



30/05/2023

## DOCUMENT DE CONCLUSION

Réunion RAN Y&E - Outils de renforcement de la résilience chez les jeunes au lendemain des confinements

7-8 mars 2023, en ligne

# Outils de renforcement de la résilience chez les jeunes au lendemain des confinements

## Principaux résultats

La réunion du groupe de travail RAN Jeunes & éducation, organisée les 7 et 8 mars 2023, a porté sur le renforcement de la résilience chez les jeunes face à la polarisation et à la radicalisation. La nécessité d'aborder ce sujet a été soulignée à l'occasion de plusieurs rencontres du RAN, dans les médias et dans des recherches. En effet, plusieurs experts indiquent que les confinements imposés ces dernières années durant la pandémie de COVID-19 ont eu un impact important sur la santé mentale des jeunes. De plus, durant ces années cruciales de leur développement, ils n'ont pas eu l'occasion d'exercer leurs aptitudes de citoyenneté démocratique. Ils sont, par ailleurs, soumis à de nombreuses pressions liées à la place croissante qu'occupent les médias sociaux et au flux d'informations constant sur les crises mondiales.

D'après les praticiens présents lors de la réunion, ces développements ont eu d'importantes conséquences sur le bien-être général des jeunes. Ces effets sont devenus de plus en plus visibles en classe et dans le cadre des activités menées auprès des jeunes. Les discussions qui ont tendance à dégénérer rapidement pourraient contribuer à encore plus polariser les groupes et isoler les individus. Ceci est plutôt inquiétant dans la logique de la prévention primaire, ce qui explique que des efforts supplémentaires soient nécessaires pour resocialiser ces jeunes afin d'en faire des citoyens capables de défendre les valeurs démocratiques. Au cours de la réunion, les cinq composantes de la résilience ont été abordées :

- **Résilience émotionnelle** : la capacité à appréhender et à gérer les émotions. Il est essentiel de développer la résilience émotionnelle pour protéger la santé mentale et le bien-être général, en particulier chez les jeunes.
- **Résolution des conflits** : l'aptitude à gérer les désaccords et à résoudre les conflits interpersonnels de façon non-violente et constructive.
- **Multiperspectivité** : le fait de prendre en compte activement plusieurs points de vue et perspectives pour acquérir une compréhension complète d'enjeux complexes tels que l'histoire, l'actualité ou les situations personnelles.

- **Confiance personnelle entre le praticien et l'élève :** les praticiens ont plus d'impact sur un élève lorsqu'une relation de confiance les unit. Toutefois, cette confiance n'est pas acquise, elle doit être gagnée.
- **Pensée critique :** l'aptitude à analyser et à évaluer les informations de façon rationnelle et objective, en tenant compte des autres points de vue et en remettant en question ses préjugés et son propre point de vue.

Dans ce document de conclusion, nous commencerons par revenir sur la présentation du contexte donnée lors de la réunion, avant que les participants ne partagent leur ressenti sur le problème. Ensuite, nous nous lancerons dans une présentation plus détaillée des discussions sur ces sujets et des recommandations adressées aux praticiens pour qu'ils les intègrent à leur travail quotidien.

## Points forts de la discussion

La réunion a commencé par étudier la vision qu'ont les participants du thème central de cette réunion. Ils étaient d'accord sur le fait que les discussions étaient plus houleuses qu'avant la pandémie et que certaines compétences démocratiques étaient absentes. Certaines nuances importantes ont toutefois été apportées.

- Les discussions ne sont pas nécessairement plus explosives qu'il y a plusieurs années, mais elles sont plus nombreuses. La société est plus diversifiée. Par conséquent, les sujets polarisants sont plus nombreux.
  - Ce phénomène, qualifié par les participants de « super-diversité » de la société actuelle, se ressent en classe. Bien au-delà de la simple multi-culturalité, il reflète aussi la diversité au sein des groupes culturels, et englobe les autres différences de la société, telles que la situation socio-économique, l'éducation et le genre.
  - Plusieurs participants ont indiqué qu'actuellement, c'est l'écart entre les genres et la polarisation axée sur la masculinité qui crée le plus de tensions et de conversations difficiles.
- Il est normal, et a toujours été normal, que les jeunes provoquent et remettent en cause les normes et l'autorité. Ceci peut évoluer de façon positive ou négative. Depuis plusieurs décennies, nous encourageons les jeunes à s'exprimer et à faire preuve d'esprit critique. Aujourd'hui, ils sont effectivement critiques, mais ils semblent moins ouverts et respectueux des autres points de vue.
  - Le problème n'est pas nécessairement que les jeunes disent le fond de leur pensée, c'est plutôt le fait qu'ils ne cherchent pas à s'exprimer de manière constructive et à écouter les opinions des autres. La liberté d'expression est essentielle, mais celle des autres personnes, qui ont des avis opposés, doit aussi être prise en compte et respectée. Par conséquent, ce sont plutôt l'attitude et le comportement qui posent problème.
  - Le fait que davantage de personnes fassent valoir leurs droits n'est pas une mauvaise chose, mais les frictions que cela provoque en classe doivent avoir un caractère éducatif. Les enseignants et les éducateurs jouent un rôle crucial à cet égard, mais ils doivent être bien au fait des sujets et des discours polémiques et doivent savoir comment gérer la discussion.

Nous avons demandé aux participants quels sujets provoquent actuellement les discussions les plus houleuses. Ils ont cité l'identité de genre, la guerre en Ukraine, l'orientation sexuelle et le racisme.

- Un schéma semble se reproduire : chacun de ces sujets est particulièrement polémique pendant une période relativement courte. Le traitement de l'actualité dans les médias traditionnels et sur les médias sociaux a un impact important sur les sujets qui font débat.
  - Certains sujets sont réellement perçus comme faisant partie de l'identité d'un jeune. Par conséquent, toute réaction négative peut être ressentie comme une attaque personnelle et a donc tendance à faire dégénérer les discussions.

## Les composantes de la résilience

Comme nous l'avons déjà dit, au cours de la réunion, cinq approches contribuant au bien-être et à la résilience des jeunes ont été étudiées. Pour chaque sujet, nous avons organisé une présentation plénière, discuté en petits groupes et fait un tour de table général pour dresser un bilan et débattre des retours d'information. Pour chaque approche, les aspects suivants ont été abordés :

## Résilience émotionnelle

La réaction des individus à la polarisation est principalement déterminée par les émotions. Ceci peut mettre de la distance entre elles et même conduire à la violence. Nous devons donc avoir conscience de cette réponse influencée par les émotions, et être capables de gérer ces émotions et d'aider les jeunes à le faire d'eux-mêmes. Pour cela, ils doivent faire preuve de **résilience émotionnelle**. La résilience émotionnelle combine alphabétisation et intelligence émotionnelles. Les principales conclusions sur le sujet sont les suivantes :

- L'**alphabétisation émotionnelle** est l'aptitude à mettre des mots sur ses émotions. Il existe huit émotions de base, comme la joie et la colère, mais elles se déclinent en de nombreuses nuances, comme la fierté, la confiance ou l'espoir, l'ennui, la jalousie et le scepticisme. Plus nous sommes à même d'exprimer ce que nous ressentons, plus nous sommes capables de réguler ces émotions.
- L'**intelligence émotionnelle** est l'aptitude d'une personne à reconnaître ses émotions et à les réguler. C'est aussi la capacité de reconnaître les émotions des autres et de s'y adapter de façon positive. Une personne intelligente émotionnellement sera capable de contenir sa colère.
- Un autre concept lié est la **contagion émotionnelle**, qui transmet les émotions (positives et négatives) à d'autres et qui fait que les personnes ressentent les mêmes émotions que celles qui les entourent. Une étude révèle que, sur les médias sociaux, les émotions sont aussi contagieuses, et que ceci peut conduire à une indignation de masse.

Être capable de contrôler ses émotions est un facteur de protection fondamental pour la santé mentale et le bien-être général. La résilience émotionnelle est donc essentielle à la prévention de l'extrémisme violent, pour aider les jeunes à résister aux crises et aux discussions houleuses afin qu'elles n'aient pas d'impact sur leur comportement. Notez que la résilience émotionnelle n'est pas seulement importante pour les jeunes, elle l'est aussi pour les praticiens. Ils peuvent avoir l'impression d'être attaqués dans leur identité et laisser leurs émotions aggraver la situation.

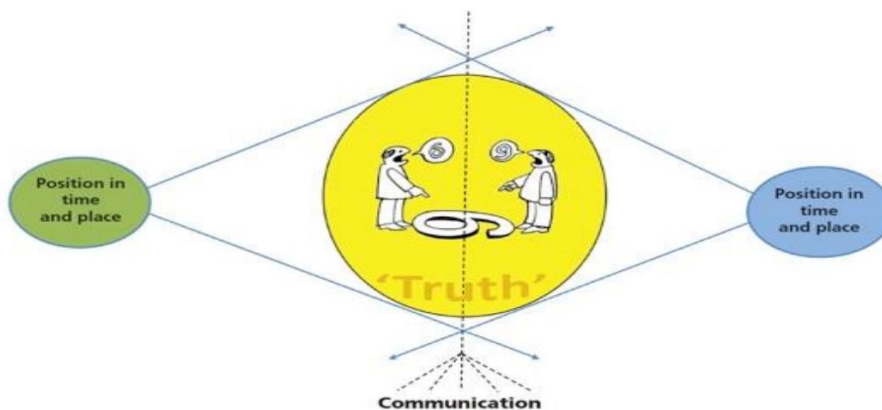
## Résolution des conflits

Un autre aspect d'un comportement démocratique prosocial est l'aptitude à gérer les désaccords et à résoudre les conflits interpersonnels de façon non-violente et constructive. Dans ce domaine, l'école ou les organisations qui travaillent auprès des jeunes doivent instaurer une atmosphère encourageant la résolution des conflits.

- Il est important d'établir des règles concrètes lors d'une discussion de groupe. Les participants doivent se sentir libres de dire ce qu'ils pensent, mais leurs propos ne doivent pas aller à l'encontre de la loi, ils ne doivent pas avoir pour but de contrarier les autres et doivent être adaptés au sujet de discussion.
- Les personnes doivent réfléchir à leur position et à leur comportement :
  - Avant de prendre la parole, les personnes doivent se demander si ce qu'elles veulent dire est **vrai** (si elles sentent qu'il y a des tiraillements ou un désaccord, elles ont tendance à mentir ou à faire semblant), **pertinent** (détourner la conversation est un mécanisme de défense lorsque l'on se sent acculé) et **aimable** (est-il nécessaire d'être désagréable pour faire comprendre son point de vue ?).
  - Les personnes doivent prendre part aux discussions avec la volonté d'y contribuer de manière constructive, d'écouter les arguments des autres et d'accepter le fait qu'elles pourraient avoir tort.
- Il est essentiel de faire preuve d'une curiosité empreinte d'empathie pour pouvoir comprendre le monde dans toute sa complexité, notamment le point de vue d'autrui. De plus, si vous faites l'effort de comprendre une personne, il y a plus de chances qu'elle essaie de vous comprendre en retour.

## Multiperspectivité

Dans un environnement polarisé, les individus ont tendance à ne voir les choses que de leur propre point de vue. L'illustration ci-dessous montre pourquoi cette attitude n'est pas pertinente pour soutenir la vérité et la moralité. Si vous regardez un objet sous un certain angle uniquement, vous ne pouvez pas voir à quoi il ressemble sous les autres angles. Par conséquent, vous ne savez pas à quoi il ressemble vraiment. Il en va de même pour tout événement ou discussion. Le point de vue est déterminé par la position dans laquelle la personne se trouve, et il faut communiquer pour connaître le point de vue des autres personnes, et donc la réalité.



- Il existe une grande différence entre polarisation idéologique et polarisation affective. La polarisation idéologique est normale dans une démocratie et couvre simplement les opinions et les points de vue opposés. La polarisation affective va plus loin et rejette véritablement les autres points de vue, tant sur le plan émotionnel que moral. Avec l'aide d'un éducateur ou d'un enseignant, les jeunes peuvent apprendre à être en désaccord.
- Si le sujet d'une discussion polémique est lié à l'identité d'un élève, il peut se sentir **menacé dans son identité**. Si l'image qu'a la personne d'elle-même est remise en question, elle peut se sentir menacée et se mettre sur la défensive, ce qui peut donner lieu à des situations orageuses. Par conséquent, il peut être judicieux de commencer par aborder des sujets anodins, moins polémiques, ou de faire référence à des faits historiques non liés mais comparables.
- En cas de controverse, pour éviter la polarisation, il est primordial que l'enseignant soit **fédérateur** (chaleur et confiance personnelle) et fasse preuve d'**agentivité** (maîtrise et capacité à animer la discussion). D'après les recherches, les élèves ont davantage tendance à participer activement à une discussion lorsque ces deux compétences sont très développées chez l'enseignant.

## Renforcement de la confiance entre le praticien et l'élève

Comme il a été dit plus haut, la relation personnelle et la confiance entre le praticien et l'élève sont déterminantes pour animer les discussions de façon constructive. De plus, des modèles positifs et des mentors fiables constituent des facteurs de protection pour les jeunes en général, et aussi dans le domaine de la prévention de l'extrémisme violent. Ces dernières décennies, la dynamique de la classe a évolué d'une relation strictement asymétrique vers une acceptation moins inconditionnelle de l'autorité. Les enseignants et éducateurs doivent donc à présent redoubler d'efforts pour gagner la confiance des jeunes et instaurer un climat éducatif fondé sur la confiance et la sollicitude.

- Les établissements scolaires et les organisations qui travaillent avec les jeunes doivent prendre en compte ces changements sociétaux concernant l'autorité et adapter leurs règles et leurs pratiques. La pensée critique est à présent intégrée à de nombreux programmes, mais ce n'est pas encore le cas de la résilience émotionnelle. Les problèmes extérieurs à l'école trouvent souvent leur chemin jusque dans la salle de classe. Les enseignants doivent en tenir compte.

- Il n'y a pas de confiance sans sécurité. Par conséquent, les élèves doivent avoir le sentiment d'être à l'abri de la discrimination ou de l'intimidation. Une éthique doit être mise en place à l'école / dans le travail auprès des jeunes, et être associée à des règles claires et au principe de transparence.
- La relation de confiance mise en place entre les praticiens et les élèves est très fragile. Elle doit être tissée avec le plus grand soin, mais un incident peut suffire à la briser.
- Les participants à la réunion ont indiqué que les environnements dans lesquels les activités informelles offrent le cadre le plus propice pour renforcer la confiance et la relation. Les élèves peuvent voir le praticien sous un jour différent, dans un autre environnement dans lequel il peut révéler davantage d'aspects de sa personnalité (tout en restant professionnel). Les relations nouées dans le cadre de ces activités sont transférées en classe.

## Pensée critique

La pensée critique est l'aptitude à analyser et à évaluer les informations de façon rationnelle et objective, en tenant compte des autres points de vue et en remettant en question ses préjugés et son propre point de vue. Elle est essentielle pour renforcer la résilience face à la radicalisation, pour différentes raisons.

- Les jeunes doivent pouvoir reconnaître et remettre en question les idées extrémistes, identifier et évaluer les sources d'informations, développer de l'empathie à l'égard de personnes exprimant des opinions différentes et évaluer les conséquences de leurs actes, en particulier en ce qui concerne la violence.
- Posséder ces compétences améliorerait la conscience de soi et la multi-perspectivité. Ceci éviterait la rigidité cognitive et la pensée « tout noir ou tout blanc ». Malheureusement, ces biais cognitifs peuvent nuire à la pensée critique. Notre cerveau est conçu de manière à remarquer, rechercher et accepter les informations qui confirment notre vision du monde. Par conséquent, recevoir des informations contraires peut provoquer des réactions très fortes chez certaines personnes.

## Pratiques pertinentes

- **UFUQ (DE)** : parler en classe du conflit israélo-palestinien est une tâche délicate et complexe, compte tenu du long passé et des opinions polarisées qui l'entourent. L'Allemagne, par exemple, est partagée entre un très fort sentiment pro-palestinien et un solide attachement à la protection d'Israël. Les livres d'histoire se contentent d'aborder la question d'Israël et de la Palestine en expliquant le conflit lui-même au lieu d'expliquer les implications sociales qu'il peut avoir dans la région. De la même façon, la question de l'Islam et de la migration est souvent centrée sur les conflits religieux, culturels et sociaux, ce qui engendre un sentiment d'altérité envers la religion musulmane.

L'approche présentée dans le manuel UFUQ dispense des conseils pour aborder ces controverses en salle de classe. Elle explique que les points de vue polarisés ne concernent pas seulement les élèves juifs ou palestiniens, mais sont influencés par les émotions et les expériences personnelles. Le conflit israélo-palestinien rejaillit sur d'autres sujets polémiques comme la discrimination, l'identité, l'appartenance et l'éducation aux médias. Le traitement de ce sujet en classe ne se limite pas à l'histoire et à la politique étrangère, il est aussi étroitement lié à la société allemande d'aujourd'hui.

Cette approche consiste principalement à encourager un changement de perspective. En replaçant une situation dans son contexte et en établissant des comparaisons, les éducateurs peuvent amener à

comprendre ses multiples complexités tout en reconnaissant la légitimité des revendications des différentes parties prenantes.

- Ces compétences de pensée critique doivent être pratiquées tout au long de la scolarité. Les établissements scolaires et les organisations qui travaillent avec les jeunes ont donc un rôle important à jouer à cet égard. Les praticiens sont bien placés pour amener les jeunes à revoir leur vision du monde et peuvent pour cela utiliser des méthodes créatives comme l'art et le jeu.

## Recommandations

---

Tout au long de la réunion, les participants ont adressé des recommandations aux autres praticiens.

- Si vous remarquez qu'un élève réagit très vivement à un sujet donné, commencez par poser des questions, sans donner votre opinion. Exprimer un avis différent du sien pourrait le mettre encore plus directement sur la défensive.
- Évoquer des tensions engendre des désaccords, aborder des sujets fédérateurs favorise une atmosphère d'acceptation au sein du groupe. Une atmosphère positive est une condition incontournable pour aborder des sujets délicats.
- Utilisez des moyens créatifs d'exprimer les émotions et les opinions, par exemple à travers les arts. Ceci peut inciter les jeunes à s'ouvrir comme ils ne le feraient pas verbalement.
- Les praticiens doivent avoir une bonne compréhension de l'histoire personnelle de leurs élèves car il est important de savoir ce que les jeunes doivent gérer dans l'environnement familial. Apportez votre soutien mais sans vous montrer intrusif ou naïf.
- Si vous menez des projets, approchez vos élèves de manière collaborative et inclusive. Considérez-les comme des partenaires sans les prendre de haut. Demandez-leurs impressions, acceptez leurs critiques et tenez compte de leurs suggestions. Veillez à ce que le projet débouche sur des résultats concrets afin que les jeunes puissent voir le fruit de leurs efforts.
- Tenez vos promesses : souvent, les projets prennent un bon départ mais, à long terme, les préoccupations ou projets des adultes peuvent changer et les jeunes peuvent être déçus. Ceci peut être une cause de désengagement.

## Suivi

---

Du fait que de nombreuses personnes se radicalisent en adhérant à des idéologies hybrides fragmentées et non dans des discours cohérents plus généraux, elles ont tendance à davantage se polariser à cause de leurs émotions. Il est donc essentiel d'acquérir davantage de connaissances sur la santé mentale, sur la régulation des émotions et sur la résilience émotionnelle dans le cadre de la radicalisation et de la prévention et de la lutte contre l'extrémisme violent. Cette connaissance pourrait être étendue grâce à la formation ou à l'apprentissage entre pairs auprès d'experts de la santé mentale des jeunes. Ces activités pourraient être organisées et animées par les écoles et les organisations qui travaillent auprès des jeunes (ensemble ou indépendamment), avec le soutien des autorités locales, régionales ou nationales.

Les inégalités entre les sexes et les tensions sur les sujets de la masculinité et du genre sont inscrites au programme du Groupe de travail RAN Jeunes & éducation, et seront abordées lors d'une réunion à venir.

À l'occasion d'une des réunions de groupe, la pratique consistant à exclure les jeunes des établissements scolaires a été abordée. Ceci donne l'impression au jeune d'être remplaçable. Son exclusion nuira à sa réputation, ce qui aura pour effet de le stigmatiser et de créer un cercle vicieux. Il a été suggéré que ce sujet fasse l'objet de discussions futures.



## Pour approfondir

---

Le projet [EUROGUIDE](#) a produit un manuel détaillé et une formation en ligne destinés aux enseignants, sur la façon d'appréhender les débats sur des sujets religieux et socio-politiques dans les écoles. Il propose des exemples concrets d'idéologies, de sujets et de façons de réagir. Le manuel est disponible en néerlandais, en français, en hongrois, en italien et en suédois.