

Le chiffre
1/4

**DES ENSEIGNANTS
FORMES UTILISANT
"FELICITEE"**

D'après la conceptrice de la méthode, Catherine Delhaise, au moins cinq enseignants sur vingt – ayant suivi la formation de deux jours – continuent de recourir régulièrement à "Félicitée". Un chiffre relativement honorable, estime l'intéressée : "Ce n'est pas mal du tout. Vous savez, c'est vraiment une question de conviction personnelle. Pour que la méthode fasse tout son effet, il faut y croire. Cela demande une certaine ouverture d'esprit." Et la même d'insister : "C'est en pratiquant "Félicitée" tous les jours qu'apparaîtra un certain rituel. Et c'est ce rituel qui va créer des repères temporels permettant à l'enfant de mieux se structurer, de mieux s'organiser et d'être plus épanoui dans son corps."

Quid des formations ?

Cadre scolaire, mais pas seulement. La formation des enseignants à la méthode Félicitée se fait gratuitement dans le cadre des "journées pédagogiques". Il s'agit de deux jours d'activités espacés de trois à quatre semaines. Dans cette optique, chaque instituteur peut tester la méthode une première fois en classe et ajuster le tir ultérieurement si nécessaire. Un travail de familiarisation indispensable, selon la conceptrice : "Au début, beaucoup de profs ne comprenaient pas ce que je faisais avec les enfants. Ils ne voyaient pas l'intérêt des exercices. Je me suis donc rendu compte qu'ils devaient expérimenter la méthode sur eux-mêmes avant de la pratiquer avec leurs élèves." D'autres demandes de formations sont également satisfaites, notamment celles formulées par les écoles de devoirs, par les logopèdes ou encore par les parents.

la libre.be

SUIVEZ L'ACTU

Retrouvez tous nos dossiers relatifs à l'enseignement sur le site de "La Libre Belgique".

Mens sana in corpore

► Préparer l'enfant à recevoir un apprentissage, c'est l'objectif de "Félicitée".

► Une méthode, un jeu de 47 cartes qui entendent libérer l'élève et apaiser l'enseignant.

Reportage **Alice Dive**

Auvelais. Ecole Saint-François. Il est 8h30. Dans la cour de récré, les parents et instituteurs discutent, les enfants s'amusent. Comme chaque matin, l'excitation est à son paroxysme. On retrouve ses petits camarades, on court, on saute, on se cache, on débat du dernier dessin animé de la veille ou, pour les moins jeunes d'entre eux, on se réjouit d'être le second jour de la semaine pour regarder, en rentrant le soir à la maison, son émission hebdomadaire musicale préférée.

8h40, il est l'heure de rentrer en classe. D'un pas assuré, Madame Dominique s'approche de son petit troupeau. "Deux pour deux", s'écrite-t-elle immédiatement. Le ton est donné, les 23 petits bouts s'exécutent et se mettent sur-le-champ en rang d'oignons. Encore un petit détour par les vestiaires et voilà les élèves de troisième B qui investissent leur lieu de travail.

Dans cet espace confiné, le brouhaha initialement supportable se mue soudainement en une véritable cacophonie. Il est grand temps d'apaiser tout ce petit monde. "Gulliane, reprends les enquêtes de lectures s'il te plaît. Zoé,

3 QUESTIONS À CATHERINE DELHAISE

Diplômée en gestion des ressources humaines, Catherine Delhaise est la conceptrice de la méthode Félicitée. Elle s'est formée à la kinésiothérapie et à la psychologie corporelle intégrative.

1 Votre projet est arrivé à maturité en janvier 2010. Quelle était votre intention en créant une telle méthode ?

Je désirais mettre au jour des techniques permettant aux élèves de l'enseignement fondamental – âge d'or de la motricité – de mieux apprendre à l'école. Bien sûr, il m'a fallu du temps pour concrétiser ce projet. Au départ, j'ai travaillé avec des enfants en consultations individuelles, rencontrés au cours desquelles j'ai pratiqué plusieurs méthodes. Par la suite, je me suis rapprochée des écoles en leur proposant des animations. C'est là que l'idée



veux-tu bien ramasser les devoirs de colles ? On va commencer la méthode." Inutile d'en dire davantage, chacun se met en place. Tandis que Lea ferme la porte de la classe, ses camarades se lèvent en chœur. Désormais postés derrière leurs bancs, les 23 petits corps s'immobilisent. "Tout le monde boit une grande gorgée d'eau", ordonne l'institutrice. Quelques rythmes africains entouillent de fond et c'est parti pour six mi-

nutes de "Félicitée". "Mouvements croisés", lance Madame Dominique. A ces mots, 24 jambes se lèvent soudainement en l'air pour venir aussitôt former un X avec les membres inférieurs laissés au sol. Les genoux se plient, les mains s'agitent, les épaules s'entouillent puis se déroulent. "Et maintenant, on réveille le corps", poursuit la maîtresse d'école, une carte rose à la main. Les 23 gamins attrapent alors les lobes

de concevoir une méthode sous la forme d'un jeu de 47 cartes de couleurs à jallie. Chaque semaine, les élèves doivent piocher neuf cartes. Deux d'entre elles sont systématiquement "Boire de l'eau" et les "mouvements croisés". Les sept autres correspondent chacune à une activité précise. "Félicitée" est construite sur base d'une courbe de Gauss : vous commencez par des exercices dynamiques, vous exprimez ensuite vos colères et frustrations via l'attachement – pic situé au milieu de la courbe – enfin, vous revenez progressivement au calme.

2 Concrètement, quels sont les effets escomptés de "Félicitée" ?

Immédiatement après la méthode (qui prend une dizaine de minutes en moyenne), on constate une mise au travail plus rapide, une meilleure concentration et une plus grande

réceptivité de l'élève. Ce dernier est aussi plus actif pendant le cours, canalise davantage son énergie et gère mieux son stress. Du point de vue de l'enseignant, on observe une diminution de la gestion des conflits, ce qui est positif pour lui. Globalement, l'ambiance est plus agréable en classe

3 "Félicitée", une explication à ce label ?

En fait, il s'agit du nom de l'étoile. Elle est présente sur chaque carte du jeu. C'est aussi le logo de notre ASBL. C'est celle qui est descendue du ciel pour aider les enfants à mieux utiliser leur potentiel. Elle a deux bras mais aussi deux jambes. C'est donc une étoile qui a bien les pieds sur terre. J'ai opté pour cette image parce que je voulais un personnage unisexe qui plaise autant aux filles qu'aux garçons.

AL D.



vements croi-
inique. A ces
nt soudaine-
aussitôt for-
es inférieurs
se plient, les
ales s'enrou-
t maintenant,
rsuit la mai-
se à la main.
lors les lobes

de leurs deux petites oreilles et se mettent à les masser. "Carte verte, ronds du bassin, on fait circuler l'énergie", enchaine-t-elle. L'assemblée s'exécute. L'institutrice s'exclame ensuite: "Carte rouge pour enracciner". Révêtant soudainement des allures de guerriers, les enfants lancent à l'unisson un grand "Oh" avec force. Un moment exutoire qu'ils apprécient particulièrement, nous confiera Dominique Robaux ultérieurement. "Orange: exprimer, libérer, on y va", annonce-t-elle plus calmement. "Heureuse", "bien", "agressif", "endormi", "amoureuse" - chacun fait part de son émotion, de son ressenti du jour. Un parfum de quiétude emplit progressivement la pièce. "Lucas, quelle est la couleur de ton cerceau?" lui demande Madame Dominique. "Bleu clair", répond immédiatement le garçon. En effet, la carte mauve entend mobiliser l'imaginaire de l'enfant, lui faire définir les contours de son espace. La séance touche à sa fin. Avec la carte bleu foncé, on s'étire, on s'assied, on se détend et on travaille sur l'estime de soi. Les six minutes sont maintenant écoulées. Un calme impressionnant règne désormais en maître dans la classe de troisième B. Mais pour combien de temps? "Cela fait son effet pendant une bonne demi-heure", estime l'institutrice. Qui commente: "C'est énorme pour des enfants de cet âge-là (7-8 ans). Chez les tout-petits, je pense que cela dure encore moins longtemps." Madame Caroline, institutrice en deuxième maternelle, le confirme.

"Avec des petits bouts de 2-3 ans, la méthode est efficace pendant environ 15 minutes après la dernière carte." Et de poursuivre: "Je la pratique tous les jours, c'est devenu un vrai petit rituel. Et un besoin aussi. Pour eux comme pour moi." Car, si "Félicité" a été conçue sous la forme ludique d'un jeu de 47 cartes de couleurs - pour générer chez l'enfant un bien-être global et pour favoriser ainsi une utilisation plus performante de ses capacités d'apprentissage à l'école, c'est aussi pour aider les professeurs à se sentir mieux dans leur corps qu'elle a été imaginée. "Moi, je ne saurais plus m'en passer", avoue Dominique Robaux. "Depuis que j'ai suivi la formation il y a un peu plus d'un an avec la conceptrice du projet, Catherine Delhaise, je la pratique quotidiennement", constate-t-elle. Et d'estimer: "Mais c'est une question de conviction personnelle. Vous ne pouvez pas forcer un enseignant à utiliser "Félicité". Cela n'a pas de sens."

Ici, à Saint-François, la quasi-totalité des instituteurs maternels adhère et utilise la méthode. Dans le cycle primaire par contre, beaucoup restent réticents à l'idée de tester de nouvelles choses. "Pour ma part, je n'accroche pas du tout à ce genre de pratique. Je sais que je ne prendrais pas le temps de le faire chaque matin. Pour être honnête, je crois que j'aurais l'impression d'être ridiculé devant mes élèves. C'est une question de caractère, c'est tout", témoigne Gaetan Jorès, institutrice en sixième primaire. Pour Marc Bussard, directeur de l'école, opter ou non pour la méthode Félicité, c'est effectivement une question de tempérament. "C'est un exercice qui requiert que l'on fasse beaucoup de gestes et de mouvements. Or certains professeurs n'apprécient pas cette forme d'extraversion. Il faut respecter cela." Ainsi, si le corps professoral semble encore relativement timide face à la nouvelle méthode, du côté des enfants elle semble faire l'unanimité. "Si on ne fait pas l'exercice, je suis un peu énermée sur ma feuille et je ne parviens pas à travailler", raconte Léa. "Et moi, je suis moins concentrée", commente immédiatement Zoé. "La méthode me permet d'être moins fatiguée", constate Tonia. Quant à Aloane, c'est l'étape du verre d'eau qui a retenu son attention. "Le cerveau, c'est comme une éponge, nous dit Madame Dominique. Il absorbe l'eau qu'on boit. Grâce à cela, on peut mieux apprendre et mieux écouter."

Aujourd'hui en Fédération Wallonie-Bruxelles, pas moins de 2 500 enseignants sont formés à la méthode Félicité. Huit cent vingt d'entre eux l'utilisent désormais régulièrement à l'école. Un chiffre non négligeable qui interpelle, une pratique grandissante qui fait du bien... au corps et à la tête.

■ Chronique |

Ils ne manquent pas de peps!

Murielle SACK, coordinatrice de l'accompagnement pédagogique (Aide-Handi), UCL; Jacques LAFFINEUR, chercheur et conseiller aux études, UCL

seul handicap, si l'on peut dire, est de disposer de moins de temps que les autres pour se consacrer à leurs études. Chaque demande est particulière et fait l'objet d'une analyse très stricte.

Le statut PEPS (Projet pour les étudiants à profil spécifique) permet à l'étudiant de bénéficier d'aménagements raisonnables dans le déroulement de son cursus sans que le niveau d'exigence académique ne soit revu à la baisse. Le bénéficiaire reçoit la même formation que ses condisciples et les attentes à son égard sont équivalentes à celles que l'université impose à tout étudiant. Concrètement et selon les cas, un programme d'étude sera étalé dans le temps ou fera l'objet d'aménagements horaires, les modalités de présentation d'un examen seront adaptées, un soutien pédagogique plus soutenu sera proposé, etc. La mise en application de ce nouveau statut profite actuellement à environ soixante étudiants sportifs ou artistes de haut niveau ainsi qu'à une septantaine d'étudiants en situation de handicap, dont une dizaine de jeunes souffrant d'une maladie grave et une vingtaine d'entre eux confrontés à un trouble d'apprentissage. Ce nombre est vraisemblablement appelé à croître dans les prochaines années au vu de l'évolution de la proportion de ces étudiants à l'échelle européenne.

► Ici et là, des mesures sont prises pour favoriser l'accès aux études non seulement pour des jeunes en situation de handicap mais également pour ceux atteints d'une maladie grave ou d'un trouble d'apprentissage.

Mener à bien des études au-delà du secondaire, malgré un handicap physique ou sensoriel, cela n'est certes pas banal. Si l'on ne peut qu'admirer tel jeune malvoyant qui décroche un diplôme universitaire ou féliciter tel autre qui, en dépit de sa parapégie, réussit ses études supérieures, l'on peut en même temps décerner un satisfecit au personnel des services d'accompagnement pédagogique que mis à leur disposition dans un nombre croissant de Hautes Ecoles et de facultés. Aujourd'hui, un pas supplémentaire semble avoir été franchi dans le sens de cette ouverture à des étudiants "différents". Ici et là, des mesures sont prises pour favoriser l'accès aux études non seulement pour des jeunes en situation de handicap mais également pour ceux atteints d'une maladie grave ou d'un trouble d'apprentissage. Ainsi, à l'UCL, dans le respect d'une procédure transparente et équitable, une reconnaissance peut désormais être accordée à des étudiants souffrant, par exemple, d'une dyslexie sévère. Un véritable statut se met en place pour ces étudiants à profil spécifique" parmi lesquels les autorités ont choisi d'intégrer aussi ceux qui peuvent être considérés comme des "sportifs de haut niveau" ou des "artistes de haut niveau" dont le

Il peut sans doute paraître curieux de mêler sous un même statut des sportifs, des artistes et... des personnes handicapées. Si la portée de l'adage mens sana in corpore sano s'en trouve quelque peu bousculée, ne peut-on y voir paradoxalement un signe positif? Celui d'une meilleure accessibilité aux études supérieures en même temps que l'indice d'une louable objectivation des critères dans la mise en œuvre de la "politique inclusive" ainsi poursuivie: chaque étudiant dont la spécificité est reconnue fait l'objet d'une "sélection" rigoureuse et s'engage à respecter les conditions liées au statut qui lui est attribué. Que nos auditoires accueillent une plus grande diversité et bénéficient, grâce à ces étudiants "à profil spécifique", d'un réel enrichissement humain, cela ne témoigne-t-il pas d'une évolution réjouissante? Car, vous pouvez nous croire, ce sont des jeunes qui ne manquent pas de... peps.