

10

Ma ribambelle

Feuilles A3, ciseaux, patron d'un petit bonhomme (qui pourrait représenter les enfants) et d'un grand bonhomme (qui pourrait représenter les adultes), colle, émojis, gommettes avec les émotions de base, crayons, marqueurs, gomme, typex, etc..

La ribambelle des émotions est un support qui permet de représenter les membres de sa famille à l'aide de bonhommes les uns à la suite des autres, main dans la main. La ribambelle est déjà dessinée dans l'Album au cas où l'environnement ne permettrait pas l'apport de ciseaux comme en milieu carcéral. Dans ce cas, il est conseillé de venir avec une ribambelle prédécoupée dont le patron a été créé lors de la séance précédente. Dans la mesure du possible l'animateur propose au jeune et à l'adulte de réaliser leur propre ribambelle en leur laissant le soin de placer les petits bonhommes ou les grands là où ils l'entendent. Une fois la ribambelle découpée, il est important de clarifier qui est représenté sur la ribambelle, il s'agit ensuite d'indiquer le prénom puis d'identifier les émotions et les ressentis liés à chaque membre de la famille. Un père incarcéré : *"Je pense que mes cinq enfants ressentent beaucoup d'amour pour moi, même si pour certains, ils sont en colère de ne plus pouvoir me voir. Mes plus grands enfants m'en veulent beaucoup. C'est mon ressenti"*. À l'intervenant d'identifier si les émotions déposées concernent le passé, le présent ou le futur. Celles-ci peuvent révéler certains événements du passé toujours agissants. Cette ribambelle peut ensuite être glissée dans une farde chemise.

→ Retour d'expérience

Une jeune dont la soeur est en Syrie : *"J'arrive à faire abstraction de ce que ma mère dit. Je me sens impuissante en même temps. Je dois avancer dans ma vie mais c'est difficile quand je sais que ma soeur... Psychologiquement, c'est conflictuel avec nous-même. En même temps, on a des parents dépressifs. Moi, je suis à la base optimiste. C'est difficile de faire quelque chose dans sa vie avec ces idées noires. Je profite de la vie mais je ne la savoure pas. Une goutte d'eau, je me dis ooh, mais il n'y a*

pas d'eau là-bas. Elle a le sentiment d'être délaissée et c'est un sentiment qu'elle nous transmet. On ne vit pas avec eux mais avec leur histoire. Je n'arrive pas à accepter l'injustice. On ne peut pas se dégager de cette histoire tant que les choses ne sont pas réglées. Je suis habitée par cette histoire qui est la mienne et qui n'est pas la mienne". L'animateur favorise le partage entre le jeune et le parent afin de comprendre ce que le jeune comme l'adulte perçoivent des émotions ressenties par autrui. Un travail en parallèle sur la compréhension des émotions de base - joie, colère, tristesse, peur, dégoût, surprise, honte, culpabilité - peut être réalisé avec les cartes ou la roue des émotions. Pour les plus petits, l'intervenant peut présenter des gommettes smileys simples afin que l'adulte comme le jeune perçoivent sans trop de difficulté les émotions véhiculées. Une grand-mère dont l'enfant et les petits-enfants sont dans un camp en Syrie : *"Pourquoi au fond de nous, on se sent toujours seule et blessée ? Mon enfant ne veut pas aller à l'école. J'ai l'impression qu'il ressent la peine vécue même si je n'ai pas envie de lui transmettre cela. Je voudrais comprendre la culpabilité. J'ai des angoisses pour eux là-bas et ils le ressentent ici. J'ai aussi de la colère parce que j'ai l'impression que personne ne peut comprendre ce que j'endure. Y'a pas de place pour les vacances, pour le rire, pour un homme... On se sent toujours coupable de leur départ".* Il nous est apparu intéressant de réaliser plusieurs ribambelles dans le temps de l'accompagnement car les émotions évoluent. C'est une projection de ses ressentis qui au cours du travail de narration prendra d'autres couleurs. Les personnes décédées sont incluses, si la personne le souhaite, dans la ribambelle. C'est l'émotion qui est à interroger. La question reste identique : Quelles sont les émotions que le défunt éprouvait pour vous ? Quelles émotions éprouvez-vous pour lui actuellement ? Tout comme le support "Mon cercle familial", la place des uns et des autres dans la ribambelle peut être une source de questionnement. Qui sont ceux qui entourent la personne ? Pourquoi celui-ci est-il très loin ou très proche ? A quoi est-ce dû ?