

➤➤ L'OASIS OU LA TENTE DE RETOUR AU CALME

Octobre 2020

Aussi appelé la tente Cocooning, ou la tente Relax
OASIS : Où Approcher Son Intérieur à Soi

LES 3 POINTS DE VIGILANCE :

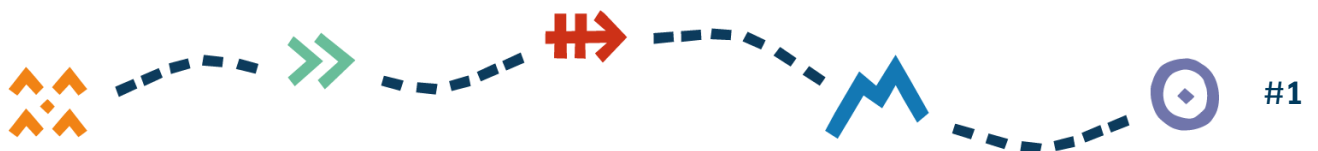
RYTHME DE VIE – ÉCOUTE – BIEN-ÊTRE

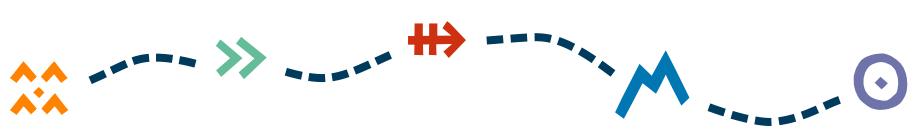
Durant le confinement et depuis le couvre-feu, les jeunes ont pour la plupart vécu dans leur cellule familiale.

Se retrouver en groupe peut majorer des émotions comme l'excitation, la joie, l'impatience, ... mais également des émotions de tristesse, un sentiment d'inconfort, d'anxiété, de « trop plein » peuvent arriver plus rapidement et fortement que d'habitude. S'y préparer permet de préserver la dynamique de groupe au maximum.

Il y aura un piège à éviter, celui de l'hyperactivité, d'un planning trop rempli, des horaires de la journée trop serrés pour vouloir compenser ce qu'on n'a pas pu faire, pour « se rattraper ». Il nous faudra plutôt choisir le chemin de la décroissance, de la tranquillité, de la sobriété. Il sera important de prendre le temps, de s'installer confortablement, de vivre ensemble.

Prenons le temps de l'installation pour pouvoir vivre confortablement dans la nature et privilégier l'intimité.





LES OBJECTIFS DE CETTE INSTALLATION

- Offrir à chaque participant, la possibilité d'un espace-temps pour faire une pause
- Offrir à chaque jeune de se retrouver sans les autres autour de lui ou elle
- Offrir à chaque jeune un espace de détente et de bien-être
- Permettre à chaque jeune de quitter le rythme de vie quotidien
- Garantir à chaque jeune un espace-temps où il pourra prendre le temps de s'écouter ou d'être écouté, de faire le point ou de s'évader dans son imaginaire



OÙ INSTALLER L'OASIS ?

Il est important de penser les règles d'utilisation en amont, en maîtrise ou en groupe, puis de co-construire le lieu avec les jeunes et de l'adapter à leurs demandes et besoins.

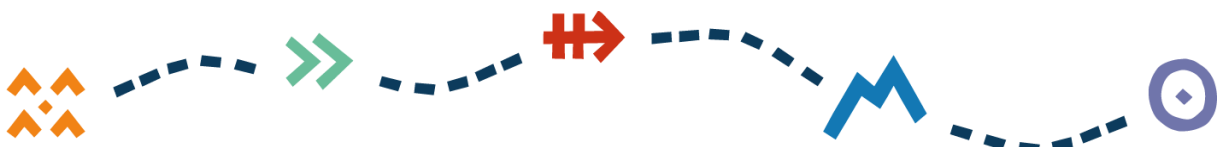
- Dans une tente (ou un marabout) au calme, à l'ombre et suffisamment grande pour y installer tout le matériel
- La tente n'est ni trop proche, ni trop loin du lieu de camp ; légèrement excentrée afin d'être au calme mais de faire partie intégrante du lieu de vie et visible pour que les jeunes aient l'idée et l'envie d'y aller
- La tente reste ouverte à tout moment pour que les chefs puissent y voir ce qui s'y passe



QUAND ET COMMENT ?

Il est important de s'évader un peu mais aussi de revenir à un rythme « normal ».

- Des horaires peuvent être définis et affichés sur la tente
- Un ou plusieurs adultes peuvent gérer ce havre de paix comme des référents bienveillances, des aumôniers, ...
- Si écoute il y a, le ou les écoutants doivent être bienveillants, et doivent savoir faire preuve d'écoute et de recul (cf. la charte de l'écoutant)
- « Écouter est peut-être le plus beau cadeau que nous puissions faire à quelqu'un » alors ne le gâchons pas !





QUEL MATÉRIEL ?

Tout ce qui sera nécessaire à l'évasion des jeunes, au confort et à l'aide à la communication (liste à titre indicatif et non exhaustive)

- ☁ Crayons de couleur, feutres, stylos, petite table, ...
- ☁ Feuilles blanches, mandalas, ...
- ☁ Pâte à modeler, BD, livres, post-it (en forme de cœur ♥), peluches, balles antistress, poupées, ...
- ✂ Coussins, plaids, messages rassurants à afficher (cf. doc pdf dans doc en stock rubrique bienveillance), ...
- ✂ Mouchoirs et une poubelle, de l'eau (éventuellement du sirop), musique relaxante, ...
- ⇒ Boîte à idée, cahier des émotions Filliozat (en libre accès sur internet), des livres et activités ressources (Max et Lili, Le loup, p'tit loup, non mais genre, ...), photolangage, des smileys pour l'humeur du jour, éventuellement un miroir, ...
- ⇒ De quoi dessiner et écrire pour s'exprimer différemment ou envoyer des lettres aux autres ou à soi-même



CE QU'IL FAUT RETENIR

L'OASIS est un lieu accueillant calme et ouvert. Il doit être chaleureux et à l'image des jeunes. Son but est de permettre à l'oasienne ou l'oasien de passage de s'évader provisoirement de la dynamique du reste du groupe, de se ressourcer pour mieux réintégrer le groupe, et de s'exprimer sur des sujets qui le/la préoccupent avec un ou deux écoutants formés.

« L'ambition de faire le bien est la seule qui compte »
« Un sourire est une clef secrète qui ouvre bien des cœurs »

Lord Robert BADEN POWELL

