



ARTIVATE

Art Therapy Based Psychoeducation to support the participation of adults with Learning Disabilities in
Adult Education

2020-1-FR01-KA204-080200

Ensemble d'activités pratiques

ARTIMATE

Contenu

Calendrier d'amis	3
Les couleurs des sens	5
Utiliser la technologie numérique pour l'art-thérapie avec des adultes ayant des difficultés d'apprentissage	7
Auto - écriture	11
Sentiments	13
Masques	15
Monologue	17
Se lier d'amitié avec son Critique intérieur	19
Théâtre d'Images	21
Suivez-moi... Je suis votre instructeur	24
Dyslex-ICON	27
Session Atelier de peinture	30
Classe de poésie créative	33

ARTIVATEE

Calendrier d'amis

Durée

La durée d'action estimée est d'environ 4 à 5 heures.

Groupe cible

L'outil sera utilisé par les enseignants et les ergothérapeutes pour des groupes comptant jusqu'à 10 personnes handicapées. Ces groupes doivent se réunir régulièrement et les participants doivent donc apprendre à mieux se connaître. Ce faisant, ils peuvent préparer ensemble un calendrier de groupe.

Objectifs d'apprentissage et quelques recommandations

L'objectif principal de cet outil est de définir l'art-thérapie et ses principes de base. En outre, le fait de soutenir le processus d'intervention de l'art-thérapie dans un groupe donne aux individus une chance de croire en eux-mêmes en s'engageant avec d'autres personnes de même origine. La capacité à réaliser des tâches de manière autonome façonne et développe l'estime de soi. L'objectif est donc également de convaincre les participants que, malgré leur handicap, ils peuvent faire beaucoup de choses par eux-mêmes s'ils choisissent les bons outils. Les participants acquièrent de nouvelles expériences indépendantes. Ce sera un pas de plus vers l'épanouissement personnel, et pour certains, la découverte de leur plaisir de créer. Enfin, cet outil vise à contribuer au débat sur les mythes et les idées fausses concernant l'art-thérapie, puisque le résultat est la capacité de surmonter les barrières de l'imperfection.

Matériel nécessaire

Cet outil nécessite les matériaux suivants :
Du papier grand format sur lequel créer un calendrier, du ruban adhésif, des peintures à l'aquarelle et des pinceaux larges.

Contexte

Convaincre une personne que, malgré son handicap, elle peut faire beaucoup par elle-même et accomplir beaucoup de choses dans la vie est inestimable. Chaque personne peut surmonter de nouveaux obstacles si les conditions appropriées sont créées et si les outils adéquats sont disponibles. L'acquisition de nouvelles expériences indépendantes est l'étape suivante pour prendre confiance en soi et découvrir de nouvelles possibilités créatives.

Le développement créatif résulte du fait qu'une personne est ouverte, non seulement à elle-même, mais aussi aux autres. La capacité à coexister au sein d'un groupe enrichit une personne et crée de nouvelles possibilités d'existence sociale.

La réflexion sur cette tâche d'introduction à l'art-thérapie peut se traduire dans d'autres aspects de la vie. Les participants peuvent acquérir la conviction qu'ils peuvent être satisfaits de leurs nouvelles expériences et du résultat de leur travail. Plus important encore, ils peuvent essayer d'agir par eux-mêmes. La confiance en soi permettra à certains participants de se découvrir une passion pour la création et l'expression de leurs émotions.

Préparation

Pour commencer, il est essentiel de réunir le groupe et de découvrir leurs anniversaires. Ensuite, distribuez le matériel préalablement préparé et encouragez les participants du groupe à associer de belles images à leurs anniversaires.

Description de l'activité

Il s'agit d'un outil d'introduction à l'art-thérapie et à l'intégration de groupe. Les étapes recommandées pour mettre en œuvre et utiliser l'outil sont à la fois générales pour tous les outils et spécifiques à l'outil.

Première étape. Rassembler le groupe

Deuxième étape. Faire connaissance avec les participants du groupe

Troisième étape. Leur présenter les cours d'art-thérapie

Étape 4. Préparer ensemble le calendrier

Puisque les membres du groupe doivent se voir régulièrement, ils devraient apprendre à mieux se connaître, par exemple en célébrant les anniversaires des uns et des autres. Le calendrier créé ensemble sera utilisé pour noter les anniversaires de tous les participants du groupe sur un fond illustré. Les thèmes des illustrations des différentes cartes du calendrier découleront des déclarations des membres du groupe. L'objectif est de répondre à la question suivante : Quelle image / vue est-ce que j'aime / j'apprécie de regarder ? Les associations des participants seront utilisées comme illustrations pour leurs anniversaires.

Il convient de proposer aux participants une technique de création de calendrier, à savoir recouvrir les formulaires avec du ruban adhésif, puis les remplir de couleurs à l'aide de peintures à l'aquarelle. Le papier grand format sur lequel le calendrier sera créé doit être disposé de manière à ce qu'il y ait le moins possible de limitations liées au handicap des participants aux cours d'art-thérapie.

Chaque participant choisit un format et un emplacement qui lui conviennent pour son illustration, tout en respectant le format/espace des autres participants. Ensuite, les participants collent leurs images ou leurs formes avec du ruban adhésif. La subtilité de ces illustrations peut leur faire craindre de ne pas être à la hauteur. Cependant, lorsqu'on leur propose un outil adapté qui ne réagit pas trop au tremblement de leurs mains, l'absorbant au contraire, comme il est plus confortable de tenir un pinceau plus large, les participants seront beaucoup plus satisfaits de l'effet de leur travail. Ce moment sera propice à une réflexion sur leur capacité à réaliser la tâche par eux-mêmes.

Évaluation

Le calendrier d'amis doit être évalué car il contribue à l'intégration et au fonctionnement indépendant du groupe.

Les questions suivantes peuvent être posées :

- En choisissant un format et un lieu appropriés pour votre illustration, avez-vous laissé de l'espace à d'autres personnes ?
- À quelle fréquence êtes-vous satisfait des résultats de votre travail ?
- Êtes-vous généralement capable de terminer les tâches que vous commencez ?
- Avez-vous découvert votre passion pour la création ?

Ressources utiles

Le temps de la créativité. Les ateliers d'art-thérapie comme méthode de travail avec les personnes en risque d'exclusion sociale

https://www.cal.org.pl/wp-content/uploads/2013/05/8_czas_na_tw%C3%B3rczo%C5%9B%C4%87_autor.pdf

Art-thérapie. Scénarios de cours

<https://zpe.gov.pl/a/arteterapia-scenariusze-zajec/DhFVqyTjb>

Comment créer des ateliers d'art-thérapie ? Création d'un atelier étape par étape

<https://sensarte.pl/wp-content/uploads/2020/05/KOMPENDIUM-WIEDZY-TWORZENIE-WARSZTATOW.pdf>

Art-thérapie. Scénarios de cours

https://static.scholaris.pl/109/20160912_57d6861d40d77/Arterapia_krotka_wersja.pdf

Ateliers artistiques utilisant des éléments d'art-thérapie

https://profesor.pl/mat/pd9/pd9_e_lagiewska_20110110.pdf

ARTIVATEE



La couleur des sens

Durée

Le temps d'utilisation de cet outil est estimé à environ 4-5 heures.

Groupe cible

The tool can be used by teachers, educators and trainers. It is planned for groups of up to 10 people. Participants will get to know each other's senses while getting to know each other better. At the same time, thanks to art therapy, participants will stimulate their senses in a colourful way.

Objectifs d'apprentissage et quelques recommandations méthodologiques

L'objectif principal de cet outil est de développer des compétences pour déterminer les étapes de l'art-thérapie, expliquer le processus d'art-thérapie et soutenir les interventions d'art-thérapie en façonnant la sensibilité et la capacité à verbaliser les sensations de couleur.

Les effets éducatifs recherchés comprennent la compréhension du concept de "couleur", la distinction entre les concepts relatifs aux organes sensoriels (goût, odeur, son), l'activation des zones de sa propre imagination, l'attribution d'éléments figuratifs et symboliques à des couleurs appropriées et l'établissement d'une riche palette de couleurs en fonction de la nature des graphiques.

Matériel nécessaire

Ressources pédagogiques requises :

- Un tableau présentant une "roue des couleurs".
- Une fiche de travail sous forme de tableau à compléter par l'élève
- Des informations sur les sentiments et les émotions

Contexte

La sensibilité et la créativité sont des caractéristiques importantes dans la formation de la personnalité. La consolidation des concepts liés aux sens et aux couleurs conduit à une meilleure compréhension de la réalité qui nous entoure. Il est important d'interpréter la couleur au sens propre, figuré et symbolique. En même temps, l'utilisation de ses propres connaissances sur la psyché dans l'analyse des couleurs sont des éléments importants de l'utilisation efficace des émotions au niveau de la créativité artistique.

Préparation

Définition de la tâche et préparation d'une conversation sur les noms des couleurs.
Préparation d'une conversation de groupe sur les sens.

Description de l'activité

Cinq étapes sont nécessaires pour mener des cours avec cet outil :

1. Préparation du matériel pédagogique
2. Conversation sur les couleurs
3. Conversation sur les sens
4. Conversation sur les sentiments et les émotions
5. Le processus consistant à donner aux sens des couleurs spécifiques

Étapes pour la mise en œuvre et l'utilisation de l'outil en classe :

1. Rappeler aux participants du groupe, dans une conversation informelle, le nom des couleurs et présenter la tâche.
2. Conversation de groupe sur les sens et définition commune des sensations et expériences liées au monde des sens :
 - a) Nommer des goûts connus (sucré, amer, salé, fade, acide, etc.).
 - b) nommer des parfums connus (épicé, floral, résineux, agrumes, thé, etc.)
 - c) nommer des sons connus (sifflement, rugissement, chuchotement, craquement, cri, détonation, silence, bourdonnement, etc.)
3. Conversation de groupe sur le monde des sentiments et des émotions ; nommer ensemble les différentes émotions et les états émotionnels (positifs et négatifs, par exemple, bonheur, joie, tristesse, colère, paix, ennui, rage, dégoût, agression, regret, agacement, désir, anxiété, tristesse, peur, etc.)
4. Travail individuel (fiche de travail de l'élève) : attribuer les goûts, les odeurs, les sons, les sentiments et les émotions aux couleurs individuelles que les élèves associent aux couleurs.
5. Conversation de groupe : présenter ses propres "sentiments" à l'égard des couleurs (seuls les élèves qui veulent partager leurs sentiments participent à la conversation).

Évaluation

L'évaluation des activités introduisant l'art-thérapie doit être ludique, encourageant l'expression d'émotions créatives.

Néanmoins, il est intéressant d'essayer d'évaluer l'intervention d'art-thérapie pendant les entretiens en posant quelques questions sur cette activité :

1. Quels sont les parfums que vous préférez ?
2. Lequel des parfums aimez-vous ?
3. Combien de sons pouvez-vous nommer ?
4. Pourquoi associez-vous ces couleurs à des goûts, des odeurs et des sons ?
5. Quand les sentiments sont-ils positifs et quand sont-ils négatifs ?

Ressources utiles

Ateliers artistiques utilisant des éléments d'art-thérapie

https://profesor.pl/mat/pd9/pd9_e_lagiewska_20110110.pdf

Art-thérapie. Scénarios de cours

<https://zpe.gov.pl/a/arteterapia-scenariusze-zajec/DhFVqyTjb>

Script de l'atelier d'art-thérapie "Devenir - autoportrait symbolique" - développement de la personnalité

<https://czasopisma.uph.edu.pl/index.php/studentniepelnosprawny/article/download/2422/2012/>

Méthodologie de travail avec des enfants ayant des besoins particuliers en matière de développement et d'éducation

https://repozytorium.uni.wroc.pl/Content/105571/PDF/Metodyka_pracy_z_dziecmi_o_specjalnych_potrzebach_rozwojowych_i_edukacyjnych_Skrypt_do_przedmiotu.pdf

Programme de stage pédagogique (enseignement). Enseignement élémentaire avec art-thérapie

http://wpa.amu.edu.pl/_data/assets/pdf_file/0006/337362/Dzienne-Regulamin-praktyk-elementarna-z-arteterapia.pdf

Utiliser la technologie numérique pour l'art-thérapie avec des adultes ayant des difficultés d'apprentissage

Durée

Chaque session décrite ci-dessous dure une heure. Des idées pour 5 sessions d'une heure chacune sont fournies.

Groupe cible

L'outil sera utilisé dans des interventions par des éducateurs d'adultes lors de séances d'art-thérapie dont les bénéficiaires sont des adultes ayant des difficultés d'apprentissage.

Objectifs d'apprentissage et quelques recommandations méthodologiques

S2.1. Appliquer les approches théoriques et les méthodes pertinentes de l'art-thérapie à différents cadres et environnements d'intervention.

La méthode de la technologie numérique dans les interventions d'art-thérapie peut être appliquée dans des contextes individuels ou de groupe, en face à face et en ligne ou dans des contextes hybrides. Par exemple, elle peut être appliquée dans des contextes de face-à-face et, plus tard, les bénéficiaires peuvent accéder à l'outil depuis leur domicile (initialement avec le soutien de leurs parents ou tuteurs si nécessaire). Il peut être appliqué dans des contextes individuels et collectifs en face-à-face et toute œuvre d'art créée au cours de la session, et même à la maison individuellement, peut être partagée dans un contexte en ligne avec les autres membres du groupe, le cas échéant.

Matériel nécessaire

Les bénéficiaires auront besoin d'une tablette pour accéder aux applications numériques installées sur la tablette. Les applications numériques de création d'images suivantes sont recommandées : Fresh Paint, Colouring Mandalas et Sand Draw. ArtRage et ZenBrush peuvent également être utilisées, mais les trois premières mentionnées ont été citées comme préférables par les participants à une étude (voir Ressources utiles pour le lien vers l'étude). Les applications d'activités créatives suivantes sont également recommandées : PuzzleTouch et Sticker Tales. Number Link est un autre exemple d'application créative qui peut également être utilisée.

Liens vers ces applications :

FreshPaint : disponible gratuitement auprès de Microsoft.

Colouring Mandalas : disponible gratuitement auprès de Microsoft.

Sand Draw : disponible gratuitement sur Google Play.

ArtRage : disponible pour une somme modique sur Google Play.

ZenBrush 2 : disponible pour une somme modique auprès de Microsoft.

PuzzleTouch : disponible gratuitement sur le Windows Store.

Sticker Tales : disponible gratuitement sur Microsoft.

Number Link : disponible gratuitement sur Google Play.

Parmi les tablettes recommandées, on peut citer l'ultrabook convertible Windows 8 Lenovo Yoga 13,3 pouces et la tablette tactile Android Galaxy Tab 3 7 pouces de Samsung. La tablette tactile Windows 8 est dotée d'un grand écran, d'un positionnement vertical de type chevalet sur la table et d'une fonction d'impression instantanée.

Contexte

This project has been funded with support from the European Commission. This publication [communication] reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Les outils numériques peuvent être téléchargés en ligne et sont pour la plupart gratuits. Ils peuvent être utilisés dans n'importe quel pays et sont disponibles dans de nombreuses langues européennes, notamment l'espagnol, l'allemand, le français, l'italien, le portugais, le polonais, le turc, etc. Voir Matériel requis pour les liens vers les outils. Il n'est pas nécessaire de les adapter aux différents pays ; ils peuvent être utilisés tels quels sans problème.

Préparation

Avant les séances, il est nécessaire de télécharger les applications sur les tablettes et de se familiariser avec les fonctionnalités de l'outil. Il existe de nombreuses vidéos sur YouTube proposant des tutoriels sur l'utilisation de ces applications.

Description de l'activité

Les outils numériques décrits ont été testés sur des adultes présentant des troubles du développement et l'étude a été publiée par le Journal on Developmental Disabilities. Les avantages décrits dans la section des résultats de l'étude sont également bénéfiques pour les adultes présentant des troubles de l'apprentissage. Tout d'abord, ils se concentrent sur le processus de création artistique, en fournissant une toile numérique simple et sans dégâts, ils encouragent l'indépendance, la voix et la vision, les compétences informatiques et le développement cognitif. Ils permettent aux participants d'acquérir un sentiment d'autonomie, en utilisant leurs capacités de réflexion imaginative et leurs talents. Ils permettent aux professionnels d'offrir des espaces thérapeutiques sûrs et créatifs aux adultes ayant des difficultés d'apprentissage pour qu'ils puissent s'exprimer, en favorisant leur créativité, leur apprentissage, leur bien-être et leurs compétences sociales. Tout au long des séances, les participants doivent être encouragés à exprimer leurs pensées et leurs sentiments avec l'art-thérapeute, ainsi qu'à interagir entre eux si la séance se déroule en groupe. L'opportunité d'une croissance sociale, créative et symbolique est ainsi offerte au cours des séances. En outre, les applications créatives contribuent à développer la concentration, la focalisation, la mémoire et la capacité à résoudre des problèmes.

- Avant d'appliquer l'art-thérapie en utilisant la méthode de la technologie numérique, les bénéficiaires peuvent assister à une séance d'essai numérique afin d'évaluer s'ils sont à l'aise avec les tablettes numériques, s'ils sont intéressés par l'utilisation d'applications numériques créatives et s'ils sont capables d'exercer une légère pression avec le stylet sur les écrans tactiles.
- Les sessions devraient viser les capacités de chaque individu et comporter une activité d'échauffement, l'intervention artistique et une activité de clôture. Chaque session pourrait également commencer et se terminer par la mise en place d'un tableau des sentiments d'entrée et de sortie.
- Au cours de 5 séances d'une heure chacune, les interventions basées sur l'art suivantes peuvent être utilisées : 1/dessin de gribouillage ; 2/ maison-arbre-personne ; 3/ dessin de mandala ; 4/dessin libre, et 5/un type de jour préféré. Les participants peuvent avoir le choix de créer de l'art numérique avec ou sans musique de fond.
- On peut demander aux bénéficiaires de réfléchir à leur expérience de création d'art numérique à la fin des sessions en leur posant les questions suivantes : 1/ Qu'avez-vous particulièrement apprécié dans les applications créatives de création d'images numériques utilisées aujourd'hui ? 2/ Avez-vous trouvé quelque chose de particulièrement difficile ?

Séances d'échauffement et de clôture de l'art-thérapie numérique :

- Les quatre applications d'activités créatives suivantes sont recommandées pour l'échauffement et la clôture des séances d'art-thérapie numérique : Sticker Tales, PuzzleTouch et Number Link. PuzzleTouch et Number Link sont des outils utiles qui

permettent aux participants de développer davantage leurs capacités de concentration, de focalisation, de mémoire et de résolution de problèmes.

Interventions d'art-thérapie numérique :

- Les applications suivantes sont recommandées pour l'intervention d'art-thérapie qui a lieu entre l'échauffement et la clôture : Fresh Paint, Colouring Mandalas, Sand Draw, ArtRage et ZenBrush.
- Pendant cette partie centrale de la séance, les bénéficiaires doivent être invités à remplir une directive artistique traditionnelle sur les dispositifs numériques. Pour chaque session, les directives artistiques suivantes peuvent être prescrites :
 - 1/ Créer un dessin par gribouillage à l'aide de l'application FreshPaint. Le gribouillis créé doit ensuite être transformé en image. Cela permet aux éducateurs d'adultes de déterminer les capacités de réflexion imaginative des bénéficiaires.
 - 2/ Créer une maison, un arbre ou une personne en utilisant des formes de base avec l'application FreshPaint.
 - 3/ Utilisez l'application Colouring Mandalas pour peindre l'un des mandalas à motifs. Les mandalas à colorier auraient des propriétés calmantes et centralisatrices, ce qui permet de mieux se concentrer et de réduire les comportements impulsifs.
 - 4/ Créer un dessin libre en utilisant Sand Draw.
 - 5/ À l'aide de l'application FreshPaint, dessinez votre journée préférée. L'analyse, les opérations séquentielles, la logique et les abstractions sont des compétences qui sont activées lors du dessin d'un souvenir.

Dans l'ensemble, l'enchaînement des étapes nécessaires à la réalisation d'une tâche artistique requiert et développe les capacités d'attention et la mémoire, et la réalisation d'une œuvre d'art favorise la relaxation et réduit le stress.

Autres recommandations :

- Il est recommandé aux participants de créer à l'aide d'un stylet rond, d'un pinceau et d'un stylet à pointe sur de grandes tablettes tactiles tout-en-un de 19 à 23 pouces avec une impression instantanée disponible.
- L'utilisation du bouton undo est utile pour revenir à l'étape précédente de l'image en cas d'erreur.
- Il est recommandé d'avoir une imprimante dans la salle pour l'impression immédiate des œuvres d'art numériques créées.
- Les participants peuvent être encouragés à discuter de leur travail et de leurs idées entre eux et avec le thérapeute afin d'encourager le développement social pendant la session.
- Pour permettre d'autres contacts sociaux entre les participants, un groupe en ligne peut être créé, en utilisant WhatsApp par exemple, où les membres du groupe peuvent partager entre eux les œuvres d'art qu'ils créent au cours des séances, et à la maison. Voir Ressources utiles pour un exemple de développement d'un tel groupe.

Évaluation

Pour évaluer cet outil, l'éducateur d'adultes doit observer les participants pendant chaque session et noter les réponses aux questions suivantes :

- Dans quelle mesure les participants s'engagent-ils avec les applications créatives et de création d'images ?

Dans quelle mesure les participants apprécient-ils le processus de création artistique avec les applications de création d'images et s'engagent-ils dans la résolution de problèmes avec les applications créatives ?

- Quelles applications sont les plus bénéfiques, pourquoi ? (Quels avantages offrent-elles ?)
- Quelles sont les limites de l'utilisation des applications ?
- Quelles recommandations suggéreriez-vous ?

Ressources utiles

Les outils d'art numérique ont été testés dans l'étude suivante :

http://oadd.org/wp-content/uploads/2015/01/41021_JoDD_21-2_v23f_95-102_Darewych_et_al.pdf

Lien vers le développement d'un groupe d'art-thérapie en ligne pour les adultes en difficulté d'apprentissage utilisant Whatsapp :

<http://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/17454832.2020.1845758?jwsourc=cl>

Lien vers un article de blog sur l'outil d'art numérique Sketchup et le projet Spectrum : connecter la communauté des autistes avec SketchUp :

<https://blog.sketchup.com/article/strengths-autism-shine-3d>

Auto - écriture

Durée

1 heure 30 minutes

Groupe cible

Les professionnels qui travaillent avec des adultes ayant des difficultés d'apprentissage, en particulier ceux qui ont des problèmes de communication orale et écrite.

Objectifs d'apprentissage et quelques recommandations

L'objectif de cet outil est de mettre en évidence les compétences communicationnelles et théâtrales des individus à travers leur capacité à s'exprimer et à trouver des solutions efficaces pour résoudre les problèmes.

Matériel nécessaire

1. Un espace sûr.
2. Du papier, des stylos de couleur.
3. Images d'emoji : Veuillez sélectionner 5 à 10 emojis qui seront montrés pendant la session.

Contexte

L'écriture automatique est une technique puissante qui peut être utilisée pour canaliser le subconscient. Utilisée correctement, l'écriture automatique peut aider l'individu dans sa recherche de solutions innovantes.

Les individus reçoivent un message et doivent écrire en continu sans se demander si leur texte a un sens ou non. Les individus doivent concentrer toute leur attention sur la représentation de ce qui leur vient à l'esprit à ce moment précis. Ils doivent se concentrer et permettre à leur esprit et à leurs pensées de couler de manière fluide sur le papier.

Les professionnels qui travaillent avec l'écriture automatique doivent être conscients que cette technique fait surgir des instincts et des pensées inconscientes refoulées, ce qui peut placer les apprenants dans un espace mental inconfortable.

Préparation

Afin de préparer la session, il est demandé au professionnel de :

1. Rechercher les principes de base pour soutenir les séances qui peuvent impliquer une détresse mentale.
2. Se familiariser avec le concept d'écriture automatique.

Description de l'activité

1. Instaurer une ambiance calme au sein du groupe avant de présenter l'activité.
2. Présentez la classe avec des images d'emoji.
3. Sans laisser le temps de réfléchir aux emojis, demandez à chaque personne de choisir un emoji, sans le dire à voix haute, et de prendre un stylo et du papier et de commencer à écrire/dessiner ce qui lui vient à l'esprit pendant les deux prochaines minutes. Insistez sur le fait qu'il est interdit de

poser le stylo pendant ce temps ou d'arrêter d'écrire ou de dessiner. Peu importe que ce qu'ils décrivent ait du sens ou non.

4. Une fois les deux minutes écoulées, demandez aux personnes de lire ce qu'elles ont écrit et, après 2 ou 3 minutes supplémentaires, demandez-leur si elles veulent partager leur création. Comme les créations d'écriture automatique peuvent être très sensibles, ne forcez pas les participants à partager leur création s'ils ne le souhaitent pas.

5. Divisez les individus en paires et, pendant les 20 minutes suivantes, demandez-leur de créer un dialogue qui résume leurs deux créations d'une manière logique et séquentielle.

6. Demandez aux binômes de présenter leurs dialogues au reste du groupe et de partager leurs sentiments depuis le moment où ils ont commencé à écrire jusqu'à la fin de leur prestation.

Évaluation

Afin d'évaluer l'outil, veuillez être conscient de l'importance d'offrir un soutien pendant la préparation du monologue ainsi que pendant la performance. Pendant l'évaluation, les questions suivantes sont suggérées :

1. Combien d'émotions coexistent dans le dialogue ?
2. Quelle était l'émotion principale au début de l'activité, et quelle est celle qui ressort à la fin ?
3. Qu'avez-vous réalisé à propos de vos pensées ?
4. Quel était le point clé de vos dialogues ?
5. Qu'avez-vous appris que vous pouvez maintenant appliquer régulièrement ?

Ressources utiles

Campus Trilema (2021) : Comment gérer les émotions en classe. Événement d'apprentissage pour les enseignants :

<https://www.youtube.com/watch?v=fyhyVBwOjFA>

Paez, E (2015) : L'écriture automatique. Atelier d'écriture. Le flux de la conscience :

<https://www.youtube.com/watch?v=kedJ9ERNPAQ>

La joie intérieure (2019) : Comment faire de l'écriture automatique ? Exercices d'autonomisation. Récupéré en janvier

2022: <https://thejoywithin.org/empowerment-exercises/automatic-writing>

Sentiments

Durée

1 heure

Groupe cible

Professionnels travaillant avec des adultes ayant des difficultés d'apprentissage, en particulier ceux qui ont des problèmes d'écriture et de lecture. Pour les personnes désireuses de travailler sur les émotions.

Objectifs d'apprentissage et quelques recommandations

L'objectif de cet outil est de promouvoir les compétences en matière d'alphabétisation et d'expression orale par le biais des arts plastiques, et de favoriser la capacité à se concentrer sur une activité et à y participer. L'objectif est qu'à travers les créations, les membres du groupe soient capables de refléter leur monde intérieur par le biais d'un moyen de communication qui n'est pas habituellement utilisé, procurant ainsi un sentiment de liberté, facilitant l'interaction sociale et augmentant l'estime de soi par l'expression de leurs sentiments.

Matériel nécessaire

1. Images d'emoji : Veuillez sélectionner de 5 à 10 emojis à montrer pendant la session.
2. Journaux et/ou magazines
3. Un jeu de ciseaux, de la colle et des cartes par membre.

Contexte

La dyslexie a été associée à des problèmes de lecture et d'écriture, et s'il est vrai que les principales difficultés que les personnes atteintes de dyslexie présentent de manière persistante sont dans ce domaine, des symptômes apparaissent également dans les domaines moteur, artistique et mathématique. En fait, à l'âge adulte, on observe des symptômes tels que des difficultés d'organisation, de gestion du temps, de suivi d'une séquence d'instructions, de mémorisation des noms et de concentration, qui peuvent tous être travaillés dans le cadre de séances d'art-thérapie. S'ils ne sont pas traités, ces symptômes peuvent entraîner une faible estime de soi, de la frustration et un manque de socialisation. Les séances d'art-thérapie peuvent aider les personnes concernées, car elles laissent libre cours à leur imagination et commencent à exprimer leurs sentiments, leurs pensées, leurs émotions, leurs désirs et leurs rêves.

Préparation

Afin de préparer la session, il est demandé au professionnel de :

1. Rechercher différents emojis qui représentent différentes émotions. Faire des recherches sur la gestion des émotions dans un cadre éducatif.
2. Rechercher des magazines et des journaux avec différents types d'images et de couleurs.
3. Préparez un décor artistique par membre du groupe ou, au moins, préparez le matériel à mettre à leur disposition.

Description de l'activité

1. Instaurer une ambiance calme au sein du groupe avant de présenter l'activité.
2. Présentez à la classe les images des emojis. Laissez-les réfléchir individuellement ou, s'ils le préfèrent, en groupe, aux sentiments représentés par les emojis.
3. Remettez un journal ou un magazine à chaque membre du groupe.
4. Demandez-leur de créer une courte composition individuelle en utilisant les mots et les images du journal et des magazines sur l'un des emojis qui représente ce qu'ils ressentent. Fixez une limite de temps d'environ 30 minutes.
5. Si nécessaire, aidez le groupe à réaliser ses créations.
6. Une fois que le groupe a terminé ses créations, demandez-leur de réfléchir avec le groupe à leurs créations. Ne forcez aucun membre à s'ouvrir s'il n'est pas intéressé à le faire.

Évaluation

Afin d'évaluer l'outil, les questions suivantes sont suggérées :

1. Combien d'émotions sont nommées et comment le groupe en a-t-il parlé ?
2. Les membres du groupe se concentrent-ils pleinement pendant leur temps de création ou la session doit-elle être réorientée ?
3. Les membres du groupe se concentrent-ils pendant que d'autres membres expliquent leur création ou la session doit-elle être réorientée ?
4. Les membres du groupe sont-ils empathiques avec les créations des autres membres ? Cette session donne-t-elle lieu à une conversation ?

Ressources utiles

Campus Trilema (2021) : Comment gérer les émotions en classe. Événement d'apprentissage pour les enseignants :

<https://www.youtube.com/watch?v=fyhyVBwOjfA>

Procedia - Social and Behavioural Sciences 237 (2017): Working with emotions in the classroom: Future teachers' attitudes and education María J. Hernández-Amorós* & María E. Urrea-Solano Faculty of Education, University of Alicante, Ap. C. 99, 03080 Alicante, Spain. 7th International Conference on Intercultural Education "Education, Health and ICT for a Transcultural World", EDUHEM 2016, 15-17 June 2016, Almeria, Spain 511 – 519 Available online at www.sciencedirect.com

Masques

Durée

1 heure 30 minutes

Groupe cible

Les professionnels qui travaillent avec des adultes ayant des difficultés d'apprentissage, en particulier ceux qui ont des problèmes de communication orale et écrite.

Objectifs d'apprentissage et quelques recommandations

L'objectif de cet outil est de motiver les individus à s'exprimer et de renforcer leur estime de soi par la mise en valeur de leurs compétences en matière de résolution de problèmes.

Matériel nécessaire

1. Un espace sûr.
2. Kit artistique par personne (papier, ciseaux, caoutchoucs, agrafeuses, stylos de couleur et tout autre matériel pouvant être utilisé pour la décoration et présentant différentes textures, par exemple des paillettes ou différents types de papier).

Contexte

Les masques sont-ils toujours mauvais ? Les masques sont des outils que l'on utilise pour tenter de s'adapter aux circonstances et ainsi réinventer l'individu afin d'aller de l'avant. Ils permettent aux individus d'agir comme s'ils étaient capables de tout et les protègent de ce qui est censé nous nuire. En d'autres termes, les masques sont des mécanismes de défense inconscients qui tentent de protéger le véritable "moi" lorsque celui-ci peut être en danger. Il s'agit d'un élément qui nous permet de survivre ; par conséquent, le port d'un masque ne nous est pas nécessairement nuisible. Lorsqu'il est utilisé comme outil thérapeutique, le port d'un masque peut nous aider à nous sentir plus sûrs et sécurisés, car il soutient une représentation visuelle de ce que nous ressentons et de nos expériences.

Préparation

Afin de préparer la session, il est demandé au professionnel de :

1. D'être prêt à gérer les émotions dans la classe
2. Préparer un kit artistique par individu
3. Préparez des exemples de circonstances difficiles qui sont communes aux personnes ayant des troubles de l'apprentissage.

Description de l'activité

1. Instaurer une ambiance calme au sein du groupe avant de présenter l'activité.
2. Demandez à chaque personne de s'auto-réfléchir pendant deux minutes. Demandez aux individus de réfléchir à la façon dont les autres les voient, à leurs attentes et à ce qu'ils sont réellement.
3. Demandez à chaque personne de créer un masque unique qui représente sa personnalité, c'est-à-dire la façon dont elle est perçue par les autres et la façon dont elle se perçoit.

4. Demandez aux participants de mettre leurs masques et de les fixer à l'aide d'élastiques. Une fois que chaque membre du groupe porte son masque, demandez-lui de regarder les autres masques et les individus qui les portent.
5. Demandez à chaque personne, tout en portant son masque, d'expliquer quelles sont les circonstances quotidiennes auxquelles elle a du mal à faire face. Peu importe qu'il s'agisse d'une circonstance simple ou complexe. Encouragez les membres du groupe en leur donnant des exemples documentés.
6. Chaque fois qu'une personne a fini d'expliquer les circonstances quotidiennes qu'elle a du mal à gérer, demandez aux membres du groupe s'ils ont eux aussi connu ces circonstances et comment ils les gèrent. Soutenez et encouragez les membres du groupe à trouver des moyens de surmonter la situation et, si ce n'est pas possible, cherchez des moyens de la gérer d'une manière sûre qui leur permette d'être moins gênés par cette situation.

Évaluation

Afin d'évaluer l'outil, les questions suivantes sont suggérées :

- Comment le port d'un masque comme technique de thérapie par le théâtre a-t-il facilité le processus d'expression ?
- Comment pouvez-vous augmenter votre résilience par l'expression de vos sentiments ?
- Que ressentirait-on dans cette activité sans l'utilisation d'un masque ? Serait-elle plus facile ou plus difficile pour vous ?

Ressources utiles

Campus Trilema (2021) : Comment gérer les émotions en classe. Événement d'apprentissage pour les enseignants :

<https://www.youtube.com/watch?v=fyhyVBwOjFA>

Fundación Belen: "Intellectual and developmental difficulties". Retrieved from Fundación Belén, base de datos on January 2022 from <https://fundacionbelen.org/base-datos/dificultades-intelectuales-dificultades-desarrollo/>

La Mente es maravillosa : "Quels masques utilisez-vous ?" Récupéré en janvier 2022 de <https://lamenteesmaravillosa.com/que-mascaras-utilizas/>

Rodríguez, E. "Difficultés d'apprentissage : définition et signes d'alerte" Extrait de Psicología y mente en janvier 2022 de <https://psicologiamente.com/desarrollo/dificultades-aprendizaje>.

Monologue

Durée

1 heure 30 minutes

Groupe cible

Les professionnels qui travaillent avec des adultes ayant des difficultés d'apprentissage, en particulier ceux qui ont des problèmes de communication orale et écrite.

Objectifs d'apprentissage et quelques recommandations

UL3. Applications générales et avantages de l'art-thérapie

L'objectif de cet outil est d'augmenter le niveau d'estime de soi des individus en renforçant la communication et en mettant en évidence leurs compétences en matière de résolution de problèmes dans la vie quotidienne.

Matériel nécessaire

1. Un espace sûr.
2. Papier, stylos de couleur.

Contexte

Le théâtre peut être considéré comme un outil efficace et accessible pour aborder les questions liées à l'égalité, à la tolérance et à l'inclusion, et représente une approche créative pour inciter les apprenants à participer et à s'exprimer avec ou sans mots.

Il existe un large éventail de techniques de théâtre participatif, qui peuvent être utilisées comme méthode d'apprentissage même dans des situations qui semblent trop difficiles pour favoriser l'apprentissage. Les exercices de théâtre et d'art dramatique peuvent être utilisés comme facteur de motivation pour les personnes ayant des difficultés d'apprentissage ou peu motivées pour apprendre. Ils peuvent débloquer et faire remonter à la surface de nombreuses expériences de vie différentes grâce à l'imagination, aux rêves, au travail corporel, aux symboles, aux images, aux arts visuels, etc. et sont utiles au processus d'apprentissage d'un individu.

Les éducateurs qui utilisent des exercices de théâtre doivent favoriser la création d'un environnement dans lequel chacun se sent en sécurité et où les principes clés des droits de l'homme sont encouragés, notamment l'équité, le respect de la dignité humaine, le respect de la différence, la tolérance et l'égalité. Ceci est particulièrement important lorsque l'on travaille avec un nouveau groupe : l'éducateur doit expliquer et identifier les directives pour travailler ensemble afin de créer un espace créatif et sûr.

Préparation

Afin de préparer la session, il est demandé au professionnel de :

1. Faire des recherches sur les différentes ressources en matière de jeu d'acteur.
2. De rechercher les principes de base de la gestion d'une représentation théâtrale.

Description de l'activité

This project has been funded with support from the European Commission.
This publication [communication] reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

1. Instaurer une ambiance calme au sein du groupe avant de présenter l'activité.
2. Expliquez ce qu'est un monologue et quelles sont les clés de son exécution.
3. Demandez à l'individu de réfléchir à une situation personnelle difficile et à la manière dont elle a été résolue.
4. Demandez à chacun des individus du groupe ou à l'individu, s'il s'agit d'une séance individuelle, d'écrire les idées principales qui soutiendront leur performance.
5. Si plus de 5 minutes s'écoulent et que l'individu n'écrit pas de notes, offrez-lui votre soutien en lui expliquant à nouveau la tâche ou en lui donnant une idée.
6. Laissez la personne jouer son monologue.
7. Accordez un peu de temps supplémentaire pour parler des situations, des sentiments ressentis et de ce que l'individu ressent en jouant son monologue.

Évaluation

Afin d'évaluer l'outil, veuillez être conscient de la nécessité d'offrir un soutien pendant la préparation du monologue ainsi que pendant la performance. Pendant l'évaluation, les questions suivantes sont suggérées :

1. Combien d'émotions coexistent dans le monologue ?
2. Quelle était l'émotion principale à l'époque et quelle est l'émotion principale maintenant ?
3. Comment cette situation vous a-t-elle influencé ?
4. Qu'avez-vous appris de cette situation que vous pouvez maintenant appliquer régulièrement ?

Ressources utiles

Campus Trilema (2021) : Comment gérer les émotions en classe. Événement d'apprentissage pour les enseignants :

<https://www.youtube.com/watch?v=fyhyVBwOifA>

Masterclass (2021) : Comment écrire un monologue avec des exemples. Récupéré de Masterclass en janvier 2022 :

<https://www.masterclass.com/articles/how-to-write-a-monologue-with-examples>

The Big Van Theory (2015) : Quelques clés pour créer un monologue.

https://www.youtube.com/watch?v=nbGZV4XM_tU

Recursos para clase (2022) : Monologues dans la classe. Récupéré de Recursos para clase en janvier 2022.

<https://recursosparaclass.es/lessons/monologos-en-el-aula/>

Se lier d'amitié avec son Critique intérieur

Durée

Une session complète (60-120 minutes)

Groupe cible

Cet outil psychopédagogique basé sur l'art-thérapie peut être appliqué par l'adulte ayant des difficultés d'apprentissage ou dans le cadre d'une session animée par tout éducateur qui soutient les apprenants adultes ayant des difficultés d'apprentissage.

Objectifs d'apprentissage et quelques recommandations

L'objectif est de soutenir les professionnels qui explorent et reconnaissent l'art-thérapie comme un outil psychoéducatif pour l'apprentissage des adultes, en suivant les principes de l'andragogie et de la conception universelle de l'apprentissage (c'est-à-dire en tirant parti de l'apprentissage autodirigé et autonome tout en embrassant la diversité des apprenants). Cet outil est adapté de Ann Wilkinson, R., & Chilton, G. (2017).

Matériel nécessaire

- Papier A3
- Divers matériels de dessin : stylos, crayons, gommes, pastels tendres, pastels à l'huile, crayons de couleur, etc.
- Pâte à modeler

Contexte

Beaucoup d'entre nous luttent contre une voix intérieure (le détracteur intérieur) qui ne cesse de déblatérer des idées négatives et décourageantes qui limitent notre créativité. Lorsque notre critique intérieure est déséquilibré, il se transforme d'un éditeur utile et amical en un censeur sévère, pris dans le perfectionnisme et la performance. Dans ces moments-là, nous avons tendance à sentir que notre flux créatif est bloqué, et nous nous figeons.

Notre critique intérieure n'a aucune intention négative, car elle est généralement bien intentionnée, voire un peu malavisée. Nous devons donc le recadrer en identifiant l'objectif qu'il tente de poursuivre (par exemple, nous protéger de l'embarras ou de l'échec, éviter la frustration et la déception) et qui nous empêche d'expérimenter de nouvelles idées et d'apprendre par essais et erreurs.

Pour embrasser cet aspect de nous-mêmes sans le laisser inhiber notre côté expérimental, créatif et amusant, nous pouvons nous engager avec notre critique intérieure pour déterminer quelles sont ses intentions, afin d'en révéler le côté positif, c'est-à-dire un critique intérieur qui est un consultant utile et efficace, capable d'offrir clarté et conseils.

Préparation

Conseils pour favoriser la créativité :

- Fournir un espace de studio ordonné et enrichi, avec des images et des idées stimulantes pour inciter à la créativité.
- Disposer le matériel d'art à la vue de tous pour induire une stimulation visuelle et susciter l'engagement.

- Si possible, proposer un exercice d'échauffement qui peut amorcer la positivité et préparer le terrain pour la créativité.
- Favoriser une attitude d'ouverture et d'exploration de nouvelles idées, pensées et images divergentes.

Description de l'activité

Étape 1 - Nommez votre détracteur intérieur (vous pouvez aller encore plus loin et développer un personnage, en lui attribuant un sexe, une personnalité, un style vestimentaire, une façon de parler, etc.)

Étape 2 - Engagez un dialogue avec votre détracteur intérieur (posez-lui des questions telles que "Quel est votre objectif ? Qu'essayez-vous d'accomplir ?" "Comment voulez-vous m'aider ?" "Comment puis-je vous aider ?").

Étape 3 - Faites un symbole, dessinez un portrait, ou faites une figure/sculpture de votre Critique intérieure.

Étape 4 - Faites des symboles pour les forces que votre détracteur intérieur représente (autoprotection, retenue judicieuse, éviter l'échec, bon jugement, etc.)

Étape 5 - Faites un symbole, dessinez un portrait ou faites une figure/sculpture de votre muse intérieure.

Étape 6 - Créez des symboles pour les forces que votre muse intérieure représente (créativité, appréciation de la beauté, curiosité, esprit ludique, etc.)

Étape 7 - Imaginez que votre détracteur intérieur et votre muse intérieure collaborent à la réalisation d'un objectif que vous souhaitez atteindre.

Évaluation

A Une évaluation a posteriori comportant 3 questions peut être menée par l'éducateur pour évaluer l'impact de l'activité sur les difficultés des participants.

Les difficultés ont-elles été réduites par l'activité ? (par exemple, moins de difficultés dans des domaines tels que les émotions, la concentration, le comportement ou les amitiés).

L'activité a-t-elle contribué à rendre les difficultés plus tolérables ? (par exemple, diminution des niveaux de détresse).

L'activité a-t-elle facilité la vie quotidienne des participants par rapport à l'apprentissage en classe ?

Pour une évaluation plus approfondie, l'éducateur peut s'appuyer sur le Questionnaire des forces et des difficultés (SDQ), disponible ici - <https://www.sdqinfo.org>.

Le SDQ est un bref questionnaire de dépistage comportemental destiné aux enfants et aux jeunes de 2 à 17 ans. Il existe en plusieurs versions et langues pour répondre aux besoins des chercheurs, des cliniciens et des éducateurs.

Ressources utiles

Ann Wilkinson, R., et Chilton, G. (2017). *Théorie et pratique de l'art-thérapie positive : Intégrer la psychologie positive à l'art-thérapie*. Routledge.

McNiff, S. (2004). *Art heals: How creativity cures the soul*. Boston: Shambhala.

ARTIVATE



Théâtre d'images

Durée

Une session courte (30-60 minutes)

Groupe cible

Cet outil psychopédagogique basé sur l'art-thérapie doit être animé par un éducateur lors d'une session de groupe impliquant des apprenants adultes avec ou sans troubles de l'apprentissage.

Objectifs d'apprentissage et quelques recommandations

En suivant les principes de l'andragogie et de la conception universelle de l'apprentissage (c'est-à-dire en tirant parti de l'apprentissage autodirigé et autonome tout en respectant la diversité des apprenants), cet outil du Théâtre de l'Opprimé est destiné à aider l'adulte ayant des difficultés d'apprentissage à :

- Clarifier et exprimer leurs propres désirs, apprenant ainsi sur eux-mêmes et sur les autres.
- Analyser leur passé, dans le contexte de leur présent, et ensuite inventer leur avenir par des moyens esthétiques.
- Jouer dans la fiction théâtrale pour devenir des protagonistes, c'est-à-dire des sujets acteurs, de leur propre vie.
- Changer les circonstances qui produisent le malheur et la douleur.
- Respecter les différences entre les individus et les groupes et promouvoir l'inclusion de tous les êtres humains dans le dialogue.

Cet outil est adapté de Boal, A. (1978).

Contexte

Le théâtre d'images est une technique théâtrale simple qui fait partie du Théâtre de l'Opprimé développé par Artur Boal. Selon ses propres termes, "le théâtre de l'opprimé a deux principes fondamentaux : premièrement, transformer le spectateur, être passif, réceptacle, conteneur, en protagoniste de l'action dramatique, sujet, créateur, transformateur ; deuxièmement, aller au-delà de la réflexion sur le passé en préparant l'avenir".

Dans cette technique, les participants sont invités à présenter et à discuter des problèmes qui les concernent en illustrant, avec leur corps, des situations d'oppression, en formant (collectivement ou individuellement) des statues de situations exemplaires.

Préparation

Augusto Boal pensait que l'activité artistique est naturelle pour tous les hommes et toutes les femmes ; et que c'est la répression que nous subissons en étant "éduqués" qui limite notre capacité d'expression. Les enfants dansent, chantent et peignent, mais, après avoir souffert de l'oppression dans leur famille, à l'école, sur leur lieu de travail, ils se convainquent qu'ils ne sont ni danseurs, ni chanteurs, ni peintres. Néanmoins, nous devons comprendre que tous les hommes et toutes les femmes peuvent faire tout ce qu'un homme/une femme peut faire. Il est évident que tous le maîtriseront différemment, mais tout le monde peut le faire !

La transformation du rôle du participant, de spectateur à protagoniste, lui permet de se rendre compte que l'acte libérateur "fictif", réalisé pendant la session, est une préparation pour le faire dans

la vie réelle. En somme, le théâtre de l'opprimé stimule le désir du participant de transformer la réalité.

Description de l'activité

Étape 1 - Sculpter l'image réelle (Les participants sont invités à composer avec leur corps un ensemble de statues qui démontrent visuellement la pensée collective sur un sujet donné proposé par les participants (par exemple, travailler avec des difficultés d'apprentissage). Chaque participant présente à tour de rôle une image à ses pairs/public ; si le public n'est pas d'accord avec l'image présentée, un deuxième participant présente une image différente ; si le public est partiellement d'accord, les autres participants peuvent rectifier l'image de base, voire la compléter. L'idée est que le groupe parvienne à un consensus sur l'image réelle, l'état réel sur le sujet donné qui tend à être une image d'oppression.

Étape 2 - Sculpter l'image idéale (les participants sont invités à "sculpter" l'image idéale, dans laquelle l'oppression n'est pas présente - c'est l'image de la société que l'on souhaite construire, où les problèmes réels, présentés à l'étape 1, ont été surmontés).

Étape 3 - Débattre pour remodeler (En revenant à l'image réelle, un débat est lancé où chaque participant à un moment donné a le droit de modifier l'image réelle pour démontrer visuellement comment il est possible de remodeler notre réalité tangible dans la réalité qu'il souhaite. Cette étape doit être rapide pour éviter que les participants ne pensent avec des mots qui seront ensuite traduits en images (les participants doivent penser en images et parler avec leurs mains, comme de vrais sculpteurs).

Étape 4 - Modification de la narration (Après que tous les participants ont exprimé leur opinion, on demande ensuite aux "statues" de se modifier dans la réalité oppressive au ralenti ou en stop-motion. Il est important que chaque "statue" agisse comme un personnage et non comme elle-même.

Évaluation

Une évaluation a posteriori comportant 3 questions peut être menée par l'éducateur pour évaluer l'impact de l'activité sur les difficultés des participants.

Les difficultés ont-elles été réduites par l'activité ? (par exemple, moins de difficultés dans des domaines tels que les émotions, la concentration, le comportement ou les amitiés).

L'activité a-t-elle contribué à rendre les difficultés plus tolérables ? (par exemple, diminution des niveaux de détresse).

L'activité a-t-elle facilité la vie quotidienne des participants par rapport à l'apprentissage en classe ?

Pour une évaluation plus approfondie, l'éducateur peut s'appuyer sur le Questionnaire des forces et des difficultés (SDQ), disponible ici - <https://www.sdqinfo.org>.

Le SDQ est un bref questionnaire de dépistage comportemental destiné aux enfants et aux jeunes de 2 à 17 ans. Il existe en plusieurs versions et langues pour répondre aux besoins des chercheurs, des cliniciens et des éducateurs.

Ressources utiles

Boal, A. (1978) *Duzentos e tal Exercícios e Jogos para o actor e o não actor com ganas de dizer algo através do TEATRO*. Lisboa. "VOZES NA LUTA"- Cooperativa de Acção Cultural SCARL.

Boal, A. (1993). *Theatre of the Oppressed*. New York. Theatre Communications Group

Comment nous supprimons le génie et créons des difficultés d'apprentissage : Scott Sonnon à TEDxBellingham

<https://www.youtube.com/watch?v=bxkBqFbbAP0>

Lorsque nous concevons pour les personnes handicapées, nous en bénéficions tous | Elise Roy

<https://www.youtube.com/watch?v=g2m97gPI70I>

ARTIVATE



Suivez-moi... Je suis votre instructeur.

Durée

1 heure

Groupe cible

Les enseignants pour adultes, les professionnels de la santé ou les art-thérapeutes travaillant avec des personnes de tous âges souffrant de troubles déficitaires de l'attention avec hyperactivité peuvent utiliser cet outil basé sur l'art-thérapie.

Objectifs d'apprentissage et quelques recommandations

Cette activité consiste en de nombreuses actions séquentielles qui nécessitent de la concentration. Lorsque l'on travaille avec des adultes souffrant de TDAH, l'objectif principal est de maintenir leur attention tout au long de l'entraînement, ce qui constitue un véritable défi. Comme les personnes atteintes du TDAH ont tendance à être facilement distraites, l'entraînement verbal peut être totalement inapproprié. Par conséquent, les techniques et les exercices doivent mettre l'accent sur les sens et les actes physiques qui favorisent la concentration de l'attention.

En raison de la séquence des tâches, assurez-vous que les élèves ont lu très attentivement les instructions. De même, si un élève se laisse distraire pendant l'activité, essayez de le soutenir et de l'aider à se motiver pour continuer.

L'activité peut être mise en œuvre plusieurs fois le même jour et pratiquée par équipes plus tard (si le temps le permet).

Matériel nécessaire

- Des feuilles de papier
- Un ensemble d'instructions pour chaque participant.
- Des stylos ou des crayons.

Contexte

Cet outil peut être utilisé dans un contexte éducatif et thérapeutique. Il peut être utilisé comme technique d'intervention pour attirer et accroître l'attention, commencer à travailler avec concentration et renforcer la motivation éducative des participants. L'estime de soi peut être renforcée à la suite de bonnes performances.

En Grèce, après un diagnostic de l'équipe transdisciplinaire des centres de santé publics ou privés, un programme de réhabilitation personnalisé est élaboré. Cet outil peut être utilisé soit dans le cadre de programmes de réhabilitation dans des centres de jour, des centres de santé ou d'autres structures éducatives, soit pendant les heures de classe par un éducateur spécialisé.

L'activité s'inscrit dans la perspective européenne et peut être adoptée comme outil par tous les professionnels des différents pays européens, correspondant aux définitions communément admises du TDAH et de l'art-thérapie.

Description de l'activité

La première et seule instruction verbale que vous donnerez aux participants est de lire d'abord toutes les instructions écrites avant de s'engager dans l'une des directives. La première personne à compléter la liste sera déclarée gagnante de l'activité. Vous pouvez offrir un prix au gagnant si vous pensez que cela motivera le groupe. Cet exercice est un moyen amusant de voir qui est attentif et qui ignore la consigne la plus importante - lire tout avant d'agir.

Voici les instructions :

1. Inscrivez les initiales de toutes les personnes de votre équipe dans le coin supérieur droit de cette feuille.
2. Écrivez votre prénom sur votre feuille de papier.
3. Écrivez ici le total de $3 + 16 + 32 + 64$: _____
4. Soulignez la consigne 1 ci-dessus.
5. Vérifiez l'heure de votre montre avec celle de votre voisin.
6. Notez la différence de temps entre les deux montres au bas de cette page.
7. Dessinez trois cercles dans la marge de gauche.
8. Mettez une coche dans chacun des cercles mentionnés au point 6.
9. Apposez votre signature en bas de la page.
10. Au dos de la page, divisez 50 par 12,5.
11. Lorsque vous arrivez à ce point du test, levez-vous, puis asseyez-vous et passez au point suivant.
12. Si vous avez bien suivi toutes ces instructions, dites "J'ai".
13. Au verso de cette page, dessinez rapidement ce à quoi ressemble, selon vous, une bicyclette droite vue du ciel.
14. Vérifiez votre réponse à la question 9, multipliez-la par 5 et écrivez le résultat dans la marge de gauche en face de cette question.
15. Écrivez ici les 5e, 10e, 9e et 20e lettres de l'alphabet : _____
16. Perforez trois trous avec votre stylo ici : o o o
17. Si vous pensez être la première personne à être arrivée aussi loin, dites "Je suis en tête".
18. Soulignez tous les chiffres pairs sur le côté gauche de la page.
19. Dessine des triangles autour des trous que tu as percés à la rubrique 15.
20. Maintenant que tu as fini de lire toutes les instructions, obéis seulement aux points 1, 2, 20 et 21.
21. Lève-toi et dis : "Nous sommes la meilleure équipe du monde !".

Cet exercice est l'occasion de discuter des difficultés rencontrées par les élèves au cours de la procédure et de mieux comprendre comment les surmonter.

Demandez aux élèves de dresser une liste de toutes les difficultés rencontrées au cours de l'activité (la question b ci-dessous reflète les principaux points qui doivent être discutés).

Évaluation

Afin d'évaluer cet outil, veuillez suivre ces recommandations d'évaluation :

- Dans quelle mesure l'activité a-t-elle été intéressante pour les participants ?
- Ont-ils appris à détecter les difficultés causées par le TDAH ?
- Les participants ont-ils fait preuve d'empathie et de compréhension profonde les uns envers les autres ?
- Ont-ils détecté différents types de difficultés ?
- Le groupe a-t-il trouvé l'exercice utile ?
- Leur a-t-il été difficile de retrouver leur attention après avoir été distraits ? Que pourrait-on faire pour les évaluer dans ce domaine ?

Ressources utiles

<https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumenI.cgi?IDARTICULO=29545>

<https://www.additudemag.com/art-therapy-for-adhd/>

https://digitalcommons.lesley.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1091&context=expressive_dissertations

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0924933818301962>

https://digital.library.adelaide.edu.au/dspace/bitstream/2440/133990/1/MinCNS_2021_MCLIN.pdf

ARTIVATE



Dyslex-ICON

Durée

1 heure

Groupe cible

Les enseignants de l'éducation des adultes et les professionnels de la santé travaillant avec des personnes ayant des difficultés d'apprentissage peuvent utiliser cet outil basé sur l'art-thérapie afin de renforcer leur motivation d'apprentissage et d'encourager leur participation.

Objectifs d'apprentissage et quelques recommandations

Cet exercice a pour but d'aider les éducateurs et surtout les participants adultes à se familiariser avec les difficultés causées par la dyslexie, à prendre conscience qu'ils ne sont pas seuls, que les difficultés qu'ils rencontrent sont communes, à entrer en contact avec d'autres personnes ayant les mêmes difficultés et à exprimer leur monde intérieur de manière créative.

Les éducateurs doivent toujours garder à l'esprit que les élèves ayant des difficultés d'apprentissage sont confrontés à des problèmes qui découlent de leurs fonctions cognitives et les altèrent en même temps. Pour cette raison, il est important d'accorder un peu de temps supplémentaire afin d'observer les images en détail ou à tout autre moment de l'exercice, si nécessaire, pour essayer de formuler les questions de différentes manières, afin de s'assurer que tout le monde a bien compris. En outre, il est suggéré que chaque participant note distinctement les difficultés / problèmes / déficiences / sentiments rencontrés au cours de cette activité (mais aussi en général) et formule une discussion (après l'observation des photos), offrant ainsi la possibilité de s'exprimer ouvertement. Soutenez tous les efforts qu'ils font.

Matériel nécessaire

- Des photographies/photos, affichées soit au milieu de la classe accessible à tous, soit devant chaque élève (photocopies nécessaires dans ce cas).
- Des feuilles de papier, afin de noter leurs réflexions et observations sur les images et aussi pour dessiner leurs propres tableaux par la suite.
- Des marqueurs, des crayons de couleur et des stylos, des règles, des formes (au choix) pour les dessins.

Contexte

Cette activité s'adresse aux adultes travaillant avec des personnes atteintes de dyslexie dans des contextes éducatifs ou thérapeutiques. Elle peut être évaluée soit individuellement, en séance privée, soit avec un groupe d'élèves en même temps, dans un contexte de classe. Elle peut également être pratiquée virtuellement et/ou en face à face. L'art-thérapie offre une forme sûre d'expression et de communication émotionnelle qui n'est pas limitée par les difficultés de langage et de communication. Elle offre un pont entre le monde intérieur et extérieur, en les aidant à reconnaître, étiqueter et réguler les émotions.

L'activité est conforme à la perspective européenne et peut être adoptée comme outil par tous les enseignants des différents pays européens, correspondant aux définitions communément admises de la dyslexie et de l'art-thérapie.

Préparation

Aucune préparation particulière n'est nécessaire pour ce type d'exercice. Il est toutefois recommandé d'essayer de créer un environnement agréable, calme et détendu dans la classe, favorisant l'acceptation

inconditionnelle afin que les participants puissent s'exprimer librement. Une classe agréable et chaleureuse, avec des dessins et des images accrochés au mur, les aidera à se détendre et à s'adapter au contexte.

L'art-thérapie offre une forme sûre d'expression et de communication émotionnelle qui n'est pas limitée par les difficultés de langage et de communication.

En outre, il serait utile de donner une brève introduction sur ce que l'art, et en particulier le dessin, peut offrir à une personne avec ou sans difficultés d'apprentissage. L'art aide les personnes à communiquer plus efficacement, à exprimer leurs pensées et leurs sentiments d'une manière qui a du sens pour elles, et il peut également renforcer leur estime de soi.

Description de l'activité

Étape 1 : Montrer à la classe/à l'individu cet ensemble de peintures réalisées par des personnes atteintes de dyslexie :



THE WORST THING ABOUT BEING DISLEXIK
IS THAT I ALWAYS HAV TO ASK
FOR HELP

THE WORST THING ABOUT BEING DISLEXIK
IS THAT I CANT SE ART FILMS
WIF A LANGVITS I CANT ONTERSTAN

THE WORST THING ABOUT BEING DISLEXIK
IS THAT NO MATER HAW MENI BOKS
I RI
I STIL FIL STUPET

THE WORST THING ABOUT BEING
DISLEXIK
IS EWRY TIME I MET AN INTRISETING
PERSON
FROM A NOTER CONTRI
I NO THAT I CANT CIP IN CONTACT

(récupéré à partir du lien : <https://www.npr.org/sections/ed/2017/01/25/507405986/finding-words-in-paint-how-artists-see-dyslexia?t=1638546839824>)

Étape 2 : Discutez des images avec les élèves et posez-leur des questions sur le contenu.

Par exemple :

Image 1-4 : "Que remarquez-vous dans ces images ?", "Que pensez-vous que les dessins veulent exprimer ?".

Photos 5 à 9 : "Laissez libre cours à votre imagination et essayez de trouver l'idée principale de ce dessin".

Image 8-11 : "Quelle est la réflexion principale de l'artiste ?", "Quels aspects de la dyslexie pensez-vous que cela reflète ?", "Quels problèmes la dyslexie crée-t-elle dans sa vie quotidienne ?".

☑ De cette manière, les élèves deviendront capables de détecter et de comprendre les déficits causés par la dyslexie, ils les partageront avec leurs pairs, et ils finiront par sentir qu'ils ne sont pas seuls. De plus, essayer de s'exprimer à voix haute permet de développer des compétences orales et de communication.

☑ Il faut mentionner certains des symptômes suivants :

Étape 3 : Après avoir analysé le contexte, les participants doivent être encouragés à dessiner leur propre tableau en utilisant des formes, des lettres, des portraits, des couleurs ou même des textes, reflétant les difficultés auxquelles ils sont confrontés au quotidien et les sentiments qui émergent en raison de ces obstacles.

☑ Cette partie de l'exercice aidera les participants à se détendre, à se sentir calme, à exprimer librement leurs pensées intérieures et à détecter les difficultés qui découlent de la dyslexie. Ils illustreront sous forme de formes, les sentiments, et les problèmes que ces obstacles créent.

Étape 4 : Une fois les dessins terminés, il faut demander aux élèves de présenter et d'analyser leur art et de discuter des sujets réfléchis. Les personnes dyslexiques voient le monde différemment, et cet exercice leur donne l'occasion d'expliquer et de partager leur point de vue, améliorant ainsi leurs compétences orales et de communication.

Évaluation

Afin d'évaluer l'outil, veuillez suivre cette série de questions :

- Les participants ont-ils fait preuve d'intérêt et de volonté pour participer à l'exercice ?
- Combien de types de difficultés différentes ont été nommés par les participants et comment chacun d'entre eux en a-t-il parlé ?
- Les peintures ont-elles illustré différents symptômes ou perturbations ? Sous quelle forme ou quel aspect chacun d'eux était-il représenté ?
- Les participants ont-ils fait preuve d'empathie et d'acceptation les uns envers les autres ?
- Ont-ils été attentifs pendant que les autres parlaient, ou ont-ils semblé être isolés ou repliés sur eux-mêmes ?
- Ont-ils maintenu leur attention tout au long de cette activité ? Si ce n'est pas le cas, quelles autres pratiques peuvent être adoptées ?

Ressources utiles

<https://www.indiatoday.in/education-today/featurephilia/story/10-art-therapy-activities-exercises-and-ideas-for-special-needs-children-1622735-2019-11-26>

<https://senmagazine.co.uk/content/activities/music-arts/2229/why-art-therapy/>

<https://yourbrain.health/art-therapy/>

http://www.art-therapy.gr/images/stories/book_library/books/art_therapy/expressive_therapies.pdf

<https://dl.uswr.ac.ir/bitstream/Hannan/139655/1/9780415815796.pdf>

Session d'atelier de peinture

Durée

2 heures 30 minutes

Groupe cible

Cet outil peut être utilisé par les professeurs d'art et de peinture, en ciblant les adultes souffrant de troubles de l'attention ou d'autisme.

Objectifs d'apprentissage et quelques recommandations

En utilisant la méthode UDL et en se basant sur la recherche sur le trouble du déficit de l'attention et l'autisme, cette session aidera les adultes ayant des difficultés d'apprentissage, en se concentrant sur le TDAH et les questions autistiques. Ils pourront :

- Apprendre à se concentrer sur un exercice.
- Apprendre à gérer sa concentration par la peinture.
- Apprendre à gérer son stress par l'art.
- S'exprimer par le biais de l'art.
- Apprendre à auto-évaluer leur travail.
- Apprendre à prendre confiance en soi en participant à une séance de groupe.

Matériel nécessaire

- Toiles
- Pinceaux
- Verres ou tasse pour les pinceaux.
- De l'eau et de l'eau courante
- Des stylos
- Des chevalets de peinture
- Des palettes
- Une pièce adéquate ou un atelier.
- Des tabliers ou des blouses
- Des serviettes

Contexte

Ces dernières années, une attention particulière a été accordée aux troubles du comportement chez les adultes et les enfants, notamment aux troubles de l'attention. Ceux-ci peuvent prendre la forme de TDAH ou d'autisme. En outre, des recherches récentes (en ressources) montrent que le cerveau est stimulé par la création artistique et que ce processus produit des niveaux plus élevés de dopamine. Ceci est particulièrement important pour les personnes souffrant de TDAH car la dopamine est responsable de l'augmentation de la concentration. Développer ces ateliers de peinture en art-thérapie est donc un moyen de stimuler la concentration des adultes souffrant d'autisme ou de troubles de l'attention.

Préparation

L'enseignant devra préparer une salle ou un atelier avec suffisamment d'espace pour accueillir les élèves. La salle devra disposer d'un accès à l'eau afin de pouvoir laver les pinceaux et les mains.

Des chevalets de peinture devront être installés dans la salle, avec un espace suffisant entre eux pour qu'un élève n'empiète pas sur son voisin.

L'enseignant devra préparer suffisamment de peinture pour tous, de différentes couleurs.

L'enseignant devra préparer et avoir au moins une palette de peinture par élève ou plus.

Il faudra également distribuer suffisamment de pinceaux, au moins un par élève.
Des stylos pour aider les élèves à dessiner avant de peindre doivent également être fournis.

L'enseignant devra demander aux élèves, avant le cours, de porter des vêtements qui peuvent être souillés, et d'apporter des tabliers ou des blouses. L'enseignant doit également prévoir des tabliers ou des blouses pour les élèves qui ne peuvent pas en apporter.

Enfin, des serviettes doivent également être disponibles dans la salle pour que les élèves puissent se sécher les mains et le matériel pendant et après l'activité.

Description de l'activité

L'activité se déroulera en plusieurs étapes :

ÉTAPE 1 : L'enseignant expliquera l'exercice aux élèves, et leur fournira à chacun une palette de peinture, un tablier ou une blouse si nécessaire, des pinceaux, une toile et un chevalet de peinture.

ÉTAPE 2 : Les élèves choisiront un sujet à peindre, il ne doit pas nécessairement être trop compliqué, il peut s'agir, par exemple, d'un arbre, d'un objet ou d'un paysage.

ÉTAPE 3 : Les élèves commenceront à peindre, pendant une heure et demie. Le professeur d'art leur donnera des conseils individuels si nécessaire et essaiera d'être aussi utile que possible à chaque élève en fonction de ses besoins.

ÉTAPE 4 : Les élèves montreront à tour de rôle leur travail au reste du groupe. Les autres participants seront encouragés à faire des commentaires et des suggestions sur la peinture. Enfin, les élèves évalueront eux-mêmes leur travail.

Évaluation

Méthodologie : auto-évaluation, l'éducateur d'adultes demandera à chaque étudiant de décrire oralement ce qu'il a ressenti lors de l'exercice, en suivant ces trois critères :

- Capacité à se concentrer sur la peinture.
- Capacité à prendre note des conseils du professeur et à les mettre en pratique.
- Capacité à exprimer ce qu'ils voulaient à travers leur travail.

Ressources utiles

Les lignes directrices UDL :

<https://udlguidelines.cast.org>

Un exemple d'atelier artistique dirigé par des autistes, des TDAH et des neurodivergents :

<https://disabilityarts.online/blog/magical-women/what-does-an-autistic-adhd-neurodivergent-led-art-workshop-look-like/>

Art-thérapie et TDAH (pour les enfants, mais peut être appliqué aux adultes)

<https://www.everydayhealth.com/news/art-therapy-adhd/>

Une étude artistique du point de vue des adultes sur le trouble de l'hyperactivité avec déficit de l'attention :

https://digitalcommons.lesley.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1091&context=expressive_dissertations

Art-thérapie pour le TDAH à Singapour :

<https://artisanhans.sg/art-therapy-for-adhd-singapore/>

ARTIVATE



Classe de poésie créative

Durée

2 heures

Groupe cible

Les éducateurs spécialisés pour adultes handicapés peuvent utiliser l'outil lors d'une session de groupe impliquant des adultes atteints de dyslexie.

Objectifs d'apprentissage et quelques recommandations

En utilisant la méthode UDL et en se basant sur les recherches sur la dyslexie et les troubles de l'attention (voir les ressources), cet exercice aidera les adultes ayant des difficultés d'apprentissage, en se concentrant sur la dyslexie et les troubles de l'attention. Ils pourront :

- Apprendre à rédiger des textes structurés.
- Développer leurs capacités motrices en stimulant le cerveau
- Analyser suffisamment leurs sentiments pour les mettre par écrit
- Apprendre à exprimer leurs pensées et leurs sentiments par des exercices écrits et oraux.
- Apprendre à prendre confiance en eux en participant à une séance de groupe
- Favoriser leur concentration en se focalisant sur les exercices.

Matériel nécessaire

- - Stylo
- - Papier
- - Bureaux
- - Exemples précédents de poèmes courts

Contexte

Ces dernières années, les troubles de l'apprentissage ont été de plus en plus identifiés et nommés. Ils font l'objet d'un nombre croissant de recherches. En particulier, la dyslexie et le TDAH sont sous les projecteurs de la communauté scientifique et éducative qui tente de mieux comprendre l'origine, les difficultés et les méthodes d'apprentissage liées à ces troubles. Dans ce contexte, la recherche a montré que la poésie peut être une aide précieuse pour aborder et aider les élèves atteints de ces troubles. Les exercices de mémoire, de récitation orale et de fluidité peuvent en effet constituer une aide, en raison des rythmes, des rimes, des gestes sollicités, qui mobilisent la concentration et les capacités motrices du sujet. C'est dans ce contexte que ce petit exercice de poésie et d'oral est proposé. Pour cela, la séance sera également développée en utilisant la

conception universelle de l'apprentissage qui est un outil créé pour les cours inclusifs et dynamiques, qui peut être utile aux élèves en situation de handicap, y compris aux adultes.

Préparation

Avant d'appliquer l'outil, l'éducateur devra d'abord préparer la salle où l'exercice aura lieu. Les bureaux doivent être organisés en forme de U pour l'évaluation finale du groupe et un espace suffisant doit être prévu pour que l'apprenant puisse faire sa présentation orale avec aisance. L'éducateur devra également préparer quelques textes à montrer comme exemples de poèmes courts. A cet effet, quelques vidéos de présentations orales de poésie devront être préparées pour être montrées aux élèves.

Description de l'activité

ÉTAPE 1 : L'enseignant expliquera l'exercice et fournira des exemples, il peut montrer des textes, présenter les poèmes oralement ou montrer des vidéos d'orateurs.

ÉTAPE 2 : Les apprenants prendront au moins une heure pour écrire un court poème. Le poème prendra la forme de quelques phrases, selon les capacités et les sentiments des apprenants. Il ne devra pas être trop long et devra être présenté en 2 minutes maximum.

ÉTAPE 2 : Les apprenants présenteront oralement leur poème à tour de rôle. Ils devront veiller à le présenter avec le ton approprié et à utiliser la gestuelle et le mouvement du corps pour l'illustrer.

ÉTAPE 3 : Les apprenants discuteront des poèmes et présenteront leurs pensées, puis ils auto-évalueront brièvement leur performance.

Évaluation

Méthodologie : Auto-évaluation orale

L'enseignant demandera à chaque élève de décrire la séance de poésie et ce qu'il pense avoir appris, les élèves seront invités à être leurs propres critiques. L'enseignant les guidera dans leurs réponses afin qu'ils puissent aborder les critères suivants :

- Capacité à se concentrer sur l'écriture.
- Facilité à prendre la parole.
- Clarté du discours.

L'enseignant leur fera ensuite un retour et ajustera leurs notes en fonction de l'évaluation des élèves et de leur propre impression.

Ressources utiles

Lignes directrices UDL :

<https://udlguidelines.cast.org>

Why use poetry for learning disabilities:

<https://atthefestival.wordpress.com/2016/05/21/dyslexia-and-poetry-words-that-wear-a-high-vis-vest/>

ARTIVATE

