Activités artistiques pour aborder l'éco-anxiété

avec la Dre Catherine Malboeuf-Hurtubise, la Dre Catherine Herba et le Dr Jonathan Smith

La création artistique en classe

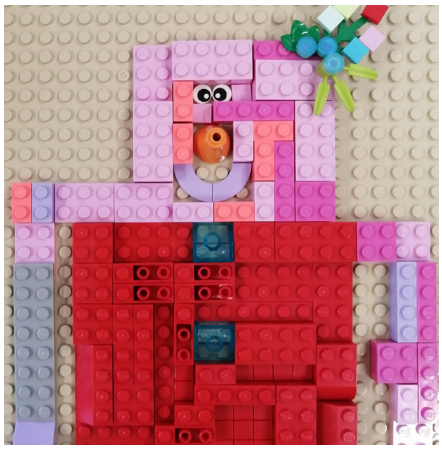
Catherine M.-H., Catherine H. et Jonathan soutiennent l'utilisation des arts pour aider les enfants à explorer, comprendre et communiquer leurs émotions en lien avec l'environnement et les changements climatiques. « La création artistique permet aux enfants d'exprimer leurs émotions de manière non menaçante et non verbale », explique Jonathan. « Les approches artistiques visent à encourager la conscience de soi et la régulation des émotions. » L'équipe vous encourage vivement à intégrer de telles approches dans votre classe.

Peinture et dessin

Pour cette activité, prévoyez :

- De la peinture adaptée aux enfants et des pinceaux de différentes tailles
- Des stylos et des crayons de couleur
- Du papier

« Un projet typique consisterait à demander aux enfants de peindre ou de dessiner la Terre dans 50 ans », explique Catherine Malboeuf-Hurtubise. « En général, nous évitons de donner des instructions supplémentaires. » Si certains enfants choisissent de représenter la détérioration de la planète, d'autres peuvent créer quelque chose qui est plus porteur d'espoir, et l'équipe encourage cette diversité et cette flexibilité dans les productions. « Une fois que les élèves ont terminé leur œuvre d'art, ceux et celles qui souhaitent partager leur création peuvent expliquer à la classe ce qu'ils et elles ont choisi de peindre ou de dessiner, et pourquoi. Cela suscite des discussions philosophiques, généralement axées sur les thèmes du changement et de l'identité. » Les questions peuvent porter sur la signification du changement, si ce dernier est inévitable, ou si notre identité demeure la même après avoir changé. L'idée est que les discussions soient menées par les enfants, plutôt que par les enseignant·es.



Construction LEGO™

Pour cette activité, prévoyez :

- Une variété de briques et de pièces LEGO™ (de différentes formes, tailles, couleurs, etc.)

« Les activités avec les briques LEGO™ sont toujours très appréciées par les enfants ! », déclare Jonathan. « Ils et elles peuvent utiliser les briques LEGO™ pour faire des constructions explorant des thèmes tels que le pouvoir de la nature, les émotions et l'avenir de la Terre. » Les discussions philosophiques après la construction peuvent être similaires à celles qui suivent les activités de dessin et de peinture. « Nous utilisons également les créations LEGO™ pour discuter de la manière dont nous réagissons à l'émerveillement de la nature. Nous abordons aussi le potentiel dévastateur de la nature, comme les feux de forêt, les tornades et les inondations, ainsi que la manière dont nous réagissons à de tels événements. » Cela permet de donner une forme tangible aux inquiétudes liées aux changements climatiques et permet aux enfants d'explorer leurs émotions à cet effet.

Photographie

Pour cette activité, prévoyez :
« Nous demandons aux enfants de prendre des photos sur différents thèmes, comme la beauté de la nature ou les effets des changements climatiques », explique Catherine Herba. « Si possible, emmenez vos élèves dans un espace vert, que ce soit dans l'enceinte de l'école ou à l'extérieur, et encouragez-les à prendre des photos en marchant. » Il est important de dire aux enfants de ne pas prendre de photos d'autres personnes, car cela entraîne des problèmes de confidentialité lorsque les photos sont partagées ou affichées, mais sinon, c'est à eux de choisir leur sujet.

En revenant dans la classe, encouragez les élèves à partager leurs photos et à parler de pourquoi ils et elles les ont prises et de ce que ces photos représentent. Ceci peut mener à des discussions philosophiques sur les thèmes de la beauté de la nature et de la responsabilité de l'humain envers la planète.

L'équipe utilise les questions suivantes pour guider les discussions autour des photos des élèves :
1) Qu'est-ce que tu vois dans cette photo ?
2) Qu'est-ce qui se passe dans cette photo ?
3) Quel est le lien entre cette photo et ton quotidien ?
4) Pourquoi est-ce que ce problème ou cette situation existe ?
5) Qu'est-ce qu'on peut faire avec ce problème/cette situation ?

Plus des *ressources*

L'équipe publiera éventuellement des outils et des manuels en libre accès pour aider les enseignant.es à aborder de manière constructive l'éco-anxiété chez les enfants. Vous pouvez aussi entrer en contact avec l'équipe pour en savoir plus et recevoir des conseils : catherine.malboeuf-hurtubise@ubishops.ca

L'équipe vous propose les ressources suivantes pour vous renseigner et renseigner vos élèves au sujet des changements climatiques et l'éco-anxiété :

- ***Apprivoiser l'écoanxiété et faire de ses écoémotions un moteur de changement,*** par Karine Saint-Jean (un livre pour apprendre à apprivoiser sa propre éco-anxiété et accompagner les enfants) : www.leslibraires.ca/livres/apprivoiser-l-ecoanxiete-et-faire-de-karine-saint-jean-9782761955799.html
- Un balado sur l'adaptation émotionnelle aux changements climatiques par l'organisme québécois Éco-motion : open.spotify.com/show/0kwuojAncj4xS1wNcZ1BDt
- Webinaire « Aider les enfants à faire faceà l'éco-anxiété : 11 stratégies à mettre en œuvre » : www.loom.com/share/e2fa6daec23f45058303b0f68974f994
- Découvrez l'impact des changements climatiques sur notre santé : www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/climate-change-and-health
- Apprenez-en plus sur les changements climatiques et les solutions : www.unpointcinq.ca