

## Concept pratique de la formation « ech an déi aner »

« Gudd zesummen eens ginn – mat Problemer eens ginn » fut travaillé lors de la formation par le biais d'une trentaine d'activités. Beaucoup d'activités se font dans la nature et les enfants s'enregistrent régulièrement avec les caméras. Les activités sont regroupées dans six catégories regroupées toutes dans un mobile.



### 1. Moi

Les activités permettront à l'enfant de mieux se connaître, de reconnaître que chacun dispose de compétences personnelles et que personne n'est dépourvu de compétences.

### 2. Les autres

Dans les impulsions concernées aux « autres », il s'agit d'enseigner le souci de l'autre et d'agrandir la compétence à travailler en équipe.

### 3. Les règles

A partir du moment où le moi et les autres interagissent, il est important de respecter des règles. Les règles auront été fixées et signées en groupe.

### 4. Je me comprends et je comprends les autres

Pour optimiser l'interaction entre soi-même et le groupe il s'agit de se comprendre et de comprendre les autres. Les physionomies seront analysées pour savoir identifier les sentiments comme : « joyeux, triste, furieux, anxieux ... ».

### 5. Les problèmes

Partout nous rencontrons des problèmes, interpersonnels ou de tout autre type. Il s'agit de :

- 5.1. se rendre compte qu'il existe différents types de problèmes.
- 5.2. différencier les types de réaction face à un problème, c.à.d. face à un besoin non-satisfait: les sentiments, les réactions corporelles, les réflexions et les actions.
- 5.3. de comprendre la relation de cause à effet entre un besoin non-satisfait et la suite de l'évolution de la situation. Ne pouvant pas réagir sur les sentiments et les réactions du corps, nous avons un impact sur nos réflexions et sur nos actions.

### 6. Stop ... et les solutions

Pour aborder les problèmes de façon constructive, nous travaillons en deux étapes :

1<sup>ère</sup> étape : s'arrêter, respirer, se calmer en cas de problème

2<sup>ème</sup> étape : se rendre compte que « mon corps et mes sentiments m'apportent des informations que je vais écouter et interpréter. Il me revient de guider mes réflexions et mes réactions. »