

ACTION'RéACTION



Si parler peut faire peur, se taire peut faire mal

La peur du jugement empêche encore trop de jeunes de demander de l'aide psychologique.

4 → 6

L'attrait des musées

Entre ennui annoncé et curiosité cachée : que représentent vraiment les musées pour les jeunes ?

7 → 9



Deux représentations, une évolution marquante

Sur scène, les jeunes jouent. Dans le public, les consciences s'éveillent.

10 → 12


Le jeu, un outil essentiel dans la relation éducative

En AMO, jouer n'est pas « occuper le temps », c'est entrer en relation.

13 → 16



SOMMAIRE

- 2 **Édito**
- 3 **Photos** 
- 4 - 6 **Si parler peut faire peur, se taire peut faire mal /**
Feidreva LEYS
- 7 - 9 **L'attrait des musées /** **Arturo MESIRCA**
- 10 - 12 **Deux représentations, une évolution marquante /**
Yousra BOUDAHMANE
- 13 - 16 **Le jeu, un outil essentiel dans la relation éducative /**
Firdaws MANDOUDANE
- 17 - 18 **Volley, rires et échanges : quand Bousval devient le**
terrain de jeu du plaisir / **Hadrien GHILARDI**
- 19 - 20 **Tournoi solidaire /** **Kamel EL ISAQUI**
- 21 - 25 **Passer de l'autre côté : quand les jeunes deviennent**
bénévoles / **Santiago AGUDELO**



Chères lectrices, chers lecteurs,

Parler, jouer, bouger, créer, s'engager.
À première vue, ces mots n'ont rien en commun.
Et pourtant, ils racontent tous la même chose : les chemins multiples par lesquels les jeunes entrent en relation avec eux-mêmes, avec les autres et avec le monde.

Dans ce numéro, Feidreva ouvre une porte souvent difficile à franchir : celle de la parole. Parler à un psychologue, parler de ce qui fait mal, parler quand on a appris à se taire : « Parler, ce n'est pas être fou ». Elle nous rappelle une évidence trop souvent oubliée : si parler peut faire peur, se taire peut blesser durablement.

Firdaws montre avec justesse que d'autres chemins existent pour entrer en lien. En AMO, la relation éducative ne passe pas toujours par les mots mais aussi par le jeu. Celui-ci devient alors un espace d'ajustement, de souplesse, de rencontre. Un lieu où la relation se construit sans pression, au rythme de ce que le jeune est prêt à partager ou pas.

Parfois, il faut aussi bousculer les représentations. Arturo nous parle de ces fameux « oh non... » entendus à l'annonce de visites de musées. Derrière les réticences, il interroge ce que ces lieux représentent pour les jeunes et comment les transformer en espaces vivants, accessibles et porteurs de sens.

Bouger ensemble est aussi une manière de se rencontrer. Hadrien raconte une rencontre de volley à Bousval, faite de défis, de rires et d'échanges. Un déplacement géographique, certes, mais surtout un déplacement symbolique : sortir de sa zone de confort, rencontrer d'autres jeunes, d'autres règles, d'autres manières de jouer ensemble.

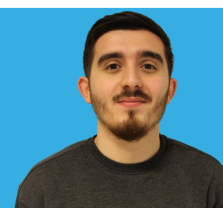
Avec Kamel, le sport devient également un levier de solidarité. Le tournoi de foot organisé pendant les vacances de Noël dépasse largement le cadre du terrain : il soutient un projet collectif, mobilise des énergies et rappelle que le fair-play et l'engagement peuvent aussi servir des rêves plus lointains, comme celui du voyage à Istanbul.

Santiago nous emmène ensuite « de l'autre côté ». Celui où certains jeunes, à partir de 16 ans, deviennent bénévoles chez nous. En accompagnant les plus jeunes, Sarah, Youssef et Younes découvrent la responsabilité, l'envers du décor et une nouvelle manière de se positionner. Un pas important dans leur parcours.

Enfin, Yousra revient sur un projet fort, exigeant et profondément humain : le théâtre. Deux représentations, une évolution marquante, et surtout une parole portée par les jeunes eux-mêmes autour du racisme ordinaire. À travers leurs improvisations, leurs vécus et leurs émotions, ils n'ont pas seulement joué un rôle : ils ont pris position.

Ce journal raconte tout cela. Des paroles timides ou affirmées. Des jeux, du sport, de la culture, de l'engagement.

Et surtout une conviction commune : il n'existe pas une seule manière de grandir, mais une multitude de chemins à accompagner.



YALCIN FEHMI

COORDINATEUR DU PÔLE ÉDUCATIF

*PHOTOS



* Les photos sont représentatives des activités que nous menons chaque semaine dans les différents groupes : Juniors (4-6 ans), Castors mercredi (7-10 ans), Castors samedi (11-13 ans), Grands (14-18 ans), ainsi que dans nos ateliers de théâtre, école des devoirs, jeux de société et piscine.





Si parler peut faire peur, se taire peut faire mal

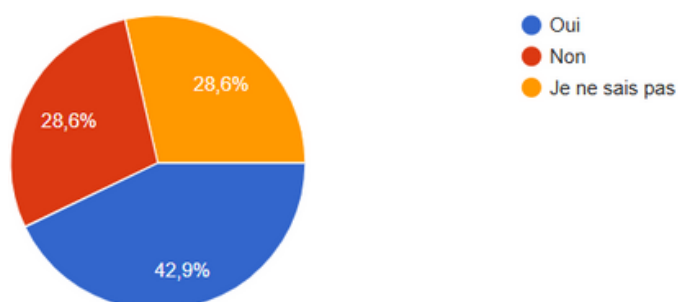
Quand on parle d'aller voir un psy, beaucoup de jeunes (et d'adultes) ont encore des idées toutes faites. Pour certains, consulter un psychologue serait un signe de faiblesse, quelque chose que seules les personnes "vraiment malades" font. On entend parfois des phrases comme « tu n'es pas assez fort mentalement » ou « ça ne sert à rien ». Ces pensées négatives font partie de ce qu'on appelle la stigmatisation, c'est-à-dire le fait d'attribuer une image négative à une personne en raison de difficultés psychologiques (Corrigan & Watson, 2002).

Afin d'évaluer comment les jeunes perçoivent les psychologues, j'ai posé quelques questions via un sondage dans le groupe des grands (13 à 18 ans) d'Inser'Action. La première question était : As-tu déjà entendu quelqu'un dire que voir un psy est réservé aux "fous" ou aux "faibles" ? Et 100% ont répondu « Oui ».

LA STIGMATISATION ET L'IMAGE COLLECTIVE DU PSYCHOLOGUE

La stigmatisation ne touche pas seulement les troubles mentaux, mais aussi le fait de demander de l'aide psychologique. Plusieurs études montrent que les adolescents craignent souvent d'être jugés par leurs pairs ou leur famille s'ils disent vouloir consulter un psychologue. Cette peur du regard des autres contribue à une image négative du psy, perçu comme inutile ou réservé aux cas très graves (Burns & Rapee, 2021). Ainsi, même lorsque les jeunes reconnaissent qu'ils vont mal, ils hésitent à demander de l'aide à cause des stéréotypes encore présents dans la société (Elkington et al, 2021).

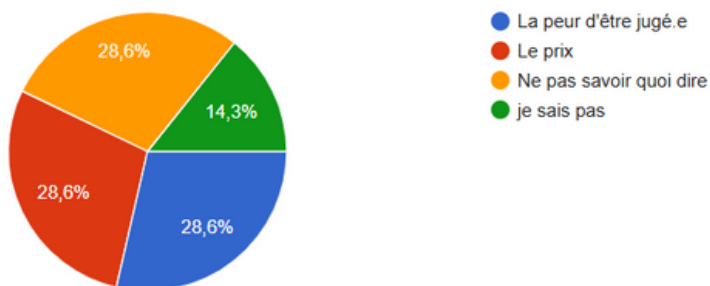
Alors j'ai demandé : **Penses-tu que consulter un psychologue est encore mal vu par les jeunes de ton âge ?**



POURQUOI CETTE STIGMATISATION POSE PROBLÈME

La stigmatisation peut empêcher les jeunes de parler de leurs émotions ou de leurs problèmes, même quand ceux-ci affectent leur vie quotidienne (par exemple : difficulté à dormir, solitude, sentiment d'être incompris, anxiété avant les examens, problèmes familiaux). Les recherches montrent que cette peur du jugement réduit les chances que les adolescents cherchent réellement de l'aide, même s'ils savent que c'est une bonne idée. (Burns & Rapee, 2021).

Je voulais savoir si la peur du jugement était le seul problème qui empêchait les jeunes d'aller consulter un psychologue alors j'ai fait une liste de facteurs comme le prix, la peur de ne pas savoir quoi dire et la peur du jugement et les réponses étaient diverses :



UN PSYCHOLOGUE, À QUOI ÇA SERT VRAIMENT ?

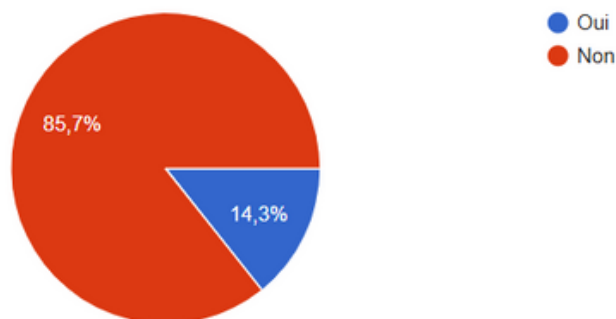
Contrairement aux idées reçues, il n'est pas nécessaire d'être "malade" pour aller voir un psy. Un psychologue est un professionnel formé pour aider les personnes à comprendre leurs émotions, leurs pensées et leurs comportements. La psychothérapie permet d'améliorer la santé mentale, de réduire le stress et d'aider à faire face aux difficultés du quotidien (American Psychiatric Association, n.d.). Des études montrent qu'environ 75% des gens qui vont chez un psychologue tirent un bénéfice de la psychothérapie, que ce soit une meilleure gestion des émotions, une diminution de l'anxiété ou une amélioration des relations sociales (APA, n.d.).

Un psychologue peut par exemple aider à :

- Mieux gérer la solitude ou le sentiment d'être incompris
- Trouver des stratégies pour faire face au stress scolaire
- Améliorer la communication avec les autres
- Comprendre et apaiser des émotions difficiles comme la tristesse ou la colère

Il s'agit donc moins de soigner une maladie que de prendre soin de sa santé mentale, tout comme on prend soin de sa santé physique (Cuijpers et al, 2017).

La plupart des jeunes à qui j'ai posé la question pensent qu'un psychologue peut aider à faire tout cela et pourtant quand j'ai demandé s'ils pourraient aller voir un psychologue, voilà ce qu'ils ont répondu :



CHANGER LES MENTALITÉS

Les recherches montrent que l'information et la discussion autour de la santé mentale réduisent la stigmatisation. Lorsque les jeunes comprennent mieux le rôle des psychologues et les bénéfices de l'aide psychologique, ils sont plus enclins à demander de l'aide et à soutenir leurs pairs (Gulliver et al, 2024). Changer l'image collective du psy permet donc de favoriser le bien-être et la prévention des difficultés psychologiques chez les adolescents.

Concernant le facteur du prix d'une consultation, il existe plusieurs dispositifs mis en place pour aider les jeunes. Par exemple, les consultations dans les plannings familiaux sont gratuites et sur le site PsyBru il est également possible de trouver des psychologues de première ligne qui font des consultations gratuites pour les -24 ans. Les jeunes peuvent aussi contacter les PMS de leur école, il y a toujours un psychologue dans l'équipe en cas de besoin urgent et pour une thérapie plus longue le PMS peut aider à trouver un psychologue externe.

Normaliser l'aide psychologique, c'est aussi offrir aux jeunes la possibilité de ne pas rester seuls face à ce qu'ils vivent.



SOURCES :

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. (N.D.). WHAT IS PSYCHOTHERAPY?
 BURNS, J. R., & RAPEE, R. M. (2021). THE IMPACT OF MENTAL HEALTH STIGMA ON ADOLESCENT HELP-SEEKING. JOURNAL OF ADOLESCENCE, 88, 48-58.
 CORRIGAN, P. W., & WATSON, A. C. (2002). UNDERSTANDING THE IMPACT OF STIGMA ON PEOPLE WITH MENTAL ILLNESS. WORLD PSYCHIATRY, 1(1), 16-20.
 CUIJPERS, P., KARYOTAKI, E., REIJNDERS, M., & HUIBERS, M. J. H. (2017). WHO BENEFITS FROM PSYCHOTHERAPIES FOR ADULT DEPRESSION? WORLD PSYCHIATRY, 16(1), 29-40.
 ELKINGTON, K. S., HACKLER, D., MCKINNON, K., BORGES, C., WRIGHT, E. R., & WAINBERG, M. L. (2021). PERCEIVED MENTAL ILLNESS STIGMA AMONG YOUTH IN PSYCHIATRIC OUTPATIENT TREATMENT. JOURNAL OF ADOLESCENT RESEARCH, 36(2), 243-268.



LEYS FEIDREUA
TRAVAILLEUSE SOCIALE



L'attrait des musées

Lors des dernières vacances, nous avons organisé deux visites de musées avec différents groupes. Lorsque l'activité a été annoncée, elle a été accueillie par un nombre non négligeable de « oh nooooo », « ça va être nul » et autres exclamations plutôt négatives. J'ai donc voulu me pencher sur ce que le musée représente pour les jeunes et sur ce qui pourrait être mis en œuvre afin que ces visites soient perçues de manière plus positive à leurs yeux.

De mon côté, le musée représente un endroit de calme et d'apprentissage. Personnellement, j'affectionne particulièrement les musées de sciences naturelles ou de sciences. J'adore apprendre sur la Terre et son passé, comprendre comment les différents êtres vivants coexistent et comment le monde fonctionne. Même si les musées d'art ne sont pas mon endroit de visite préféré, selon l'artiste et l'outil utilisé, ils peuvent devenir un lieu où l'imagination se laisse emporter et où l'on se sent transporté dans un temps différent.

Maintenant que j'ai partagé mon avis, place à la parole des jeunes, qui est beaucoup plus intéressante.

« Pour moi, les musées sont des endroits qui permettent l'apprentissage de différentes choses. J'ai pu en visiter quelques-uns avec Inser'Action ou durant d'autres activités. Les musées que j'ai préférés sont ceux où l'on peut manipuler des objets et où l'on peut faire de petites expériences. Cela permet de voir concrètement ce que les explications essaient de communiquer, et j'aime vraiment ce côté interactif.

En revanche, si la visite consiste seulement à écouter un guide, je déconnecte facilement. Rester simplement à écouter une personne durant une heure ou plus ne m'intéresse pas du tout. Je pourrais peut-être supporter cela s'il y avait mes amis avec moi, car je m'amuse toujours quand je suis avec eux.

Ma visite idéale ? Ce serait celle d'un musée du jeu vidéo. J'adorerais pouvoir jouer et expérimenter avec des jeux de différentes périodes sur différentes consoles. Je suis sûr que cela m'intéresserait et que je m'amuserais énormément. »



MOHAMMED AMINE

« Ma vision du musée est celle d'un lieu qui me permet d'apprendre ou d'approfondir mes connaissances sur un sujet. Pour moi, le musée est un lieu de découverte. J'ai eu l'occasion de visiter des musées dans le cadre de mes cours et avec Inser'Action, mais j'aime aussi me rendre au musée de mon propre côté ou avec des amis.

Je n'ai pas vraiment de type de musée que je préfère, car je trouve que toute nouvelle expérience d'apprentissage est bonne à prendre. Ce qui joue le plus dans l'attrait d'une visite est le sujet abordé. Si le musée parle d'un sujet qui m'intéresse, je vais faire attention et m'impliquer dans la visite. Au contraire, si le sujet m'intéresse moins, j'aurai plus de difficultés à apprécier la visite. C'est là que l'accompagnement et la présentation du musée entrent en jeu.

Si la personne qui nous accompagne montre de la passion et une envie de partager, cela peut transformer une visite que l'on pensait être ennuyeuse en une visite agréable. L'ajout d'expériences originales dans le musée peut aussi augmenter l'intérêt et le ressenti de la visite. Cela pourrait également se faire avant la visite, à travers un jeu qui introduit le thème. Je pense que cela pourrait rendre la visite plus intéressante et me ferait entrer directement dans le thème et dans l'univers que le musée propose. En effet, pour ma visite idéale, j'ajouterais une activité, avant ou après, en lien avec le thème de la visite, à réaliser en groupe. »



SARAH

« Pour nous, le musée représente plutôt un endroit où l'on s'ennuie. Nous en avons visité avec l'école et avec Inser'Action, et ce ne sont pas nos moments préférés. Il n'y a pas vraiment de musée qui nous intéresse ou que nous aimerions visiter.

Les visites ne nous attirent pas, surtout lorsqu'il faut rester debout pendant qu'une personne parle et que l'on est entourées de silence. Par contre, une chose qui pourrait nous donner envie d'aller au musée serait qu'il y ait de la nourriture offerte. Ce serait un moyen sympa d'attirer notre attention.

En y réfléchissant, il existe un type de musée qui pourrait nous offrir une visite idéale : un musée de la nourriture, où l'on pourrait goûter des plats de cultures différentes. Là, on irait tout de suite, c'est sûr. »



KIRA ET RIM

Ces retours montrent que le contact des jeunes avec les musées se fait principalement à travers l'école ou les associations. Comme mentionné, la visite au musée n'est pas synonyme de mauvaise expérience, mais les premières pensées associées au mot « musée » tournent souvent autour du fait de devoir être silencieux et d'écouter une personne parler pendant un long moment.

Ce ressenti est également lié au fait que la visite est souvent perçue comme une activité obligatoire, puisqu'elle s'inscrit dans un cadre scolaire ou associatif. Ces retours sont confirmés par différentes recherches.

Cela rend la préparation de ces visites primordiale, car c'est en créant de bonnes expériences que les jeunes seront plus enclins à participer à de futures visites et auront peut-être l'envie de découvrir des expositions sur des sujets qui les intéressent de leur propre côté. Il est donc nécessaire d'introduire la visite et de l'accompagner d'éléments qui intéressent les jeunes.

Comme ils l'ont exprimé, l'aspect le plus important reste le lien avec leurs centres d'intérêt et la possibilité d'interagir avec le contenu. Que ce soit à travers la manipulation d'objets, l'observation d'expériences ou simplement la réalisation d'une feuille de route, les jeunes ont besoin et veulent être acteurs de leur apprentissage, et non de simples réceptacles d'informations.

En y ajoutant un petit jeu ou une activité en lien avec le thème, l'expérience du musée devient tout de suite plus positive, ce qui peut accroître l'intérêt pour ce type de sortie et encourager les jeunes à s'y rendre en dehors du cadre scolaire ou associatif.

SOURCES :

TIMBART, NOËLLE. « LES ADOLESCENTS ET LES MUSÉES ». CAHIERS DE L'ACTION, 2013/1 N° 38, 2013. P.21-31. CAIRN.INFO, SHS.CAIRN.INFO/REVUE-CAHIERS-DE-L-ACTION-2013-1-PAGE-21?LANG=FR.

DIPTICK. (S. D.). L'ART ET LA CULTURE ABORDÉS PAR LES NOUVELLES GÉNÉRATIONS - DIPTICK. [HTTPS://DIPTICK.FR/PUBLICATIONS/ARTICLES/L-ART-ET-LA-CULTURE-ABORDES-PAR-LES-NOUVELLES-GENERATIONS](https://diptick.fr/publications/articles/l-art-et-la-culture-abordes-par-les-nouvelles-generations)



MESIRCA ARTURO
ÉDUCATEUR



DEUX REPRÉSENTATIONS, UNE ÉVOLUTION MARQUANTE.

Monter une pièce de théâtre est un véritable travail de longue haleine. Cela demande du temps, beaucoup d'énergie, de la persévérance, des répétitions parfois tardives, des moments de doute, des oublis de texte... mais surtout un fort engagement, tant de la part des jeunes que de l'équipe éducative.

En 2025, une nouvelle troupe a poursuivi ce projet mené depuis plusieurs années au sein d'Inser'action, autour d'un thème central : le racisme ordinaire. Cette aventure collective s'est concrétisée par deux représentations publiques marquantes, le 24 octobre à la Maison des Cultures de Saint-Gilles et le 6 décembre au Théâtre de la Vie, à Saint-Josse.

Derrière ces deux dates, il n'y a pas seulement un spectacle, il y a aussi un projet éducatif, collectif et profondément humain : offrir aux jeunes un espace pour s'exprimer, prendre confiance, apprendre à travailler ensemble et surtout porter un message fort sur les discriminations du quotidien, celles qui se glissent dans les blagues, les regards, les habitudes, les « c'est juste pour rire »... mais qui laissent des traces bien réelles.

Les jeunes n'ont pas seulement appris un texte, ils se sont approprié une parole et une responsabilité. En effet, la pièce a été construite à partir de leurs improvisations, de leurs discussions et de leurs vécus.

DU 24 OCTOBRE...

La première représentation s'est déroulée devant un public surtout composé des proches et des jeunes d'Inser'action. L'ambiance était chaleureuse et encourageante. Les retours ont principalement salué le jeu des acteurs, leur évolution et leur courage. Cette reconnaissance a été précieuse : elle a renforcé leur estime d'eux-mêmes après des mois de travail.

Mais un constat est vite apparu : lors des échanges avec le public, le message sur le racisme ordinaire est resté en arrière-plan, éclipsé par la performance artistique des jeunes. Le théâtre avait touché... sans encore vraiment ouvrir le débat de fond.

... AU 6 DÉCEMBRE

La seconde représentation s'est tenue dans un cadre plus impressionnant, devant un public largement inconnu : associations partenaires, professionnels, représentants communaux, et familles du quartier. Pour les jeunes, la pression était plus forte : jouer devant ses parents, mais aussi devant des adultes, représentants institutionnels, demandait une posture plus assurée et une grande concentration.

À cela s'ajoutaient la fatigue, les examens scolaires et les contraintes personnelles. Pourtant, ils sont restés présents et investis, soutenus par l'équipe éducative qui a dû, en coulisses, rassurer, remotiver et maintenir la cohésion du groupe, et les motiver lorsque certains ont voulu abandonner.

La soirée s'est ouverte par le discours d'Ali, notre directeur, rappelant le sens du projet et l'importance de nommer le racisme ordinaire, celui qui s'installe dans les habitudes et que l'on finit parfois par ne plus voir. Une prise de parole de l'échevin de la Culture est ensuite venue souligner la portée sociale et éducative du travail mené par les jeunes.

Pour cette seconde représentation, un choix clair a été posé : renforcer fortement la dimension de sensibilisation. Le dispositif a donc évolué. L'animation a recentré plus clairement la pièce dans son objectif : sensibiliser au racisme ordinaire.

Effectivement, après le spectacle, les animations « Je me lève si j'ai déjà vécu une situation similaire » et « Lever le carton rouge si c'est un stéréotype et le carton vert si c'est un compliment » ont permis au public de se positionner, de partager des expériences et de prendre conscience que certaines paroles ou attitudes, jugées anodines, peuvent être discriminantes.

Cette fois, la pièce et les échanges se sont nourris mutuellement. Le théâtre n'était plus seulement émouvant : il devenait un outil de réflexion collective et de sensibilisation.

Les retours du public ont confirmé cet impact, notamment celui d'une maman venue assister au spectacle avec ses enfants :

"J'étais présente avec mes quatre enfants et j'ai trouvé la pièce très bien jouée, accessible aussi bien aux enfants qu'aux adultes. Ce qui m'a particulièrement marquée, ce sont les animations de sensibilisation après le spectacle. C'était impressionnant de constater que, dans le public, nous réagissions souvent de la même manière : "ah oui, ça, c'est une phrase qu'on entend souvent", ou encore "ça, ma mère aurait pu le dire". On se rend compte à quel point le racisme banalisé est présent partout, parfois sans même s'en rendre compte. Depuis cette représentation, je suis beaucoup plus attentive. Dans des situations du quotidien, comme en faisant les courses, je remarque désormais plus facilement des remarques ou des réflexions racistes exprimées assez librement. Le spectacle m'a vraiment ouvert les yeux.

Un de mes fils a également beaucoup apprécié la pièce. Il a trouvé que la troupe jouait très bien, au point de dire que c'était mieux qu'une pièce professionnelle vue avec l'école. Et ce qui m'a le plus touchée, c'est de voir mes enfants se reprendre entre frères et sœurs lorsqu'ils faisaient des blagues limites et ça grâce aux graines semés lors de la représentation. Le message a clairement dépassé la scène."



GRANDIR SUR SCÈNE

Entre octobre et décembre, le projet a donc évolué : les outils de sensibilisation se sont affinés et le public a changé. Ces deux paramètres ont permis aux jeunes – ce que l’on l’espère – de prendre conscience de leur rôle. En effet, le but est de ne pas seulement être des acteurs, mais des porteurs de message.

LEURS PAROLES EN TÉMOIGNENT

L’un raconte que le théâtre lui a apporté « **de la bonne humeur, de la fatigue aussi.. et surtout de l’expérience** », et que jouer devant un public inconnu fait davantage peur « **parce qu’on se sent plus jugé** ». Il dit aussi avoir gagné « **en conscience de certaines choses** ».

Un autre évoque un parcours moins simple : « **Au début, venir aux séances était frustrant et difficile. Puis j’y ai pris beaucoup de plaisir. Jouer devant ma maman a été un vrai défi.** » Malgré les années passées dans le projet, il ressent toujours « **la même satisfaction** » à monter sur scène.

Une jeune explique que les ateliers lui ont permis de s’exprimer librement, de créer des liens plus profonds avec les autres, et que, même si jouer devant des personnes connues était difficile, le théâtre lui a surtout apporté plus de confiance en soi.

Une autre encore confie : « **Grâce aux vendredis, le théâtre ne me fait plus peur comme avant. Travailler la peur d’être jugé a été le plus dur... mais c’est aussi ce qui m’a fait le plus évoluer.** »



UNE PAGE SE TOURNE, LE PROJET CONTINUE

Cette double représentation marque aussi la fin d’un cycle. Plusieurs jeunes, engagés dans le projet depuis de nombreuses années, vont désormais quitter la troupe pour poursuivre leur chemin personnel, scolaire ou professionnel. Leur départ laisse forcément un vide... et quelques souvenirs bien ancrés dans les murs des salles de répétition.

Cependant, d’autres jeunes frappent déjà à la porte, curieux, motivés, parfois un peu impressionnés.

La troupe change donc de visage, mais le projet théâtre, lui, continue avec d’autres voix, d’autres parcours, d’autres émotions, mais toujours la même ambition : utiliser le théâtre comme un outil pour comprendre le monde, questionner les injustices et participer, à son échelle, à la lutte contre le racisme ordinaire.



BOUDAHMANE YOUSRA

ÉDUCATRICE



Le jeu, un outil essentiel dans la relation éducative

En AMO, la relation éducative ne se construit pas toujours autour de la parole. Les enfants et les jeunes que nous rencontrons n'ont pas forcément envie de parler d'eux, ni même de comprendre pourquoi un éducateur est là. Il faut alors trouver d'autres chemins pour entrer en lien avec les jeunes. Le jeu, et plus largement l'animation, en font partie.

Dans mon parcours, j'ai pu constater à quel point le jeu peut devenir un véritable point d'appui dans la relation éducative. Joseph Rouzel parle du jeu comme d'une condition première à l'ajustement. En AMO, cet ajustement est constant. Il faut s'adapter au jeune, à son humeur du jour, à son histoire, à ce qu'il est prêt ou non à partager. Le jeu permet cette souplesse. Il ouvre un espace où la relation peut se construire sans pression.

LE JEU, OU COMMENT ÊTRE LÀ AUTREMENT

Quand on parle de jeu, on parle aussi d'animation. Animer un moment, proposer une activité, improviser un jeu, ce n'est pas « occuper le temps ». C'est créer un cadre rassurant, convivial, dans lequel le jeune peut prendre sa place. Jeux de société, activités créatives, jeux sportifs, animations collectives ou moments plus informels : tout cela participe à la relation.

Le jeu permet de se rencontrer autrement. L'éducateur n'est plus seulement celui qui accompagne ou qui pose un cadre, il devient un partenaire de jeu, parfois même un joueur moins habile que le jeune. Cette inversion des rôles est précieuse. Elle valorise le jeune, lui permet de se sentir compétent, reconnu, et souvent plus à l'aise dans la relation.

UN MOMENT HORS DU QUOTIDIEN

Jacques Suzat évoque le jeu comme un espace hors du temps et de l'espace. Cette idée fait particulièrement sens en AMO. Les jeunes que nous accompagnons sont souvent pris dans un quotidien lourd : conflits familiaux, difficultés scolaires, placements, tensions multiples. Le jeu et l'animation leur offrent une parenthèse. Un moment où l'on peut rire, se concentrer sur autre chose, relâcher la pression.

Giuseppe Fiorentini parle du jeu comme d'une force vitale et soignante. Dans ces moments-là, quelque chose se passe : le jeune sourit, échange, cherche le contact, parfois sans même s'en rendre compte. Ce ne sont pas forcément de grands changements visibles, mais ce sont des instants qui comptent. Des instants où la relation se tisse.

DIRE SANS FORCÉMENT PARLER

Le jeu permet aussi de dire des choses sans passer par les mots. À travers une animation, on observe comment un jeune se positionne. Est-ce qu'il prend de la place ? Est-ce qu'il se met en retrait ? Est-ce qu'il respecte les règles ? Est-ce qu'il teste les limites ? Ces observations sont souvent plus parlantes qu'un long entretien.

Selon Suzat, le jeu aide à se maîtriser, à gérer ses émotions, à structurer des limites et à entrer en relation avec les autres. En AMO, ces apprentissages se font souvent de manière implicite. Le jeune apprend en jouant, en expérimentant, sans avoir l'impression qu'on cherche à lui apprendre quelque chose.



VALORISER, MÊME À TRAVERS DE PETITES CHOSES

Un des aspects les plus marquants du jeu et de l'animation reste la valorisation. Gagner une partie, oser se lancer, faire rire les autres, proposer une idée : autant de petites victoires qui peuvent avoir un impact important sur l'estime de soi. Même si cela semble anodin, ces moments permettent au jeune de se voir autrement.

Millant-Dahan Maxence met en avant les bienfaits du jeu sur le développement de la personne et sur la construction de soi. Il souligne aussi l'importance de l'attitude ludique de l'adulte. En adoptant cette posture, l'éducateur rend la rencontre plus agréable, plus légère, tout en restant présent et attentif.

L'ANIMATION COMME POSTURE ÉDUCATIVE

En AMO, le jeu et l'animation ne sont pas des outils figés. Ils demandent de l'adaptation, de l'observation et parfois de l'improvisation. Proposer une activité, la modifier en cours de route, rebondir sur ce qui se passe dans le groupe fait partie du travail éducatif. Cela rejoint l'idée de François Hébert, qui parle de la capacité de l'éducateur à mettre en place des médiations, parfois sur le moment, en fonction des besoins.

Le jeu doit bien-sûr être pensé et adapté à chaque jeune individuellement. Il ne s'agit pas de forcer la participation, mais d'offrir une possibilité, un espace où le jeune peut venir s'il le souhaite.

1) Au cours de tes journées au sein d'Inser'Action, tu as participé à de nombreux jeux.

Penses-tu que ces jeux étaient uniquement ludiques ? (Juste pour s'amuser)

Oui/non, pourquoi ? Si oui, Quels étaient les buts derrière ?

« Non, il y a toujours une dimension éducative. L'objectif est de transmettre quelque chose aux jeunes. Je me souviens notamment d'une activité qui encourageait à prendre la parole et à venir en aide aux personnes dans le besoin. ».



ANAS

« Pour moi, ce n'est pas seulement ludique, car à différents moments, on apprend des valeurs. On apprend à faire preuve de fair-play, mais aussi l'esprit d'équipe, la communication et l'entraide ».



LINA

2) Qu'est-ce que les jeux ont pu t'apporter à toi personnellement ? Est-ce qu'ils t'ont déjà aidé dans une situation particulière ?

« Les jeux ont facilité la création de liens, notamment en sous-groupes. Ils permettent de sociabiliser plus facilement, car les échanges se font directement avec les autres jeunes ».



ANAS

« Ces jeux m'ont permis de devenir plus sociable et de mieux communiquer avec les autres, ce qui m'aide au quotidien. Je parviens désormais à échanger avec tout le monde sans timidité. Par exemple, dans mon travail auprès de personnes âgées, je communique facilement avec elles dans la bonne humeur, alors qu'à la base je suis quelqu'un de très timide. Les jeux m'ont transmis de nombreuses valeurs, tout comme les éducateurs. ».



LINA

POUR CONCLURE

Le jeu et l'animation occupent une place essentielle dans la relation éducative en AMO. Ils permettent de créer du lien, d'apaiser, de valoriser, et parfois simplement de « changer les idées ». Même si l'intervention peut sembler minime, elle peut avoir un réel impact pour le jeune. Ces moments partagés rappellent que, dans le travail éducatif, être présent, jouer, animer et partager un instant peuvent déjà être une manière d'aider.



SOURCES :

GIUSEPPE, F. JEU ET ILLUSION. IN CAIRN INFO. [EN LIGNE]. 2004, VOL 68, P. 49 À 64. FORMAT HTML. DISPONIBLE SUR : [FILLIOZAT, ISABELLE. « AU CŒUR DES ÉMOTIONS DE L'ENFANT ».](#)
[ÉDITIONS MARABOUT. COLLECTION POCHE 2019 \(1RE ÉD. 1997\).](#)
[DOLTO, FRANÇOISE. « LA CAUSE DES ENFANTS ». ÉDITIONS ROBERT LAFFONT. COLLECTION BOUQUINS. 1999 \(1RE ÉD. 1985\).](#)
HEBERT, F. LE TAROT DE L'ÉDUCATEUR. DES ATOUTS POUR UNE PÉDAGOGIE EN SITUATION. PARIS. DUNOD. 2014.
MILLANT-DAHAN, M. LE JEU DE SOCIÉTÉ, EN ERGOTHÉRAPIE, DANS LA RÉHABILITATION PSYCHOSOCIALE CHEZ LES ADULTES SOUFFRANT DE PSYCHOSE. MÉMOIRE. [EN LIGNE].
ERGOTHÉRAPIE. PARIS : ASSOCIATION POUR LE DÉVELOPPEMENT, L'ENSEIGNEMENT ET LA RECHERCHE EN ERGOTHÉRAPIE, 2021. FORMAT PDF. DISPONIBLE SUR : [FILLIOZAT, ISABELLE. « AU CŒUR DES ÉMOTIONS DE L'ENFANT ».](#)
[ÉDITIONS MARABOUT. COLLECTION POCHE 2019 \(1RE ÉD. 1997\).](#)
[DOLTO, FRANÇOISE. « LA CAUSE DES ENFANTS ». ÉDITIONS ROBERT LAFFONT. COLLECTION BOUQUINS. 1999 \(1RE ÉD. 1985\).](#)
ROUZEL, J. LE TRAVAIL ÉDUCATIF : ÉLÉMENTS POUR UNE THÉORIE DE LA PRATIQUE. PARIS. DUNOD. 2002.
SUZAT, J. LE JEU AU CENTRE DE LA RELATION ÉDUCATIVE : JOUER... EN MATERNELLE. [EN LIGNE]. FORMAT PDF. DISPONIBLE SUR : [FILLIOZAT, ISABELLE. « AU CŒUR DES ÉMOTIONS DE L'ENFANT ».](#)
[ÉDITIONS MARABOUT. COLLECTION POCHE 2019 \(1RE ÉD. 1997\).](#)
[DOLTO, FRANÇOISE. « LA CAUSE DES ENFANTS ». ÉDITIONS ROBERT LAFFONT. COLLECTION BOUQUINS. 1999 \(1RE ÉD. 1985\).](#)



MANDOUDANE FIRDAWS
ÉDUCATRICE



Volley, rires et échanges : quand Bousval devient le terrain de jeu du plaisir

Ce samedi 13 décembre, une drôle de délégation a débarqué à Bousval. Carte GPS presque obligatoire, sac de sport sur l'épaule et énergie à revendre, notre groupe de « grands » s'est aventuré dans une ville qui leur était jusque-là totalement inconnue. Pourquoi Bousval ? Pourquoi un samedi ? La réponse est simple : il était grand temps de challenger ce groupe, et quoi de mieux qu'un vrai échange avec une équipe de volley P4, entraînée par Hadrien.

Après plusieurs rencontres amicales, tournois et une journée inter-AMO, le moment était venu de passer à l'étape supérieure : se mesurer à de vraies joueuses, avec de vraies règles, de vrais services... et de vrais ballons.

Avant toute chose, priorité absolue : le goûter. Parce qu'on ne défie pas une équipe de volley le ventre vide. Une fois les réserves d'énergie rechargées, place à un grand cercle de présentation. Chacun se présente, glisse un petit mot, pendant qu'Hadrien explique le programme de la journée. Le ton est donné : sportif, mais surtout convivial.

L'échauffement démarre fort avec une prise de bande géante, suivie d'un jeu cardio qui met tout le monde d'accord : le volley, ça chauffe vite. Puis, ballons en main, place à un échauffement digne d'un match officiel. Les groupes sont mélangés : une joueuse P4, un jeune Inser'ation. Et là, surprise générale. L'application est au rendez-vous, certains jeunes réalisent que « finalement, le volley, ce n'est pas si simple »... tandis que plusieurs joueuses viennent discrètement signaler que 3 ou 4 jeunes sont franchement impressionnants pour des novices sans entraînement. Comme quoi, le talent se cache parfois là où on ne l'attend pas.

"La journée de volley a été une très belle expérience, notamment grâce à la possibilité de jouer avec un club à Bousval. On pouvait observer la cohésion entre les joueuses et leur esprit d'encouragement. L'ambiance est restée agréable tout au long de la journée, ce qui a rendu cette expérience très conviviale.."



MARWAN

Services, attaques, sourires... tout le monde est chaud. Les matchs peuvent commencer. Quatre équipes se forment naturellement, équilibrées et surtout mixtes : 4 jeunes Inser'Action et 3 joueuses P4 par équipe. Ce mini-tournoi devient rapidement un moment de pur plaisir. Ça rit, ça s'encourage, ça se chambra gentiment. L'objectif est clair : le partage avant la performance, et le pari est largement réussi.

Une « équipe type » se dessine alors côté jeunes, et place aux matchs officiels : jeunes de la P4 contre jeunes d'Inser'Action. Quatre sets de 15 points sont disputés. Face à l'équipe type P4, les jeunes rivalisent avec courage. Certes, les services puissants compliquent la réception, mais personne ne lâche. On se bat sur chaque balle, parfois même sur celles déjà perdues.

"J'ai vraiment adoré la journée volley avec les filles à Bousval. Jouer avec des professionnelles nous a montré la réalité du terrain et l'importance de respecter les règles, car entre nous, on joue parfois comme on veut. Grâce à elles, nous avons appris de nombreuses nouvelles techniques et elles nous ont aussi permis de partager les nôtres. Il y avait une super ambiance et beaucoup d'échanges. C'était une très belle après-midi, enrichissante et pleine de belles rencontres. Je pense que cette activité mérite d'être répétée dans les prochains mois"

ELIF

Le deuxième set, avec les équipes B, est un festival de sourires et de bonne humeur. Le troisième, un mix des deux équipes, réserve une surprise : contre toute attente, les jeunes dominent et remportent le set, sous les encouragements et les rires. Piquées au vif, les joueuses reviennent pour le dernier set avec une détermination sans appel... et règlent l'affaire rapidement.

Après l'effort, le temps du débriefing. Quatre joueuses P4 prennent la parole et résument parfaitement la journée : beaucoup de plaisir, une ambiance exceptionnelle et une belle surprise face au niveau et à l'état d'esprit des jeunes. Verdict unanime : elles ont hâte de recommencer lors de la deuxième partie de l'année.

Un match retour ? Disons simplement que le filet n'a pas fini de trembler à Bousval...



GHILARDI HADRIEN
ÉDUCATEUR



Tournoi solidaire

Le 22 décembre, pendant les vacances de Noël, nous avons organisé un tournoi de foot à la salle Guy Cudell. L'objectif était clair : soutenir le projet de voyage à Istanbul de notre groupe des grands, tout en proposant une activité sportive et conviviale.

Globalement, le tournoi s'est très bien déroulé. Ce fut, une journée, intense, énergivore, mais surtout riche en émotions. Les matchs se sont enchaînés dans une bonne ambiance et dans un bel esprit de fair-play.

Nous avons eu la chance de pouvoir compter sur l'implication du groupe des grands, qui a été exemplaire tout au long de la journée. Ils ont participé au tournoi avec deux équipes, mais ils ont aussi énormément aidé à l'organisation : gestion des vestiaires, mise en place et rangement de la salle, tenue des scores, achat et distribution des bananes, gaufres et bouteilles d'eau. Leur investissement a clairement contribué à la réussite de l'événement.

Un point très positif du tournoi a également été la présence de vrais arbitres officiels. Cela a donné encore plus d'impact et de sérieux à l'événement. Ils ont été très bons et le fait d'en avoir deux était primordial afin qu'ils puissent se relayer tout au long de la journée et rester efficaces sur l'ensemble des matchs.

Les retours des participants ont été très positifs. Certains nous ont dit : « Super tournoi, belle organisation, c'était fluide » ou encore « Super expérience, j'ai pris énormément de plaisir lors de ce tournoi ».

Nous avons aussi reçu des remarques constructives, toujours utiles pour s'améliorer, notamment concernant la gestion de l'eau ou la composition des équipes. Plusieurs participants ont souligné qu'il serait intéressant, pour les prochaines éditions, d'éviter les équipes de futsal. Sur les 12 équipes participantes, 2 équipes étaient des équipes « officielles » de foot en salle.

C'est pourquoi, nous y réfléchissons afin de garantir une meilleure équité entre les institutions.

Par après, nous avons également eu le plaisir d'accueillir Monsieur Emir Kir, Bourgmestre de la commune de Saint-Josse, dont la présence a été très appréciée et a donné encore plus de sens à cette initiative.

Au final, cet événement était avant tout un tournoi solidaire, organisé pour une bonne cause : promouvoir le fair-play, favoriser la rencontre entre jeunes et soutenir le projet de voyage à l'étranger de notre groupe des grands.

Un grand merci aux équipes, aux jeunes et à toutes les personnes impliquées dans la réussite de cette belle journée, en particulier la MJ de Ganshoren, Le Clou, La Salle Mandela, l'AMO Alhambra, l'ASBL Paroles, Dynamo AMO, AMOS, Atout-Jeunes, Féfa Anderlecht, ainsi que les jeunes de l'école Saint-Louis et leur éducateur.



EL ISAOUI HAMEL
ÉDUCATEUR



Passer de l'autre côté : quand les jeunes deviennent bénévoles

À Inser'ation, certains parcours ne s'arrêtent pas à la participation aux activités. À partir de 16 ans, les jeunes du groupe des Grands ont la possibilité de devenir bénévoles et de découvrir l'envers du décor : celui de l'animation.

Encadrés par l'équipe éducative, ils peuvent accompagner les plus jeunes dans différents groupes (Castors, Juniors, piscine accoutumance...), vivre une première expérience de responsabilité et tester un nouveau rôle.

Sarah, Younes et Youssef font partie de ces jeunes qui ont accepté de franchir le pas.

POURQUOI DEVENIR BÉNÉVOLE ?

Les motivations ne sont pas toujours très claires au départ — et c'est normal.

Pour Sarah, l'envie était surtout liée à la découverte :

Pour pouvoir développer de l'expérience et découvrir de nouvelles choses.



Younes, lui, est arrivé au bénévolat presque naturellement :

On me l'a proposé et j'ai accepté. Je crois que j'avais demandé à Ali si c'était possible de faire une journée d'observation avec Santiago.



Pour Youssef, le bénévolat représente une première porte vers le monde du travail :



Parce que ça ramène une première expérience dans un travail et c'est épanouissant.

Trois parcours différents, mais un même point commun : l'envie d'essayer.

CE QU'ILS ESPÉRAIENT Y TROUVER

Avant de commencer, les attentes étaient simples.

Sarah souhaitait avant tout apprendre et créer du lien :



Apprendre de nouvelles choses, rencontrer les plus jeunes et leur faire passer de bons moments.

Younes partage cette idée d'échange et de relation :



Faire des jeux, s'amuser avec les jeunes, parler avec eux de leur journée.

Youssef, lui, met en avant l'énergie des plus jeunes :



Les jeunes sont mignons et leur motivation à participer booste la mienne.

ENTRE L'IDÉE QU'ON S'EN FAIT... ET LA RÉALITÉ

Avant d'être bénévole, Sarah imaginait le rôle d'éducateur comme quelque chose de très lourd :



Pour être honnête, je l'imaginais très compliqué et fatigant. Au final, ça reste très fatigant, mais aussi amusant.

Younes voyait surtout l'aspect ludique : jeux, échanges, moments partagés.

Youssef, de son côté, avait une vision assez simple du rôle :




Je l'imaginais juste comme des personnes qui animent un groupe de jeunes.

Tous ont rapidement compris que l'animation demande bien plus que de la bonne volonté.

CE QUI EST FACILE... ET CE QUI L'EST MOINS ?

Du côté des facilités, les jeux arrivent en tête. Sarah comme Younes expliquent que l'animation de jeux est ce qui leur paraît le plus naturel.

Youssef confirme :



Le plus facile, c'est de prendre du plaisir et de préparer.

Mais les difficultés sont bien réelles. Pour Sarah :



Le rappel à l'ordre.

Pour Younes :



Les rapports de fin de journée.



Et pour Youssef :




Encadrer les jeunes et gérer les disputes.

DES SURPRISES ET DES MOMENTS MARQUANTS ?

Certains éléments les ont particulièrement marqués.

Sarah parle de l'attachement :



Les plus petits se sont vite attachés à moi, et moi à eux.

Younes évoque l'évolution des jeunes :



La prise de confiance chez certains jeunes.

Youssef, lui, a été surpris par tout ce qui se passe avant même l'activité :



Le travail en amont des activités.

CE QU'ILS ONT TROUVÉ LE PLUS DIFFICILE À GÉRER ?

Être bénévole, c'est aussi apprendre à se contrôler.

Younes souligne :



Les rangs, les déplacements à Bruxelles avec les plus petits, garder son sang-froid.

Sarah évoque les situations émotionnelles :



Quand les plus jeunes pleurent pour rester avec leurs parents.

Youssef insiste sur l'énergie demandée :



Encadrer des jeunes, c'est vraiment énergivore, et on sous-estime cela.



CE QUE CETTE EXPÉRIENCE LEUR A APPRIS ?

Pour Sarah :



La patience et l'écoute des plus jeunes.

Pour Younes :



Personne n'est parfait et il y a toujours des choses à apprendre.

Pour Youssef :



Qu'il faut être plus patient.

UN REGARD DIFFÉRENT SUR LES ANIMATEURS

Le bénévolat a changé le regard de Sarah :



Ça m'a aidée à me rendre compte qu'ils y mettent beaucoup d'énergie et peut-être de l'amour.

Younes n'a pas spécialement changé de perception, mais garde une expérience positive.

Youssef, lui, en tire une meilleure compréhension du métier :

Ça m'a appris qu'il faut être plus compréhensif envers les éducateurs, car c'est loin d'être si facile.



ET APRÈS ?

Sarah garde de très bons souvenirs :

Oui, ça m'a créé beaucoup de très bons souvenirs.



Younes se montre reconnaissant :

J'ai aimé accompagner en tant que bénévole, je trouve que j'ai eu de la chance d'avoir été sensibilisé au projet.



Youssef partage cet enthousiasme :

Bien sûr, c'est un vrai plaisir et ça développe ma personne sur plusieurs aspects.



Concernant l'avenir, chacun suit son chemin.

Younes se projette comme conducteur STIB.

Sarah reste ouverte.

Youssef conclut :

J'ai d'autres objectifs de vie, mais je ne vois pas de mal à faire un peu de bénévolat en dehors de mes objectifs.



GRANDIR AUTREMENT

Devenir bénévole à Inser'Action, ce n'est pas seulement aider.

C'est apprendre à prendre une autre place, à regarder les plus jeunes autrement, à comprendre ce que signifie encadrer, accompagner, et parfois simplement être là.

Une expérience qui marque, même lorsqu'elle ne dure qu'un temps.



AGUDELO SANTIAGO
ÉDUCATEUR

Utilisation des photos et textes présents dans le journal


Tous les textes, documents PDF, illustrations, photos et logos présents dans ce journal sont la propriété de l'ASBL Inser'Action, soit ont été générés par une intelligence artificielle ou proviennent de banques d'images libres de droits. Toute reproduction ou utilisation, totale ou partielle, est interdite sans autorisation préalable.

Nous avons, dans la mesure du possible, demandé aux personnes représentées sur les photos leur accord. Toute personne figurant sur une photo peut demander le retrait du cliché de nos pages en adressant une simple demande au secrétariat dont l'adresse est reprise ci-dessous.

Les photos présentes sur le site et dans le journal ne sont qu'illustratives et non exemplatives. Toute ressemblance entre les personnes qui s'y trouvent et les situations décrites serait purement fortuite et involontaire. Nous utilisons l'intelligence artificielle pour assurer la relecture de nos articles, garantissant ainsi une qualité et une cohérence.

Siège social / permanence sociale / administration

48, rue Saint-François
1210 Saint-Josse-ten-Noode.

 02/218.58.41

  @InseractionAmo

Atelier / activités collectives


10, rue Saint-François
1210 Saint-Josse-ten-Noode

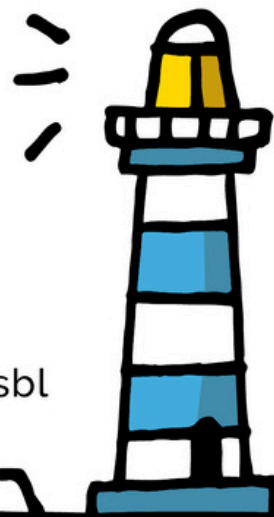


 info@inseraction.be



 www.inseraction.be

 Avec le soutien de la Fédération Wallonie-Bruxelles, de l'ONE, de la Région de Bruxelles-Capitale, de la Commission communautaire française, de la Commune de Saint-Josse-Ten-Noode et du service Arc-en-Ciel.



inser**action**

AMO / Un service d'inser'action asbl