de fantasmer une quelconque méthode miracle, mais le fait même d'en discuter est gage de mise en confiance et permet d'aborder l'effort comme moteur du mouvement de transformation et d'estime de soi et de percevoir qu'il peut être source de plaisir. Les guides disent fréquemment :« *L'effort c'est comme un muscle, plus tu t'en sers, plus tu t'en sers bien ! Regarde comme tu as progressé, tu as été capable de grimper ce sommet ! Faut que tu t'en souviennes ! Aies confiance en toi car tu as fait cela.*[19] » Il y a là une métaphore avec les cheminements de la vie, un apprentissage qui n'est pas donné mais qui se construit par un effort de collaboration avec soi-même et avec les autres dans une pratique d'autodétermination. « *De différentes manières, l'adulte et le jeune vont devoir coopérer pour réussir. En s'encourageant, en partageant le poids des vivres à transporter, en s'encordant ensemble (…) Une sociabilité de type « commando », c'est-à-dire une relation basée sur l'effort et l'efficacité (…) une sociabilité élémentaire supposant de faire confiance à l'autre pour réussir.* [20]»

Une pédagogie, un accompagnement de « petits pas » vers l'effort

Dans un projet IAPNA, la nature et l'aventure conjuguées à la polymorphie des objectifs et des publics obligent à l'adaptabilité de la méthode. « *L'important est le montage du projet et la définition des objectifs du jeune. En effet, un jeune qui vit mal un échec risque d'abandonner son projet avant son terme (...) Adapter la montagne aux jeunes ne suffit donc pas, il convient aussi d'échanger avec eux pour bien cibler les limites de leur projet et ne pas être présomptueux en la matière. Un séjour ne peut jamais être « destructeur », en revanche, il peut être négatif pour le groupe s'il n'est pas adapté*.[21]"

Pendant l'effort, les participants sont accompagnés et le rythme est donné par le professionnel encadrant. Il est nécessairement adapté au plus petit dénominateur commun. Celles et ceux ayant plus de facilités font l'effort de marcher plus doucement et sont invités à aider le groupe. Le « second souffle », magique extase lorsqu'il est maîtrisé, est mis en pratique sous le prisme de la prise de conscience du couple cardio-vasculaire. Les moments de pause, de réhydratation et d'alimentation sont aménagés de manière à participer à la dynamique de l'accompagnement à l'effort. Il ne faut pas négliger l'importance du détail : l'habillement et sa gestion qui permet d'éviter le coup de chaud ou de froid compromettant l'entrée en second souffle, la question de l'absence d'alimentation et d'hydratation au petit déjeuner et par voie de conséquence la consommation compensatoire de sucres rapides entraînant des montagnes russes glycémiques. Sans qu'il soit question

[18] Fernand Oury, Aïda Vasquez « Vers une pédagogie institutionnelle » éditions Matrice 1997 ;
[19] Notes personnelles Fred Loux ;
[20] David Le Breton « Passions du risque » Métailié 1994 ;
[21] HOUSSET F., LAGUILLAUMIE V. (2005) "Quelle montagne pour quels publics et pour quelle méthodologie" ;

d'établir la liste exhaustive des facteurs rentrant en compte dans la mise en effort, il faut aussi évoquer la question des téléphones, du tabac, du THC, leur type d'utilisation, le temps et l'énergie qui leur est consacré. Encore une fois, il n'est pas question d'imposer des interdits formels mais de discuter et d'établir en commun un cadre. Le mode avion du téléphone pendant l'activité par exemple permet tout de même de générer ses « flammes Snapchat[22] » lors des pauses. Concernant l'usage du THC (cannabis ou haschisch), la discussion doit porter sur le fait que l'activité ne pourra pas se dérouler de la même manière si les participants ont fumé ou non.

Si elle est finement menée, cette « locomotivation[23]», sorte d'accompagnement de « petits pas vers l'effort », participe à mettre en place un climat de sécurité, de confiance et de curiosité ainsi qu'une émulation collective. Les conditions d'un lâcher prise par la présence dans l'ici et maintenant sont alors réunies pour que l'engagement du corps dans sa globalité devienne une découverte passionnante et une source de bien-être.

Gradation, adaptation de l'effort

Progresser en montagne ou en terrain d'aventure demande un effort long et continu, parfois de plusieurs heures d'affilée. Une progression d'intensité doit être mise en place et le choix de l'effort à fournir doit être réaliste en tenant compte de la spécificité du public accompagné (adolescents, personnes âgées, handicaps…). Des itinéraires d'adaptation, en fonction du niveau des participants et de l'ensemble des conditions environnementales, font partie d'un travail d'anticipation allant de la planification préalable à la prise de décision in situ. Cette planification, organisation minutieuse, offre une fois sur le terrain une souplesse permettant, par exemple, d'adapter la longueur et l'intensité de l'effort selon la condition de chacun et le contexte environnemental. La formule en itinérance en bivouac et en autonomie (ânes ou pulkas suivant la saison) est en cela idéale car elle permet d'adapter le programme en fonction de la dynamique de groupe et de la réalité du terrain.

Le deuxième aspect de cette planification est le travail sur la durée et la répétition. D'expérience, les guides et accompagnateurs en montagne savent que sur un raid d'une durée d'une semaine (format classique en randonnée ou en ski de randonnée) la 3ème journée est toujours la plus difficile mais par la suite, un regain de force se fait sentir et les participants reprennent du « poil de la bête ». On peut en cela reprendre la notion de **dissonance adaptative**[24]développée à propos du risque mais qui s'applique aussi bien à la notion d'effort : l'exposition graduelle et à long terme à l'effort repousse l'état de dissonance et étend la zone de sécurité. Cependant, sortir de sa zone de sécurité « *aurait une répercussion positive sur le développement global de la personne* [25]» mais le participant doit toutefois « *pouvoir y revenir si nécessaire, car la notion de « refuge » et de pôle de sécurité est importante* [26]».

---

[22] « Cela signifie tout simplement qu'entre vous et une personne, vous avez échangé plusieurs Snaps sur Snapchat (des images et non une discussion) toutes les 24 heures au moins, et ce pendant plus de 3 jours. Le principe est simple : plus vous allez envoyer des Snaps, plus de flammes Snapchat apparaîtront. » in Wikipédia « Comment avoir les flammes sur SNAP ? » ;

[23] Terme inventé par Rémi Devos Accompagnateur en Moyenne Montagne ;

[24] S.Rojo , A. Plante, M. Bilodeau, M.Tremblay « Les fondements de l'intervention par la nature et l'aventure »Presses de l'université de Québec 2017 ;

[25] Nadler 1993 in S.Rojo, G.Bergeron, dir, « L'intervention psychosociale par la nature et l'aventure » Presses de l'université du Québec 2017 ;

[26] S.Rojo, G.Bergeron, dir, « L'intervention psychosociale par la nature et l'aventure » Presses de l'université du Québec 2017 ;

La mémoire de l'épreuve surmontée

Ce travail de modification de l'état de dissonance tente d'envisager la plus juste gradation de l'effort en fonction du contexte et des participants. Il est envisageable d'être ambitieux en la matière car comme le remarque David Lebreton : « *La mémoire de l'épreuve surmontée est nourrie par l'imaginaire du danger et l'intensité de l'effort. Si l'épreuve est banale, elle ne laissera guère de trace.* [27]» C'est souvent lors de l'effort qu'émergent des situations permettant, par exemple, de renverser les schémas et de faire évoluer les rapports hiérarchiques et identitaires. Le ressenti émotionnel exacerbé permet à la capacité créative de donner un sens aux expériences dans toute leur complexité. Avec des adolescents difficiles « *Le fait de travailler avec des éducateurs sachant ce que peut produire l'activité mais aussi comment chacun va réagir face à l'effort demandé, constitue un atout indéniable pour définir avec pertinence les situations éducatives visées* [28] *».* On observe ainsi fréquemment que *le "caïd" éprouve plus de difficultés que les autres lors d'une activité, dévoilant ainsi certains aspects inconnus de sa personnalité par ses réactions et rebattant ainsi les normes établies au quotidien".*[29]

Le "craquage" lors de l'effort qui mène parfois jusqu'à la décompensation (phase de rupture de l'équilibre psychologique), peut donner lieu à des pratiques de contenance de la part des équipes éducatives qui mettent en pratique des protocoles « *élaborés collectivement (…) qui conceptualisent les différentes étapes de la crise ainsi que le recours à la contention dans le cadre d'un processus pensé nécessitant une verbalisation ultérieure en équipe*[30] *».* Il s'agit là de situations fragiles où la posture des intervenants et la répartition des rôles doit être finement anticipée.

De ces expériences aventureuses, rendues possibles par les efforts individuels et collectifs consentis et engagés, découle une dynamique d'estime de soi et de développement des compétences. Alors loin des montagnes, après l'effort, vient le temps de la transposition et de l'élaboration. Le relais est passé aux équipes éducatives et/ou thérapeutiques qui pourront travailler cet empowerment, cette capacité à prendre de l'emprise sur soi, à développer davantage d'autonomie dans une logique d'autodétermination. Cette force qui octroie davantage de pouvoirs pour agir sur les conditions sociales, économiques, politiques ou écologiques auxquelles notre monde est confronté.

3.4. L'EXPERIENCE PARTAGEE, au cœur du processus

Le processus de l'IPANA est avant tout un processus qui se déroule autour et par les expériences vécues par les participants. Il s'agit d'expériences partagées parce qu'elles sont vécues en groupe, lequel inclut l'équipe éducative/thérapeutique et les intervenants.

De l'expérience à l'éducation expérientielle.

L'expérience, c'est un vécu. Vivre des moments significatifs, des rencontres authentiques et affectives de relation à soi, à l'autre et à la nature.

---

[27] Le Breton Passion du risque, 1994 p.78 ;
[28] Le Breton Passion du risque, 1994 p.78 ;
[29] Mémoire de DU Guillaume Chiarra ;
[30] Yannis Gansel et Samuel Lézé, « Physical Constraint as Psychological Holding: Mental-Health Treatment for Difficult and Violent Adolescents in France », Social Science and Medicine 143, 2015, p. 329-335 Cité dans l'article : Vulnérables ou dangereux ? Une anthropologie du souci des adolescents difficiles Yannis Gansel Éditeur : ENS Éditions Lyon 2019 ;

L'éducation expérientielle est une intervention accompagnée, facilitée, guidée, minutieusement préparée. L'intervention installe le meilleur cadre possible pour ensuite se retirer, ajuster sa présence, soutenir pour que l'expérience fasse advenir les choses.

Mais l'expérience seule ne suffit pas. L'éducation expérientielle n'est pas « Apprendre de l'expérience » mais « Apprendre à partir de l'expérience ». Cela peut se faire grâce à la mise en place d'un processus réflexif autour de l'expérience. Lier action et réflexion pour donner du sens à l'expérience et apprendre.

On peut distinguer 4 phases dans l'apprentissage expérientiel tel qu'on le conçoit ici (en référence aux cycles/boucles expérientiels de Kolb) :

Phase 1 : L'expérience concrète : PRATIQUER

Il s'agit de faire vivre aux participants un panel d'expériences qui vont toucher toutes les dimensions de la personne, la dimension holistique de l'être : physique, sensible, émotionnelle, psychologique, spirituelle, cognitive, créative, intuitive…

Phase 2 : L'observation réfléchie sur le vécu : ANALYSER

C'est le « discours intérieur » qui permet de rendre explicite ce qui est implicite dans l'expérience. On essaie de décoder les faits et les pensées qui sont associés à l'expérience. Quels ont été mes réactions, mes comportements, mes émotions, mes pensées lorsque j'étais confronté à l'expérience proposée ? Qu'est-ce que je me dis dans ma tête en revoyant l'action, Qu'est-ce que j'ai ressenti à ce moment-là ? Ce questionnement se fait sur le terrain, durant le séjour. Il est important d'amener ce processus de questionnement et de réflexion de manière progressive.

Phase 3 : La conceptualisation abstraite : GÉNÉRALISER

Intuitivement, parmi ce que j'ai vécu, qu'est-ce que je peux transférer dans mon quotidien ? Dans un autre contexte ? Qu'est-ce que je comprends ? Qu'est-ce que j'apprends de cette expérience ? Qu'est ce qui m'étonne jusqu'à maintenant dans mon expérience et dans ma réflexion ? Cette phase peut être vécue en solitaire, à 2, à 3 ou 4 ou en grand groupe.

Phase 4 : Conceptualisation active : TRANSFÉRER

Formalisation de la prise de décision, d'une planification : Qu'est-ce que je ferai la prochaine fois quand je me retrouverai dans une situation semblable ?

Un changement de comportement observé marque la fin d'une boucle expérientielle. On est à un nouveau stade où l'on peut ouvrir une nouvelle boucle. Plus on fait d'expériences, plus on évolue. Si on multiplie les boucles, on arrive à des changements de valeurs, de croyances, à des changements profonds.

> Voir Point 5 notre "Boîte à outils" pour aller plus loin sur le sujet, et notamment la boussole de l'expérience et des émotions, l'atelier d'écriture.

La force du collectif pour une expérience partagée

« *Devant le froid, le mouillé, le bonheur du feu, le soir qui tombe, la tête dans les étoiles...plus de différence sociale, des individus, des êtres humains, chacun, avec forces et faiblesses, souvent une même émotion, une même capacité à partager, au-delà du luxe ou de la misère de son milieu familial* »[31]

De l'importance du collectif

Le groupe est une force motrice : « Seul on va plus vite, ensemble, on va plus loin». La force et le soutien du groupe sont des ingrédients essentiels du processus mis en place dans le cadre de l'IAPNA. Nous répertorions 3 forces majeures de l'effet groupe" :

- **Le groupe « miroir » et "échanges"** : les autres membres du groupe agissent comme un miroir par rapport à mon propre vécu. *« Je me reconnais dans ce que vit l'autre, cela résonne en moi, je ne suis pas seul à vivre cela »*. Le groupe offre de vivre des moments forts d'échanges. Il accueille l'expression des émotions et du vécu. Il amène au partage et à la solidarité. Le groupe agit comme soutien aux changements qui s'opèrent chez chacun de ses membres. Il aide chacun à s'élever.

- **Le groupe « confiance »** : le vécu partagé permet de tisser plus rapidement des liens de confiance, tant entre les participants et les intervenants qu'entre les participants entre eux. Le contexte de risque et d'efforts partagés agit ici aussi comme un facteur renforçant les liens au sein du groupe. On se sent plus « forts » et plus unis si on a réussi à traverser tous ensemble une épreuve difficile qui a nécessité que chacun se mobilise et aille puiser dans ses ressources.

- **Le groupe « autonomie », « micro-société »** : lors d'un séjour IAPNA le groupe prend en charge tous les aspects de la vie quotidienne. Rien n'est sous-traité à du « personnel de service » ou à des machines : le repas sera ce que chacun y a mis, le confort du bivouac dépendra du soin du groupe à le rendre agréable, la veillée sera ce que chacun donnera. Il est nécessaire de s'organiser ensemble, de se répartir les tâches les plus valorisantes comme les plus humbles, les plus contraignantes ou les plus rudes. Tout se passe uniquement entre nous. Il faut apprendre à écouter et à tenir compte des autres, à prendre sa part et à participer. Il faut accepter de respecter les règles décidées ensemble. Toutes les parties prenantes sont attendues ici : l'équipe éducative/thérapeutique tout comme l'intervenant ont leur réelle place à jouer en tant que personnes" moteurs" et inspirantes.

Quel groupe pour un projet IAPNA ?

Par sa nature même, l'IAPNA impose de travailler avec un groupe restreint, un groupe à taille humaine où tout est palpable (entre 6 et 12 participants maximum).
Le groupe se compose bien sûr des participants, mais il comprend aussi les intervenants et l'équipe éducative/thérapeutique. Dans l'idéal, l'équipe éducative/thérapeutique est composée de deux personnes avec idéalement des profils différents : éducateurs, psychologues, etc.

[31] "Pour une éducation buissonnière" Editions Hesse 2010- Louis Espinassous

Ceux-ci sont pleinement engagés dans le processus et font partie intégrante du groupe. Le groupe peut aussi être conçu comme une constellation. En ce sens, il peut s'élargir aux personnes rencontrées sur le terrain, aux personnes qui viennent en soutien au processus et à la famille.

POINT D'ATTENTION PÉDAGOGIQUE

- Les liens entre les membres du groupe se tissent aussi lors des « temps de rien », les moments où rien n'est prévu, organisé, où il n'y a rien « à faire » mais juste à «être ». Être ensemble et partager ce bonheur d'être ensemble.

- Il est important de permettre aux participants d'expérimenter la solitude, de quitter l'obligation d'interagir constamment avec l'autre, notamment pour les jeunes qui vivent en institution, cadre de vie où l'interaction avec les autres est permanente, contrainte et forcée. Il est aussi important de pouvoir « Être seul pour ne plus jamais l'être ». De vivre une solitude positive, paisible et sereine.

- La nature et la marche sont des cadres idéaux pour inviter à (voir imposer) des moments de solitude. « Nous sommes tous doués d'un capital de solitude et de communication...et on ne grandit que dans la solitude » (Henri Miolocq**).** Louis Espinassous parle quant à lui de la « soliplénitude » …

4. ROLES ET POSTURES DE L'EQUIPE D'ACCOMPAGNEMENT

Dans 1 projet IAPNA, 3 à 4 protagonistes, tous partenaires, co-habitent, pré-existent, ayant chacun un « rôle » clairement défini en phase de contextualisation. Nous distinguerons :

- L'Intervenant IAPNA
- L'Équipe éducative/thérapeutique
- Le Guide Professionnel du milieu[32]
- Les participants

Les 3 premiers constituent l'Equipe d'Accompagnement des participants.

Cette équipe d'accompagnement, une fois sur le terrain de l'aventure, en situation immersive, devra jongler avec :

- Des rôles et des postures spécifiques préalablement définis
- Des principes pédagogiques que l'ensemble des parties de l'Equipe d'Accompagnement devra porter et faire vivre

4.1. ROLES ET POSTURES SPECIFIQUES DE L'INTERVENANT IAPNA

L'intervenant IAPNA : un facilitateur, artiste de l'occasion !

Animateur l'intervenant IAPNA ? Oui bien sûr ! « Animare » en latin, signifie « donner de l'âme ». L'immersion en pleine nature ne se suffit pas à elle-même pour les publics qui en sont déconnectés. Faire vibrer l'âme de la Nature, la raconter, aider à percer ses mystères sont autant de joies profondes qu'une animation bien ficelée par l'animateur vont faire émerger.

Mais l'intervenant IAPNA doit être plus que ça, au regard des objectifs d'un projet IAPNA. Cela ne peut suffire. Le terme de « facilitateur » explicite la posture générale que devrait avoir ce dernier. Qu'est-ce donc ?

Le facilitateur aide un groupe ou une personne à comprendre ses objectifs communs et l'accompagne pour s'organiser et atteindre ces objectifs, le plus souvent par des outils et méthodes d'intelligence collective.

[32] A noter que, selon les ressources humaines allouées à un projet, une seule et même personne peut jouer le rôle d'Intervenant IAPNA et de Guide professionnel du milieu. Ce cas de figure est le quotidien des travailleurs de D'Une Cime à l'Autre. Pour En Passant par la Montagne et à Ex Situ Expérience Québec, l'équipe d'encadrement est systématiquement composée de 3 parties et non 2, pour des raisons pédagogiques choisies, des possibilités de moyens humains ou des obligations légales… Nous préconisons ce fonctionnement car il permet une disponibilité plus grande au travail visant l'atteinte des objectifs liés aux besoins identifiés.

Ainsi, l'intervenant IAPNA joue, jongle, alterne entre des propositions inductives et des dispositifs qui favorisent le « déductif » (Exemple : prise de décision en collectif pour favoriser le lien avec l'auto détermination).

Comment percevoir et sentir ? Où et quand jouer quelle pièce ? C'est une qualité que va devoir développer l'intervenant IAPNA : être un artiste de l'occasion ! Savoir profiter de chaque opportunité pour rebondir, amener une information, proposer une activité ou un dispositif d'échange, faire du lien avec un moment déjà vécu, avec une réflexion faite, avec un objectif en cours de travail.

En outre, nous pouvons distinguer chez l'Intervenant IAPNA, 2 types de postures : les postures de terrain (4) et les méta-postures (3)

4.1.1 : QUATRE POSTURES DE TERRAIN : MENEUR-ACCOMPAGNATEUR-COMPAGNON-ROUTEUR

Ces dernières se vivent en prise directe avec le groupe et ses interactions, sur le terrain, dans le « vif du sujet ».

- **Le Meneur**

« Ok les gars ! C'est par là qu'on va, vous me suivez bien l'un derrière l'autre. Pour arriver à grimper ce rocher, vous devez prendre la fissure de droite et faire un grand pas à gauche au niveau du bloc coincé, OK ?

Le meneur a déjà parcouru le chemin, il le connaît. Il a dans sa tête un produit « pré-formaté », le but à atteindre est connu. Le meneur donne la direction et apporte les contenus normatifs. Il est dans une fonction « d'expert » en donnant des repères. Il emmène le groupe, arrive à convaincre, propose un cadre et veille à son respect . Il est le gardien de la sécurité.

- **L'Accompagnateur**
    - *J'en ai marre, on va pas droit avec ce canoë…si je pagaie on tourne tout de suite…*
    - *Et si tu pagaie de l'autre côté, ça fait quoi ?*
    - *Beh ça corrige mais je dois toujours changer, c'est chiant…*
    - *Et comment tu pourrais faire pour corriger sans changer de côté ? Vas-y, essaie de corriger sans changer…*
    - *Oui ! Mais ça freine alors !*
    - *Oui, parce ta pale est orientée de l'arrière vers l'avant. Elle est perpendiculaire au bateau…Y a t'il moyen de la mettre pour ne pas qu'elle freine non ?*
    - *Beh…comme ça ?*
    - *Oui !!! Parallèle, alors tu corriges sans freiner maintenant !*

L'accompagnateur propose un cadre pour que le participant agisse lui-même tout en étant présent pour l'accompagner dans la réalisation. L'accompagné réalise son œuvre propre… L'accompagnateur doit se faire discret : il importe qu'il sache donner l'impression qu'il n'est pas là, tout en étant présent. Il soutient, suit, « favorise ».

Une contradiction : l'accompagnement sera d'autant plus réussi que l'accompagnateur aura été absent !

- **Le Compagnon**

  - *Et toi tu vis ici tout le temps ?*
  - *Oui mais dans un village pas loin…*
  - *Dans une maison ou dehors ?*
  - *Ha non, dans une maison, avec mes 2 enfants…eux n'aimeraient pas vivre dehors !*
  - *Hein ? T'as des enfants ?*
  - *Oui, ils ont 15 et 17 ans, ils aiment bien aussi l'escalade, enfin surtout ma grande…*

Le compagnon « partage le pain ». Echange d'égal à égal avec le participant, partage une forme d'intimité, est à l'écoute et donne son avis mais dans le registre du « personnel », d'une conversation toute naturelle entre 2 êtres humains vivant, partageant un vécu commun. Comme tout pair, le compagnon accueille, sympathise, chemine avec, assiste. Chacun participe ainsi à la production et au partage d'un savoir résultant des expériences et savoirs spécifiques de chacun…

- **Le Routeur**

  Ok, on annonce 8mm de pluie dans une heure, ça va dracher, faut envisager l'installation des bivouacs maintenant (Check de la météo et du radar de pluie)
  A-t-on récolté assez d'orties pour le souper ? Car il y en en des belles ici (montre le sac…)
  Tiens ce chemin est fermé, il faudra en tenir compte pour le 3ème jour
  Ah, le panneau « Chasse » : on peut y aller (+ check sur ChassOnWeb.be)
  Arrivée au bivouac sous un ciel incertain : ah super, là, il y a 2 arbres proches, si il pleut, on peut facilement tendre une bâche de repli
  Demain, c'est canoë, est-ce que le niveau n'est pas trop monté de la nuit avec la pluie ? (check sur site Hydrométrie Wallonie.be) et comparaison avec le tableau « niveau max avec débutants » réalisé par l'association d'Une Cime à l'Autre.

Dans la course au large, le routeur, c'est celui qui accompagne le skipper…mais en restant sur terre. Il est en contact radio permanent avec lui. Le skipper sait qu'à n'importe quel jour du jour ou de la nuit, il peut appeler son routeur et recevoir des informations, voire échanger avec lui, afin de discuter de l'opportunité de changer de cap…

Le routeur vérifie en permanence les paramètres du milieu. Ces changements de paramètres ont été anticipés par le retour, avec des plans B, déjà échafaudés à l'avance…

4.1.2 : TROIS « META-POSTURES » : LE PAPILLON – LA LOUTRE – L'ECUREUIL

Ces méta-postures peuvent être symbolisées par des antennes que l'intervenant IAPNA maintient en éveil, dressées, en permanence, captant ce qui se passent, mais toujours avec des lunettes qui font des liens avec 3 thèmes :

- **La méta-posture du Papillon : le lien au participant**

Le papillon symbolise la transformation personnelle et le renouveau. Il invite à porter une attention particulière aux aspects de notre vie et de notre personnalité nécessitant un changement, une transformation, adaptation.

Il s'agit donc ici du lien au participant : posture qui, au départ d' « observables », soigneusement inventoriés tout au long du séjour, amène de la réflexivité, pousse le participant à regarder et interroger ce qui se passe, à lui rappeler les objectifs personnels poursuivis, le pourquoi on est là. Tout en faisant cela l'Intervenant IAPNA garde la relation au centre, nourrit le lien, prends soin, assure une sécurité affective, rassure, etc.

A ces égards, l'intervenant IAPNA, en méta-posture du Papillon, pourrait être symboliquement décrit comme celui de gardien de phare. Gardien du cadre prédéfini que constitue le contrat éducatif passé entre les parties lors de la phase d'élaboration (il peut d'ailleurs en rappeler les termes). N'étant pas pris dans l'urgence de la prise en charge technique, sécuritaire et éducative du groupe, il peut garder le recul lui permettant de déceler les biais cognitifs de certaines réactions à chaud. Lorsque la situation le demande, il peut, de même que les autres parties proposer un temps de recentrage. Ces temps sont indispensables car la posture éducative ne peut être figée, il s'agit d'une permanente création s'adaptant aux situations rencontrées.

- **La méta-posture de la Loutre : le lien à la Nature**

La loutre est associée à la discrétion, à la furtivité et à la capacité à se déplacer sans laisser de traces. Elle peut également être considérée comme un symbole de sagesse et de prudence, en raison de sa capacité à se fondre dans l'environnement et à se déplacer en silence.

Dans le lien avec la nature, nous mettons ici en évidence la coanimation avec la nature, considérée comme partenaire, co-éducatrice à part entière par ce qu'elle va nous donner à vivre. La méta-posture de la Loutre consiste à ne pas la prendre comme entrave mais comme opportunité : l'imprévisibilité de la nature met en place des choses et cela est le bienvenu. A nous de composer avec la pluie, le changement de lieu de bivouac, les niveaux d'eau fluctuants. Accueillir la dépendance aux éléments liée à l'itinérance. Accepter l'inconnu, l'imprévisible et l'inconfort : les considérer comme richesse et proposer ajustements et appuis adaptés.

Être soi-même heureux et apaisé dans la nature, la rendre vivante, faire prendre conscience de sa vie propre (ses vies propres devrait-on dire !) et de sa fragilité, amener à la conscience les cadeaux qu'elle nous fait, faire parler cette nature, la rencontrer et la vivre dans toutes ses dimensions (poétique, symbolique, ressource, …) au sein d'un même temps, sont autant de manières de nourrir un principe qui est au cœur de notre action éducative : le principe de réciprocité. Qu'est-ce que je reçois ou ai reçu de la nature ? Et donc…qu'est-ce que je peux lui donner ?

A cet égard, de manière à rendre visible et concret ce principe, laisser l'emplacement de bivouac sans aucune trace de notre passage est une matérialisation très concrète de ce dernier (technique de feu avec trou que l'on rebouche avec les mottes de terre et d'herbe, gestion des déchets organiques, gestion des déchets liés à la toilette intime, etc.).

- **La méta-posture de l'écureuil : le lien à la trame/déroulé prévu**

L'écureuil est symbole de prévoyance et d'adaptabilité, capable de planifier et de trouver des solutions face aux défis.

L'écureuil rebondit avec les opportunités : conditions météo changeantes, difficulté d'un(e) participant(e), rencontre avec un habitant, activités qui fonctionnent plus ou moins bien, ambiance ou fatigue du groupe, …

Il vérifie en permanence « les paramètres du groupe » et adapte sa trame en fonction.

Si le routeur récolte les informations du milieu ; l'écureuil lui, tiens compte des besoins du groupe et adapte sa trame en fonction de cela. Il sait aussi saisir les opportunités, les rencontres .

4.2. ROLES ET POSTURES SPECIFIQUES DE L'EQUIPE EDUCATIVE/THERAPEUTIQUE

L'équipe éducative/thérapeutique : les aiguilleurs du ciel !

Avant tout, les éducateur(trices)/thérapeutes vont partager le quotidien des jeunes, vivre « comme eux » l'inconfort, l'effort, le défi à réaliser… Cette dynamique brise les barrières en place et amène généralement de nouvelles représentations de chacun, de nouvelles dynamiques relationnelles fécondes et fondatrices pour le futur travail d'accompagnement à réaliser.

Mais, surtout, l'équipe éducative/thérapeutique va se centrer principalement sur le vécu des jeunes et de chaque jeune en particulier. Ils connaissent leurs difficultés et leurs forces, ils ont bien en tête les chantiers en cours et notent avec précision les nouveaux qui s'ouvrent pour chacun, ils élaborent, au gré des situations vécues en immersion, les futurs questionnements à amener à chaque jeune… Ils font en permanence des liens entre ce qu'ils voient sur le terrain et la réalité du jeune dans son contexte de vie quotidien…

Nous souhaitons mentionner que, dans certains projets spécifiques d'envergure (Ex : expédition de rupture longue avec des jeunes délinquants), l'équipe éducative/thérapeutique se doit d'être plus large que celle sur le terrain et est composée aussi de travailleurs restés « au pays », dans l'institution. Ils vont jouer un rôle fondamental à 2 niveaux :

- Contact avec les parents du jeune : entretiens formels ou coup de téléphone, en lien avec les objectifs des familles ou avec le mandat du juge, l'équipe éducative/thérapeutique canalise les émotions de part et d'autre et prépare les parents au retour du jeune afin de favoriser un climat d'accueil en lien avec le vécu et les potentiels changements de ce dernier…
- Prise de recul et regard extérieur : dans une position « méta », l'équipe de l'institution va pouvoir conseiller l'équipe de terrain et l'aider ainsi à vivre plus sereinement la prise en charge, voire à prendre des décisions sans être « le nez dans le guidon »…

4.3. ROLES ET POSTURES SPECIFIQUES DU GUIDE PROFESSIONNEL DU MILIEU

Guide de Haute Montagne, Guide de rivière, Moniteur d'escalade, Accompagnateur En Montagne, Moniteur de canyoning, Guide nature local, Moniteur de Grimpe d'arbres ou de spéléologie, Guide ânier ou équin, Guide spécialisé en milieu arctique ou tropical, le Guide Professionnel du milieu assure la sécurité, il a prévu les plans B, la météorologie, connaît l'itinéraire, la logistique du campement, du refuge, du bivouac, les conditions de la montagne, les niveaux d'eau, la législation, les risques d'incendie, le plan d'urgence voire d'évacuation, les codes des pratiquants, l'éthique de la pratique en cours.

Il partage sa connaissance du milieu et veille à ce que le participant tisse un lien affectif avec son milieu de prédilection : contes et légendes, faune et flore, savoirs locaux, anecdotes. Partenaire de l'Intervenant IAPNA à ce niveau, ils font vivre ensemble le lieu traversé.

4.4. L'EQUIPE D'ACCOMPAGNEMENT : 4 PRINCIPES PÉDAGOGIQUES A FAIRE VIVRE

4.4.1 LA TRIANGULATION DES ROLES

Dans le cadre de nos projets et dans la majorité des cas, les équipes éducatives/thérapeutiques connaissent bien les jeunes dont ils ont la responsabilité. Ce sont ces mêmes équipes qui assureront le suivi éducatif/thérapeutique lors du retour et qui pourront mener à bien le travail réflexif de retour sur le vécu.

Les intervenants IAPNA peuvent être associés au travail en aval du projet mais ont surtout un rôle donné dans l'ensemble du processus.

En parallèle de ce rôle éducatif/thérapeutique, il est indispensable de laisser un rôle actif aux éducateurs/thérapeutes lors de la phase de terrain, de les intégrer à la dynamique. Il faut cependant mettre en place un cadre d'intervention qui évitera à l'équipe d'accompagnement (Intervenant IAPNA, éducateurs/thérapeutes et Guide professionnel du milieu) de se marcher sur les pieds, se contredire, se retrouver en position de porte à faux… Élaborer en amont le cadre d'intervention fait partie de ce que nous proposons lors des temps de préparation préalables. Il s'agit alors de définir les rôles de chacun tout en tenant compte de leurs interactions. Pendant le séjour, à la moindre interrogation, l'équipe devra se ménager un temps d'échanges et de régulation entre professionnels.

TÉMOIGNAGE

Lors d'un projet hivernal en tant qu'accompagnateur en montagne, je posais par principe de sécurité le port des lunettes de soleil et la protection solaire pour la peau…quelles que soient leurs teneurs en mélanine. Il ne s'agissait pas là pour moi, en tant que professionnel de la montagne, d'une proposition sujette à discussion mais d'un impératif, imposé par l'environnement : altitude, soleil et neige fraîche. Et même si je ne restais pas avare d'explications, j'affirmais en parallèle la nature non négociable de ma demande.

A la pause, les éducateurs proposent un temps de discussion autour de cet épisode. Ils entendent et comprennent mon positionnement en tant que professionnel mais entrevoient le risque que les jeunes rentrent en situation de triangulation. Ils demandent que nous réfléchissions à un positionnement commun. La verbalisation permet alors d'éclairer leur posture éducative, habituellement plus souple. Acceptant qu'un jeune se brûle la peau, ils assument cette prise de risque, modérée d'après leur ressenti, dans le champ d'un apprentissage expérientiel. De mon côté, je précise ce qui, dans mon rôle d'accompagnateur en montagne, relève de "l'obligation de moyens" et qui de ce fait est posé comme un impératif non négociable. Ainsi, plutôt que d'intervenir intempestivement dans le cœur de l'action et d'ouvrir une faille, les éducateurs proposent un temps ultérieur de verbalisation. Nous définissons alors rapidement nos rôles à l'aune de ce qui nous attend pour la suite : la randonnée, le montage du bivouac, le feu, le repas, le séchage des affaires, le petit déjeuner en prenant soin de construire une façon de faire en équipe dans les meilleures dispositions. Ce temps de régulation permet de préciser le fond du champ éducatif que nous allons ouvrir et tenter de construire, d'accompagner la gestion des frustrations qui vont progressivement se révéler en miroir des règles imposées par la réalité de la nature. Cette posture éducative commune, solidifiée s'est intensifiée tout du long de la semaine et a permis des temps de verbalisation d'une rare qualité. Nourrir cette posture a permis de retourner le schéma de triangulation en émergence. Il est important enfin de préciser que ces temps d'échanges n'ont pas pris plus de cinq minutes à chaque fois.

4.4.2 LE RYTHME « SANS EN AVOIR L'AIR »

En terme de rythme, un mélange bien dosé entre lenteur et séquençage dynamique constitue un terreau favorable à l'émergence de l'autodétermination de chacun dans l'expérience groupale. Ainsi une alternance entre activités dirigées (favorisant une rythmique qui maintient la curiosité du groupe et le tient en haleine et en mouvement), et activités plus lentes, où un temps conséquent est alloué à chaque chose, où chacun peut vaquer et aller à son rythme, alimente vraisemblablement les temps de verbalisation de qualité futurs….

Cette démarche accepte les choix et les erreurs dans le cheminement ainsi que les temps de non proposition. Il peut s'agir de l'orientation sur la carte où l'égarement est accepté, mais aussi du choix du matériel : nous pouvons voir des jeunes sortir pour une première journée en forêt avec un casque et un piolet… sait-on jamais!

Dans la séquence de préparation du matériel collectif pour le bivouac, il est demandé aux participants de définir le matériel qui sera nécessaire. Cette démarche responsabilise, apprend et rend solidaires car il s'agit d'inviter sans imposer.

Bien entendu, le rythme s'établit en lien entre l'intervenant IAPNA, les éducateurs/thérapeutes et les professionnels du milieu, chacun se positionnant en soutien et en routeur. C'est par ce travail collectif d'élaboration qu'émerge le choix des priorités éducatives. Cela peut signifier ne pas accéder à un sommet car

certains ne sont pas prêts, cela peut être accepter l'inconfort d'un mauvais repas ou du froid car l'équipe de jeunes en charge de ce dernier, n'a pas assuré correctement sa tâche.

TÉMOIGNAGE

Le premier jour du projet, les jeunes ont du retard. Le responsable de projet demande : «Qu'allez-vous mettre en place pour ne plus arriver en retard demain ? » plutôt que « Demain, interdit d'être en retard, on a un timing... »

4.4.3 LA PAROLE ET L'EXPRESSION AU CENTRE

Les temps de parole sont ritualisés avant pendant après l'activité. Nous les nommerons « Pow Wow. ». Dans une configuration optimale, ces temps sont préparés en avance, étayés d'outils.

Le cadre de discussion est établi au préalable et suivi en ligne de fond, bienveillant et non complaisant. Il y est question de parler en « je », de prendre le risque de verbaliser ses ressentis, de cerner ses émotions. De pouvoir dire à l'autre sans colère. C'est un long apprentissage et il y a là une grande inégalité et donc des champs d'action plus ou moins vastes suivant que l'outil est pratiqué ou non, hors champ d'activité en nature.

Là aussi la répétition ainsi que la ritualisation de ces temps ont pour objectif d'atteindre une authenticité de parole, une adhésion. Si la marche et le cadre naturel encouragent la libération de la parole, l'institutionnalisation de ces temps d'échange permet de prendre confiance en levant les tensions. La mise en avant des points forts souligne les progrès et accroît l'estime de soi dans le groupe.

L'authenticité peut alors permettre des renversements de rôle, laissant de la place pour le doute, la vulnérabilité. « Un encadrant par exemple n'hésite pas à témoigner de sa fatigue ou autre. C'est très intéressant comme posture. L'encadrant est plus « compagnon » que « guide qui sait tout faire ».

Dans l'exercice groupal des temps de parole, il y a un dosage à trouver avec finesse, celui de la vulnérabilité de la parole vraie en regard de sa force, de ses conséquences et de la nécessaire continuité du lien de contenance. Pour que cette alchimie puisse se distiller positivement, il faut accepter de tomber les masques et ne pas jouer la condescendance en ces moments précieux autant que fragiles où il s'agit d'accueillir simplement les émergences et leurs corollaires de créativité. Certains adultes peuvent avoir eu des difficultés ou moins d'endurance que les jeunes, un renversement de posture discuté, une occasion propice à la réflexion autour de la notion de partage et de collaboration. *« En mobilisant la psychanalyse et le concept de transfert, la vulnérabilité des adolescents est mise en écho avec celle des adultes qui en ont la charge.*[33]

[33] Philippe Jeammet, clinicien de l'adolescence, Présentation de Françoise Rossignol, Dans Gestalt 2007/1 (n° 32), pages 63 à 76

4.4.4 LA BIENVEILLANCE ET NON COMPLAISANCE

TÉMOIGNAGE

En canyoning, l'accompagnement d'Ousmane, jeune migrant ayant traversé la méditerranée dans des situations périlleuses était une priorité. Ousmane a peur de l'eau et ne sait pas nager et il a fallu mettre en place pour lui un vrai temps, avant la première difficulté, pour l'aider à apprivoiser l'eau et lui permettre de gérer cette peur. Ce temps est nourri du message consistant à lui garantir que tous les obstacles peuvent être évités, il n'y a jamais rien d'obligatoire. Il est important de trouver la bonne distance, le juste équilibre entre la proximité affective, l'écoute attentive et les jeux inconscients du transfert et des schémas d'abandon.

En effet « Pour qui ressent l'attachement comme menaçant, le partage du plaisir représente un risque de vivre le rapprochement, alors que le retrait dans la destruction ou la douleur permet de conserver un pouvoir et d'exister tout en se démarquant ».[40]

La démarche éducative que nous explorons en IAPNA consiste à améliorer le lien tout en évitant de rentrer dans la complaisance : *« Un bon lien, par sa fiabilité, crée un système de repérage, une sécurité interne. L'absence, la distance, bien dosées, laissent du temps et du vide où l'on est confronté à soi-même, où l'on peut développer ses ressources propres, se confronter à la frustration, donc prendre confiance en soi. Ainsi on ne se sent pas dépendre totalement de l'environnement. »* [41]

C'est une démarche consciente qui nous dicte, au fond, notre posture.

« Il nous faut nous positionner en adultes, être porteurs d'une projection positive sur leur avenir, être un regard empreint d'un certain nombre de valeurs. Valeurs, non pour convertir à des positions ou des croyances qui seraient les nôtres, mais valeurs qui nous permettent de donner un sens à leur vie, un sens à ce qu'est la formation d'une personnalité, suffisamment nourrie, capable d'avoir un minimum de confiance, capable d'attendre, de choisir. »[34]

[34] Philippe Jeammet, clinicien de l'adolescence, Présentation de Françoise Rossignol, Dans Gestalt 2007/1 (n° 32), pages 63 à 76

5 - LA BOÎTE À OUTILS POUR LE DÉROULEMENT D'UN PROJET IAPNA EN EUROPE FRANCOPHONE

AVANT LE SÉJOUR

- Séquentiel de projet pour une vision d'ensemble
- Questionnaire type pour le premier contact de l'intervenant avec la structure sociale
- Grille d'Entretiens individuels avec les participants par l'équipe éducative/thérapeutique
- Diaporama de présentation d'un projet
- Exemples de jeux pour apprendre à se connaître

PENDANT LE SÉJOUR

- Exemple de déroulement d'un séjour de 3 jours
- La boussole de l'expérience pour libérer la parole
- L'atelier d'écriture « Pluie de mots »
- Le POW WOW ou le regroupement rituel

POUR LA RECONTEXTUALISATION

- Exemple de diplôme
- Exemple de questionnaire d'évaluation

Nous proposons ici des outils et méthodes pour s'approprier au mieux les projets d'IAPNA. Il s'agit uniquement d'exemples qui pourront inspirer et la liste n'est en aucun cas exhaustive. Adaptation, écoute, aventure, paroles : du sur-mesure pour chaque projet IAPNA.

1-AVANT LE SÉJOUR

- **Séquentiel de projet pour une vision d'ensemble**

	TRAME D'UN PROJET IPNA AVEC D'UNE CIME A L'AUTRE			
	ETAPE	DENOMINATION	OBJECTIFS	OUTILS
CONTEXTUALISATION	1	1er contact avec l'équipe éducative	- Se rencontrer - Découvrir et comprendre le projet de chacun	
	2	2ème contact avec l'équipe éducative	- Identification des besoins des participants et de l'équipe éducative - Ebauche d'un projet : travail sur le but-défi final	- A créer
	3	Rencontre avec les participants	- Rencontrer les jeunes pour appréhender le public - Rassurer les jeunes - Présenter le projet de manière générale	- Jeux d'accueil et de rencontre - Jeu de découverte
	4	Journée immersive de cohésion (3) ou raid de pré-projet	- Créer le groupe - Découvrir les possibles (rando, bivouac, escalade, canoë,...) - Recueillir les attentes, envies et idées	- Jeu de piste - Rando animée - atelier escalade ou spéléo - atelier solo puis collectif
	5	Temps de mise en perspective du vécu des journées de préparation - En A-R avec l'équipe éducative - En co-construction avec les participants	- Définir les objectifs individuels pour chaque participant - Concevoir une trame de séjour adapté au groupe, à chaque participant et qui répond aux objectifs de l'équipe éducative	
DECONTEXTUALISATION	6	Séjour immersif	- Faire vivre une aventure en pleine nature - Travailler l'effort - Oser s'y risquer - Verbaliser les émotions et ressentis	- Jeu de cohésion - Randonnée - Atelier escalade - Atelier spéléo - Bivouac - Canoé, etc.
RECONTEXTUALISATION	7	Soirée de célébration du séjour et évaluation avec les participants et les tuteurs/parents	- Fêter la réussite du défi/projet	- Focus groupe - Questionnaire individuel - Projection photos - Atelier « souvenirs »
	8	Evaluation globale du projet avec l'équipe éducative	- Evaluer	- Questionnaire d'évaluation
	9	Idéalement, 2 à 3 mois plus tard, rencontre avec chaque participant	- Décoder les acquis et les mettre en perspective dans le contexte quotidien	

○ Questionnaire type pour le premier contact de l'intervenant avec la structure sociale

Lors du premier contact l'organisateur est amené à évaluer le contexte. Ces échanges ont souvent lieu par téléphone. Nous préconisons d'utiliser un **questionnaire type** pour ces premiers échanges qui permettront de capitaliser ces premières informations :

- Identification des professionnels impliqués dans le projet : Nom-profession-coordonnées
- Qui sera le référent ?
- Comment vous sentez- vous soutenu par la direction de votre structure ?
- Comment est financé le projet ?
- Comment avez-vous recruté les participants ? Volontariat ? Sélection ?
- Qu'est-ce qui vous motive à monter un projet avec nous ? Objectif généraux ?
- Avez-vous réfléchi à des objectifs individuels pour chacun des participants ? Qu'en pensez-vous si nous en construisons pour ce séjour ?

○ Grille d'Entretiens individuels avec les participants par l'équipe éducative/thérapeutique

Nous préconisons des entretiens individuels auxquels l'intervenant ne participe pas mais pour lesquels il attend un retour de la part de l'équipe éducative/thérapeutique. L'objectif de ces entretiens sont les suivants :

- Préciser la motivation de chaque participant à s'engager dans le projet ;
- Définir les changements attendus pendant le séjour chez les participants ;
- Affiner le montage du projet.

Canevas 1er entretien

Participants et équipe éducative

Objectifs :

- Evaluer les 4 composantes ci-dessous afin de **comprendre** le jeune au mieux.
- **Cibler les points d'intervention** pour chaque jeune et développer des objectifs de travail personnel.
- **Evaluer la dynamique de groupe** en fonction des différentes individualités et cibles d'intervention pour s'y **préparer** au mieux.
- **Influencer** dès le stade de l'entretien (mais bien sûr tout au long du projet) la « poussée développementale de l'autodétermination » en influençant leur autodétermination, leurs croyances et le type de soutien offert.

1. Evaluer son **niveau d'autodétermination**

Soit on part d'exemples (mise en situation : lié à l'expérience scolaire notamment); **soit** on part sur les questions seules et on lui demande de nous donner des exemples de sa vie (évènements passés ou vie quotidienne). Chacune de ces cinq capacités pourrait devenir une **cible d'intervention** à part entière en fonction de ce que nous évaluons.

- T'estimes-tu **autonome**, penses-tu que tu te prends en charge ?
  - Par exemple : prends-tu des risques calculés, fais-tu facilement des choix ? Quel fut ton dernier choix, peux-tu nous expliquer ?
  - Par ex : Comment es-tu engagé à la maison, fais-tu des tâches ménagères : oui /non pourquoi ?
  - Comment fais-tu tes choix (basés sur ses préférences, ses désirs, besoins) ?
  - Comment te comportes-tu devant un problème à résoudre (analyse de la situation, pèse pour et contre, demande conseils, décide ou pas...) ?
- Penses-tu bien te connaitre (**conscience et connaissance de soi**) ? Bien te comprendre ?
  - Sais-tu quels sont tes points forts et tes faiblesses ? Peux-tu nous les expliquer, à base d'exemples? S'il ne trouve pas, nous expliquer ce qu'il a déjà fait dans sa vie pour essayer d'en dégager les F/F.
  - Sais-tu utiliser tes forces quand il le faut ? Sais-tu reconnaitre tes faiblesses et essayer d'agir dessus quand tu les reconnais ?
- Comment te traites-tu toi-même (**autorégulation**) ?
  - Est-ce que tu te parles à toi-même (intérieurement : pour te féliciter, t'enguirlander, te questionner...) ?
  - Sais-tu te gérer (en cas de colère ou de stress par exemple) ? Sais tu t'observer, évaluer ton état, tes émotions, ce que tu ressens ?
  - Comment réagis-tu en cas de fortes émotions désagréables (colère, stress) ?
  - Arrives-tu à te fixer des objectifs (scolaire, personnel, sportif, ...) et à les atteindre ? Comment si oui et pourquoi pas si non ?
- Comment **t'exprimes-tu auprès des autres**, soit seul à seul ; soit au sein d'un groupe ? Es-tu plutôt quelqu'un qui prend le leadership ou as-tu plutôt tendance à te mouler au groupe, ou autre ? Sais-tu défendre tes droits, tes besoins, tes envies quand il le faut ? Si oui, comment ? Si non, pourquoi pas ?

- Penses-tu que tu possèdes **un pouvoir sur toi-même et sur les évènements de ta vie** pour changer certaines choses ? Que penses-tu de tes capacités/es-tu conscient de tes capacités ? En es-tu fière, en as-tu honte ? Etayer avec des exemples, histoires, … *Nous devons creuser ce point en fonction de ce qu'il nous amène, creuser les détails de ses histoires, chercher à comprendre ce qui se joue derrière !*

Cette question est très importante pour analyser les perceptions du jeune sur lui-même, sur les évènements qui ont marqués sa vie. Quel rapport entretient-il avec sa propre histoire ? Comment se considère-t-il par rapport à ses difficultés ? Se voit-il comme ayant une part active ou en victime irresponsable ? Quelle est la perception des adultes qui lui sont proches ? Que comprend-il de son histoire, des décisions qui ont été prises pour lui ? Comment pense-t-il pouvoir reprendre prise sur ce qu'il lui arrive ?

2. Evaluer son **environnement**, ses **expériences de vie** ainsi que les **occasions** qui lui sont offertes de tester ses capacités d'autodétermination.

Tant son environnement de vie que ses expériences passées auront normalement déjà été pas mal brassés à travers les exemples de vie qu'il nous aura donné dans les questions pour évaluer l'autodétermination. Mais au besoin :

- Lui redemander s'il veut nous parler **d'évènements marquants de sa vie** : évènements qui lui auraient permis de développer ses capacités, de les conscientiser, et surtout de les freiner ou de les bloquer ?
    - Dans le cas où nous identifions certains moments de sa vie où il aurait perdu confiance en ses capacités, essayer de revenir dessus pour voir si ce sont réellement ses capacités qui sont mises en cause ou ses perceptions et croyances par rapport à ses capacités (cf. Posture d'intervention) ?
- Ta vie comporte-t-elle beaucoup **d'occasions** de mettre ces différentes capacités à l'épreuve ?
    - Par exemple : es-tu souvent amené à faire des choix, dans quelles circonstances ?
    - Es-tu souvent amené à devoir t'exprimer auprès des autres, circonstances ?
    - Es-tu souvent amené à devoir utiliser tes capacités, à mobiliser tes forces ?
    - Es-tu souvent mis dans des situations où tu dois te fixer des objectifs et les atteindre ?

3. Evaluer ses **perceptions** et **croyances** sur eux-mêmes et celles de leurs entourages.

- Comment te perçois-tu en général et en particulier (en fonction de différentes situations : en famille, à l'école, avec tes amis, …) ? Quelle image as-tu de toi ? Que penses-tu de toi ?
    - Penses-tu que ça soit la vérité ou c'est ce que tu crois ? Connais-tu la différence entre la réalité et les perceptions/croyances ? Sais-tu comment ces dernières se créent ?
- Penses-tu que ce regard que tu portes sur toi-même a une influence sur tes capacités réelles ? Sur tes décisions ou non décisions, sur tes choix de vie ? Sur tes comportements ? Si oui, comment, expliques-nous !
- Que penses-tu que les personnes qui t'entourent pensent de toi ? Pourquoi penses-tu cela (exemples) ?
    - Tes parents ? Frères/sœurs ?…
    - Tes amis ?
    - Tes professeurs ?
    - Autres ?

○ Diaporama de présentation pour la présentation du projet par l'intervenant extérieur

Cette présentation se fera dans l'idéal avec la présence du ou des professionnels intervenants dans le séjour (animateur, guide de haute montagne, accompagnateur en montagne, moniteur escalade …), de l'équipe éducative/thérapeutique et des participants évidemment. Elle devra être attractive et suffisamment captivante pour garder l'attention de tous. Elle peut prendre la forme d'une présentation de diaporama contenant les informations suivantes :

- Présentation géographique des lieux d'activité du séjour : cartes, photos, activités proposées ;
- Présentation des acteurs : intervenants extérieurs, éducateurs sportifs (accompagnateur en montagne, moniteur d'escalade, guide de haute montagne, etc.) ;
- Liste du matériel fourni et matériel à prévoir ;
- Organisation des repas pour les bivouacs ;

○ Exemples de jeux pour apprendre à se connaître

« Portraits chinois"

Portrait nature

1. Si tu étais un animal, tu serais…
2. Si tu étais une plante (fleur, arbre…)
3. Si tu étais un élément
4. Si tu étais une pierre précieuse ou non
5. Si tu étais une saison
6. Si tu étais un moment de la journée
7. Si tu étais un des cinq sens

Portrait lieux

8. Si tu étais un pays
9. Si tu étais une ville
10. Si tu étais une planète
11. Si tu étais un paysage
12. Si tu étais une pièce de la maison

Portrait objet

13. 13. Si tu étais un objet du quotidien
14. Si tu étais un véhicule
15. Si tu étais un vêtement

Portrait gourmand

16. Si tu étais un plat
17. Si tu étais un dessert
18. Si tu étais une friandise
19. Si tu étais un fruit
20. Si tu étais une boisson
21. Si tu étais une odeur

Portrait Loisir

22. Si tu étais un loisir créatif
23. Si tu étais un sport
24. Si tu étais une fête
25. Si tu étais la lettre idéale

Le “Jeu de piste”

FICHE PRATIQUE ACTIVITE PRE SEJOUR : JEU DE PISTE

Timing - Planning et Lieux

- Accueil 14h30 - Attention prendre marge car souvent en retard…
- 15-16h: contrat et charte : Parvis Sainte Cécile 2 Jardin (EDD)
  - On commence en expliquant bien les objectifs de cette rencontre : on n’est pas vraiment encore à proprement parlé hors de notre zone de confort comme nous le serons fin août. Obj ici: se rencontrer/se connaitre/coopérer/communiquer/résoudre prob ensemble.
  - Présenter les encadrants : attention à comment présenter Simon. Position « à découvert » : double casquette. Accent sur analyse du projet/méthode travail, pas sur les jeunes à proprement parlé. Valorisation : « On a besoin de vous pour voir ce qui fonctionne et ce qui ne fonctionne pas avec ce projet ! »
  - Tour de table : petit jeu sympa pour leur faire donner qq caractéristiques sur eux-mêmes (type ; anecdotes vraies et fausses)
  - Je lis le contrat avec eux et vois s’ils ont bien compris et ont des questions.
  - A l’aide d’un paperboard nous faisons notre charte commune
- 16-18h (18h30) : jeu de piste : Bois du Laerbeek
- 18-18h30 (max 19h) : débrief : trouver un endroit dans le bois pour pas les perdre…

Les Objectifs :

- Rencontre et premiers échanges
- Créer liens et climat de confiance ;
- Identifier les défis et les ressources et les exprimer + conscientisation de soi (accepter ses peurs, accepter de changer ce que l’on est pour grandir);
- Coopérer, communiquer, résoudre problème ;
- Sensibiliser à l’effort, aux épreuves.

L’univers/l’histoire : en résumé

- Qui : 8-10 aventuriers à la recherche de pierres possédant des pouvoirs surnaturels qui garantissent l’harmonie du monde.
- Le but/le pourquoi : les trouver dans les 2 prochaines heures afin d’éviter que le monde ne soit à la Mercie de forces malveillantes. Ces forces obscures vont tenter ~~des~~ les en empêcher en mettant des épreuves quand ils approchent trop près des pierres. (Symbolique de nos peurs (toutes ces choses négatives que nous pensons de nous) qui, lorsque nous approchons d’un objectif que nous nous sommes fixés, nous assaillissent pour nous faire retourner dans nos habitudes, nous faire échouer dans notre quête.)
- Obstacles : Ils ont des failles, des choses qui les limites et des obstacles (interne et externe à eux).
- Ressources : Des forces, des pouvoirs externes ou internes à eux vont les aider dans leur quête/sur leur chemin.
- Déroulé : On leur donne un premier indice qui les amène sur le lieu de leur première épreuve pour avoir la première pierre. Là, ils doivent trouver (ou on leur donne en même temps) un autre indice pour aller sur le lieu de la deuxième épreuve, et ainsi de suite.

Autres outils : photolangage, carte des émotions, jeu du Dixit

2- PENDANT LE SÉJOUR

-Exemple de déroulement d'un séjour de 3 jours

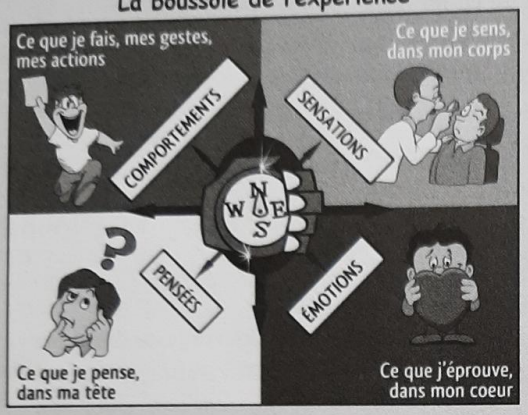
	Objectifs	Activités	Outils pour aider
Jour 1	ARRIVER JUSQU'AU LIEU ACCUEIL	Trajet Accueil des participants dans le lieu d'hébergement par l'organisateur	
Jour 2 Matin	FAIRE CONNAISSANCE ET S'ÉQUIPER Apprendre à se (mieux) connaître Créer un climat de confiance Découvrir le matériel, le nommer Apprendre à s'équiper, à remplir son sac à dos Se sentir responsable de son matériel Communiquer pour décider ensemble	Présentations et météo intérieure - Chacun se présente (sous forme ludique de préférence) et dit comment il se sent : Expliquer que pour bien vivre ensemble il est important que les autres sachent dans quel état psychologique on se sent. Cela permet de mieux comprendre les attitudes et comportements de chacun, de faire attention à ne pas blesser ou contrarier l'autre. - Présenter état d'esprit du séjour : solidarité dans le groupe, esprit d'entraide et de cordée - Présentation de la semaine et présentation du planning de la journée Equipement Avec l'éducateur sportif, sur une liste très complète, les jeunes cochent le matériel qu'ils pensent avoir besoin, échangent entre eux, s'approprient le nom des vêtements (polaire, doudoune, gore tex… vocabulaire souvent inconnu des stagiaires), l'utilité de chaque équipement est expliqué	Liste type matériel individuel à insérer
Jour 2 Matin LA PETITE RANDONNEE	Tester les équipements, évaluer les conditions physiques et états psychologiques, mise en place de l'esprit d'équipe	-Présenter l'itinéraire de la petite randonnée sur la carte, préparer son sac, le pique-nique -Donner les consignes concernant la gestion de l'effort et la sécurité -Laisser chercher l'itinéraire avec la carte, expliquer comment orienter la carte (aide avec boussole), identifier les points reconnaissables …échanger sur les choix proposés.	
		L'itinéraire pourra être agrémenté de petites surprises, découvertes, jeux, défis : Goûter quelques plantes, repérer des traces d'animaux, raconter une histoire, etc…	
JOUR 2 PAUSE MÉRIDIENNE	PIQUE NIQUE ET REGROUPEMENT Prendre conscience de ses émotions, apprendre à les communiquer Gérer ses émotions face à l'effort, au stress	Après le pique-nique, inviter les jeunes à exprimer leur ressenti, à s'écouter en instaurant un climat de confiance. Distribution des objectifs individuels sous forme d'invitation sous enveloppe personnalisée. Instaurer un moment de méditation ou cohérence cardiaque. Retour au centre.	
JOUR 2 APRÈS MIDI PRÉPARER L'EXPÉDITION ET LE BIVOUAC DES JOURS SUIVANTS	Apprendre à gérer la logistique du bivouac Apprendre à préparer son sac de marche et le sac qui sera transporté (âne, cuiller, véhicule) Se responsabiliser face à cette gestion	-En collectif, présenter l'itinéraire, les points d'eau potables et non potable et le(s) lieu(x) probable(s) du bivouac sur une carte. -Lister les besoins que nous allons avoir (de quoi se faire à manger, dormir, boire, avoir chaud, se faire une petite toilette, ne pas laisser de traces humaines…) -Présenter le matériel de l'association. -Évaluer la quantité d'eau potable nécessaire si pas de points d'eau. -Les participants et les éducateurs préparent ensemble le matériel, l'organisateur laisse faire et repère les éléments à modifier pour le débriefing. Des équipes peuvent être faites par thème.	Exemple liste type matériel de bivouac
JOUR 2 APRÈS MIDI BILAN		Se regrouper pour vérifier si rien n'a été oublié pour le bivouac. Chacun exprime son ressenti par rapport à toute cette organisation, ses inquiétudes éventuelles par rapport aux jours suivants.	
		Tout au long de la journée, les encadrants relèvent les éléments marquants, mettent en valeur les comportements positifs. Des solutions pourront être cherchées ensemble pour résoudre d'éventuels dysfonctionnements. Proposer aux éducateurs de noter pendant le séjour les éléments marquants permettant de mettre en valeur les réussites des bénéficiaires, et en particulier les réussites correspondant aux objectifs individuels. L'organisateur vérifie si l'avitaillement prévu par la structure est suffisant et adapté et correspond aux demandes afin de pouvoir compléter si nécessaire.	
JOUR 3 et jours suivants Avant le départ		Demander à chacun comment il se sent : Météo intérieure L'éducateur sportif vérifie les équipements de chacun, donne les consignes de sécurité et de gestion de l'effort. Les participants sont invités à chercher le chemin, chacun disposant d'une carte. Le rôle de guide peut être confié à un ou 2 participants, changer les rôles en cours de route.	
JOUR 3 et jours suivants Arrivée au bivouac	Organisation du bivouac : répartition des rôles de chacun, encourager l'entraide	Liste des tâches à effectuer : Montage du camp (tentes, bâches, tipi), repas, feu, coin toilettes, parc pour les ânes … Répartition des tâches : - Proposer de faire des équipes par thème. - Selon l'heure d'arrivée et les conditions météorologiques ›Présenter les tâches sous forme de situation à résoudre pour encourager l'autonomie. ›Laisser les participants chercher comment faire et s'organiser dans un premier temps, les encadrants ensuite pourront donner quelques conseils, montrer des astuces. A ce stade, favoriser les échanges sur les idées de chacun. ›Montrer une attention et des soins particuliers dans le respect du	
		matériel et la préparation du repas (importance bien manger et bien dormir pour se sentir bien) > Lorsqu'on a fini sa tâche on va aider quelqu'un qui n'a pas terminé et ou qui a besoin d'aide) Attention ! Les encadrants ne doivent pas faire à la place des participants, quitte à ce que le résultat soit éloigné de ce à quoi ils aspirent.	
JOUR 3 et les suivants FIN DE JOURNÉE		A tour de rôle, participants comme encadrant expriment leur ressenti sur leur journée. Ce moment doit être ritualisé chaque jour. Les encadrants peuvent à ce moment mettre en valeur les comportements positifs des participants. Présenter la journée du lendemain. Enchaîner par une veillée (autour d'un feu si possible), chants, histoires, petit bricolage etc.	**Guide de questions :** Comment je me sens ce soir ? Comment j'ai géré mon effort ? Mon stress ? Est-ce que je me suis dépassé ? Est-ce que je suis fier.e de moi?
DERNIER JOUR		Célébration au point fort de la journée : Sommet, lac …Exemple : Photos, Land Art, méditation, moment seul, Atelier d'écriture, Cairn, chant, dessin… Restitution et rangement du matériel. Bilan ou chacun exprime son ressenti. Petite fête de clôture.	

- **La boussole de l'expérience pour libérer la parole**

ENCADRÉ 4.3.

Exemple d'outil utilisé pour favoriser la conscience de soi : la boussole de l'expérience

La boussole de l'expérience



Mon niveau de...

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

La boussole de l'expérience (outil d'intervention inédit crée par Fournier-Chouinard en 2012) comporte quatre cadrans qui peuvent faire l'objet de réflexions et d'introspection relativement à une expérience : les comportements, les pensées, les sensations et les émotions. À différents moments significatifs dans le processus expérientiel, les jeunes étaient invités à plonger dans leur monde intérieur afin de s'interroger et de prendre conscience de leur vécu associé à chacun ou à l'un des quatre cadrans. Un partage collectif s'ensuivait.

Une boussole plastifiée avait été remise à chaque jeune au début du projet. Comme elle était fixée à un mousqueton, les participants pouvaient l'accrocher à leur sac ou à leurs vêtements afin d'y recourir rapidement et facilement. Elle a été utilisée par les jeunes à différents moments dans l'aventure ADS, en plus d'être proposée aux familles afin de favoriser le travail de transfert dans le quotidien des jeunes. Son utilisation a graduellement été modélisée par l'équipe d'intervention.

Une échelle de perception (de 1 à 10) a aussi été illustrée sous la boussole de l'expérience et utilisée, ce qui a permis aux jeunes de se situer quant à différentes dimensions telles que leur degré de motivation ou leur taux d'énergie physique. Facilitant d'abord l'émergence d'une plus grande conscience de soi (notamment par la corporalité) dans l'expérience, la boussole de l'expérience favorise l'autorégulation du jeune. Elle permet aussi de se guider (d'où l'appellation de « boussole ») dans l'exploration systématique de son vécu intérieur, en plus d'offrir des mots pour en témoigner. C'est parfois par ce contact avec soi qu'adviennent la reconnaissance du besoin et la mise en œuvre de l'action ajustée pour y répondre. Par exemple, un jeune qui avait pris conscience de son faible taux d'énergie physique a choisi de prendre une pause pour manger une barre énergisante et boire de l'eau. L'outil a également permis à certains de relativiser leur état intérieur, par exemple en puisant de l'énergie dans leur motivation psychologique pour s'aider à continuer malgré les défis physiques.

La « boussole de l'expérience » est un outil **pouvant être transféré** dans le quotidien des participants, au retour.

○ 2-3 L'atelier d'écriture « Pluie de mots »

Objectifs :

Développer la créativité
Célébrer un séjour qui se termine
Mettre en mots et partager des émotions liées à un vécu

Consignes :

Le groupe est disposé en cercle.

Étape 1

Vous avez 4 textes disposés dans l'espace. Lorsque vous les aurez lus, revenez-vous asseoir dans le cercle (4 textes inspirants et variés reproduits en plusieurs exemplaires et disposés dans l'espace). Par exemple :

- Récit de Standing Bear, Ours debout, chef Lakota (Sioux) ;
- Extrait d'Hubert Reeves (astrophysicien et écrivain ; l'un des plus compétent vulgarisateur) ;
- Texte de Baptiste (10 ans) sur le sentier contemplatif ;
- Un texte de Louis Espinassous.

Étape 2 :

Chacun dispose de quoi écrire.

1. Écrire 10 mots qui surgissent, qui vous viennent en tête après la lecture de ces textes et le séjour que vous venez de passer.

2. Au son du tam-tam passer la feuille à son voisin de gauche.

3. A l'arrêt du Tam-tam prendre la feuille que l'on reçoit :

   - Entourer 5 mots qui vous parlent ou vous interpellent ;
   - Ajouter 3 mots que vous inspirent ces 5 premiers mots et les entourez aussi.

4. Faire à nouveau tourner les feuilles vers son voisin de gauche. Faire tourner jusqu'à retrouver sa feuille initiale.

5. Écrire un petit texte qui intègrent les 8 mots entourés et qui parle de « Moi et la nature ». Écrire de manière lisible.

6. S'asseoir en cercle dos vers l'intérieur. A nouveau on fait tourner les feuilles. Chacun lira donc le texte de quelqu'un d'autre aux autres. Laisser un moment pour que chacun puisse s'imprégner du texte qu'il va devoir lire, pour que ce soit une belle lecture.

Il faudra tenir compte de celles et ceux qui ne savant pas lire ou écrire. Il est possible de faire un dessin ou de faire la dictée à un des encadrants qui écrira pour lui.

○ 2-4 Le « POW-WOW » ou le regroupement rituel

On pose des questions (si possible en utilisant un bâton de parole) à chaque participant en présence du groupe.

Il est important de demander aux participants de parler de leurs émotions, de faire part de leurs besoins, de parler en « je » et non en « tu » surtout en cas d'éventuels conflits.

Exemples de questions à poser aux participants (à doser en fonction de ce qui a été vécu, du lien de confiance et de la proximité :

- Quels ont été les moments difficiles ?
- Les moments difficiles ont-ils été surmontés et si oui comment ?
- De quoi aurais-tu eu besoin à ce moment-là ?
- Qu'est ce qui t'a aidé ?
- Et les beaux moments : quels ont été-t-ils ? pourquoi, qu'as-tu ressenti ?
- Quels furent tes moments de doute, d'espoir, tes impatiences ?
- Quels sont tes projets, tes envies, tes intentions ?
- Comment fais-tu le lien entre l'expérience et ton passé et comment comptes-tu surmonter tes prochains obstacles/défis.

Bien penser à mettre en valeur les comportements positifs, les encourager

3- POUR LA RECONTEXTUALISATION

Exemple de diplôme

Exemple de questionnaire d'évaluation

Merci de remplir ce tableau avec les chiffres de un à cinq : **1 étant négatif ; 5 très positif**. N'hésitez pas à commenter vos réponses, cela nous sera très utile afin de nous améliorer et d'accompagner d'autres jeunes dans ces aventures 😊

Note aux parents : Les phrases sont écrites en priorité à destination de vos enfants mais n'hésitez pas à répondre si vous avez la sensation que l'une de ces phrases s'appliquent ou pas du tout à votre enfant.

Objectif	De 1 à 5	Commentaires
Ce projet -t-il réussi à créer un lien de confiance entre vous ?		
Et avec les accompagnateurs ?		
Le projet, les activités ont-ils mis à l'épreuve votre condition physique et vous a-t-il fait prendre conscience de vos forces et vos défis à relever (vos limites), tant physiques que mentales ?		
Le projet et les activités vous ont-ils aidé à questionner votre rapport à l'apprentissage ?		
Le projet et les activités vous ont-ils aidé à questionner votre relation avec l'école en général : sociabilité, attrait des cours, réaction face aux échecs, etc. ?		
Le projet et les activités vous a-t-il permis de mieux vous observer et d'être plus à l'écoute de vos comportements, pensées, émotions qu'avant ?		
Savez-vous mieux communiquer vos pensées, émotions, besoins, envies qu'avant ?		
Le projet vous a-t-il permis d'être plus à l'aise dans la résolution de problèmes, dans votre capacité à faire des choix ?		
Vous engagez vous plus facilement dans les prises de décisions ?		
Avez-vous le sentiment de mieux communiquer et de mieux coopérer qu'avant ?		
Le groupe vous a-t-il permis de vous dépasser et de vous soutenir ?		
Le projet vous a-t-il permis de vous responsabiliser ? Avez-vous le sentiment d'avoir plus d'emprise sur votre vie ?		

CONCLUSION

"L'IAPNA ne constitue pas, selon Sébastien Rojo et Geneviève Bergeron*, une nouvelle approche en soi. Elle représente plutôt une modalité d'intervention flexible et plurielle qui peut prendre des formes variées sur un continuum allant de programmes aux visées éducatives à thérapeutiques.*

*Par et grâce à l'expérience de la relation à la nature et au processus d'aventure, elle vise à faciliter l'i**mpulsion développementale** chez les individus.*

L'IAPNA embrasse une conception globale de la personne et la perçoit dans ses dimensions biologique, affective, cognitive, comportementale et sociale : la puissance et la véritable richesse de cette modalité ne sont rendues accessibles que par l'intervention "dans" mais surtout "avec" la nature.

L'expérientiel brut génère chez la personne vue dans sa globalité plusieurs émotions, sensations, pensées et comportements qui représentent autant d'occasions d'intervenir, c'est à dire d'être avec l'autre, de faciliter sa régulation ainsi que l'accès à ses compétences et ce, en temps réel.

*Portée par l'idée que le chemin de soi passe par autrui, l'IAPNA cherche à **favoriser le développement intrapersonnel par la mise en relation avec l'autre et la nature**, ainsi que par le processus d'aventure.*

*L'alliance d'intervention telle que nous la concevons suppose une présence réelle, tant émotionnelle que réflexive, à l'autre. En plus de cette **ouverture empathique et de cet engagement authentique**, la création de l'alliance nécessite aussi certaines capacités de régulation, de communication et d'adaptation, ainsi qu'une grande souplesse.*

Il s'agit de laisser l'expérience se vivre, sans offrir ou soustraire aux participants les occasions de s'exercer, de ressentir, et de réfléchir. Pour ce faire, il est nécessaire d'éviter le piège d'une intervention trop rapide, d'une intervention qui "fait à la place" ou qui "fait faire".

Enfin l'IAPNA suppose également de la part des équipes d'intervention, une bonne connaissance des occasions offertes par le contexte de nature et d'aventure. Il s'agit de voir et de saisir, dans chaque situation, le potentiel développemental naturel, mais également d'anticiper les obstacles ou risques possibles" [35]"

Ainsi, notre pratique quotidienne dans ce contexte d'IAPNA met en évidence de nombreuses occasions et opportunités de soutenir nos participants dans leur chemin de vie, de leur offrir des moments de joie pure, de côtoyer et faire vivre, dans le réel, des valeurs de solidarité, de tolérance, d'autonomie et de responsabilité.

Si, comme le disait Jacques Brel "Le talent, c'est avoir l'envie de faire quelque chose", alors, osons croire que l'envie se réinvite dans le quotidien de nos participants, nourrie par ces moments de bonheur et d'humanité. Moments intérieurs. Moments aussi ouverts sur le vaste monde autour…

---

[35] *Sébastien Rojo et Geneviève Bergeron IN L'Intervention Psycho-sociale par la Nature et l'Aventure. Fondements, processus et pistes d'action. Presses de l'Université du Québec.*