J'ai peur : je bloque et je débloque !

p. 25 : Peur bleue – pp. 26-27 : Martine à l'école – p. 36 : Paf le piaf

ATELIER PHILO

Enjeux philo

Les enfants ont souvent des difficultés à exprimer certaines de leurs peurs. On pourrait penser dès lors qu'ils n'en ont pas, ou interpréter leurs comportements de façon erronée. Pensons aux enfants qui tentent de se faire remarquer à longueur de journée en classe par des bêtises. N'y aurait-il pas derrière cette attitude la peur de ne pas exister ? Qu'en est-il des enfants qui n'osent pas prendre la parole, qui préfèrent ne pas faire plutôt que faire mal, qui n'osent pas commencer de peur de se tromper ? Quand le manque de confiance en soi s'installe, de nombreuses situations peuvent sembler insurmontables.

La peur est intimement liée à notre rapport au temps. Elle naît de la capacité que nous avons à nous projeter dans le futur, à faire face ou non aux défis que nous rencontrerons. Les acquis des expériences vécues sont transposés, projetés dans l'avenir. Les enfants ont leur propre perception du déroulement des événements et du temps qui passe. Ils généralisent davantage à partir d'un cas particulier. Or, ce n'est pas parce qu'ils éprouvent, par exemple, des difficultés scolaires à un moment donné, que ces difficultés peuvent être étendues à toute leur scolarité et dans toutes les matières ! Malheureusement, une peur peut « prendre toute la place », et empêcher d'évoluer. Il est donc important que les enfants connaissent leurs peurs et reconnaissent celles des autres, afin que tout ne devienne pas angoissant ou potentiellement dangereux, ce qui en les paralysant, les empêcherait de goûter à bon nombre de plaisirs.

Questions philo

Qu'est-ce qui te fait peur dans ta vie de tous les jours ?
As-tu peur de ce qui t'es familier ?
Tes peurs sont-elles les mêmes à la maison, dans la rue ou à l'école ?
Si tu possèdes un chien, en as-tu peur ?
Pourrais-tu avoir peur des autres chiens ? Si oui, pourquoi ?
Si tu t'es fait mordre par un chien, en auras-tu peur par la suite ?
Si tu t'es fait mordre par un chien un jour, cela veut-il dire que tous les chiens mordent ?
Si tes parents ont peur des chiens, pourrais-tu ne pas en avoir peur ?
Si tu as peur des chiens, quelles réactions cela provoque-il chez toi ?
La peur d'un animal est-elle une bonne chose ou pas ?
Faut-il avoir peur de certains animaux ?
Les peurs que tu pourrais avoir à l'école sont-elles semblables à la peur de certains animaux ?
Pourrait-on avoir peur de son enseignant ? Si oui, pourquoi ?
Pourrait-on avoir peur de certaines matières ? Si oui, pourquoi ?
Si tu as peur de ton enseignant, cela veut-il dire que tous les enseignants font peur ?
Si tu as peur de certaines matières, cela veut-il dire que toutes les matières te font peur ?
Peut-on avoir peur d'une matière où on se sent à l'aise ?
Si tu as peur, est-ce de la matière en elle-même ou du fait que tu pourrais faire des erreurs ?
Quand tu as peur de faire des erreurs, as-tu peur des erreurs que tu as faites ou de la réaction de ton enseignant ou de tes parents ?
Peut-on avoir peur de ne pas être à la hauteur ? Si oui, dans quelles circonstances ?
Peux-tu avoir peur avant même de commencer à faire un travail ?
Peux-tu avoir peur sans même connaître le travail à effectuer ?
A-t-on plus peur de ce qui nous est connu ou inconnu ? Explique.
Quelles sont les peurs qui peuvent te bloquer, t'empêcher d'agir ?
Quelles sont les peurs qui te débloquent, te poussent à agir ?
Quand est-il plus favorable d'agir ou de ne pas agir ?

J'ai peur : je bloque et je débloque !

p. 25 : Peur bleue – pp. 26-27 : Martine à l'école – p. 36 : Paf le piaf

LEÇON : Le lexique de la PEUR

Préparation

Parmi les activités lexicales, le thème de la peur offre une formidable palette de mots, d'expressions, de métaphores ! On pourra ainsi aborder :

- La culture antique : Derrière toutes ces colorations et nuances qu'amènent les mots de la peur, se cachent des racines étymologiques très variées qui en éclairent la compréhension en passant par l'évocation de la mythologie notamment.

- Le langage du corps : Les mots pour traduire l'émotion passent souvent par la sensation corporelle. Dans l'apprentissage du lire (écouter) / écrire (parler), on pourra apprendre à mieux comprendre donc retrouver ces sensations à la lecture / sentir l'intérêt de puiser dans ces expressions pour mieux écrire ce que l'on ressent.

- La nuance dans un discours : Alors que dans le langage spontané jaillissent, pour un oui ou pour un non, des *horrible/génial*, *hallucinant/merveilleux*, il est intéressant de s'arrêter pour mettre de la rigueur, apprécier l'intensité et apprendre comment mettre de la nuance avec des mots plus adéquats.

- La construction philosophique des concepts : Avec la notion de peur, on pourra aisément combiner, comme toujours avec *Philéas & Autobule*, l'acquisition du vocabulaire avec la discussion philosophique. En initiant formellement aux subtilités de la langue française, les enfants sont amenés à construire philosophiquement des concepts. Notamment à rendre compte du lien entre l'ambivalence de la pensée et les paradoxes du langage. *

Matériel

- De nombreux dictionnaires (par exemple Le Robert qui mentionne l'étymologie).

- Document pour l'enseignant : *Exemple de « thermomètre de la peur »*. Ce document pourra être construit par la classe, recopié sur une affiche, selon les résultats des recherches. L'affiche sera complétée à long terme, au gré des lectures.

- Document pour l'élève : *Enrichir et questionner le champ lexical par l'étymologie.*

Les deux activités présentées ci-dessous peuvent être réalisées séparément.

1. Construire les champs lexicaux de la peur : Un thermomètre de la peur

Déroulement

Situation mobilisatrice : Évoquer des peurs vécues

Voir amorce de l'activité en Fiche 1 :

- Soit en la réalisant ici, de la même manière (en cercle oralement ou en mur du silence au tableau) mais sur le thème plus général « Un jour, j'ai eu peur... ».

- Soit en la récupérant, si une trace écrite de cette activité a été conservée (il est parfois intéressant de constituer des affiches que l'on peut conserver et réutiliser).

Écriture de « peurs » et mise en ordre des mots utilisés spontanément

- Écrire :

« Anna a eu «peur» d'une araignée, Mathias avait «peur» que ce chien le morde, etc. : Tout le monde va décrire la «peur» qu'il a eue, en une phrase, le plus précisément possible, chacun exprimant ce qu'il a ressenti, quelles étaient ses émotions. »
« Évitez le mot «peur», mais exprimez-vous avec d'autres mots qui vous semblent bien décrire ce que vous avez vécu ! »

* Pour réfléchir un pas plus loin, des réflexions à propos de la peur :
- Henri de Caevel, *Mais tu as peur, mon gamin !*, *La lettre de l'enfance et de l'adolescence* 2/2004, no 56, pp. 25-30 : www.cairn.info/revue-lettre-de-l-enfance-et-de-l-adolescence-2004-2-page-25.htm#no5
- Et : « Dans ce paragraphe M.P. compare des divinités romaines de la peur, Pavor et Pallor, à la divinité grecque de la terreur panique, Pan, et au dieu Phobos. La comparaison amène M.P. à une conclusion intéressante : le fait de condenser la peur dans des figures permet de transformer ce sentiment de négatif en positif. À travers ces divinités, l'homme arrive à s'expliquer le phénomène émotionnel et, surtout pour ce qui concerne la peur sur le champ de bataille, à diriger ce sentiment, en priant le dieu d'intervenir dans le camp des ennemis. » (compte-rendu d'un livre de Micol Perfigli sur le site Kernos, revue sur la religion grecque antique, http://kernos.revues.org/508)
- « L'étymologie de *phobie* est, à cet égard, très intéressante puisque *phobos* signifie tout d'abord la fuite. La fuite, certes liée à une panique, mais la fuite a priori » (Christian Rey, La phobie est-elle un symptôme structuré ?) www.cairn.info/resume.php?ID_ARTICLE=ERES_FORGE_2006_01_0063)

J'ai peur : je bloque et je débloque !

p. 25 : Peur bleue – pp. 26-27 : Martine à l'école – p. 36 : Paf le piaf

L'enseignant supervise les élèves dans cette tâche d'écriture individuelle au brouillon.

Recopier chacun sa phrase sur une bandelette qu'on pourra apposer au tableau.

Coller les bandelettes sur les côtés du tableau, au fur et à mesure.

Éventuellement : les élèves plus rapides proposent des écritures supplémentaires pour exprimer les émotions ressenties «en amont» ou «en aval» de leur aventure, afin d'amener l'expression de confiance qui précède (*J'allais tranquillement… À l'aise…*) ou l'expression de soulagement qui suit (*J'ai été rassuré… J'étais fier de moi…*).

- Ordonner les expressions et mots utilisés selon l'intensité* :

« La peur peut être comme une fièvre : légère ou intense ! Essayons de situer vos mots sur une échelle, une sorte de thermomètre dont la température monte quand la peur augmente ! »

L'enseignant trace une droite qui traverse horizontalement le centre du tableau et, selon les propositions des élèves, réécrit les mots des bandelettes dans le sens logique des mots les plus faibles (ou contraires si on en a exprimés) aux émotions les plus fortes.

Pour décider à quelle hauteur on pourrait placer tel ou tel terme, travailler sur d'autres exemples : « Si je dis : *Je suis épouvanté par ce film*, est-ce pire ou moins grave que si je dis : *Je suis effrayé par ce film ?* ») Reconnaître déjà le subjectivisme de ces appréciations d'intensité.

Recherche de mots et expressions nouvelles

- Rechercher d'autres termes dans des textes et les situer selon leur intensité.

Pêcher dans les pages de la revue. Pour élargir le champ lexical, notamment à des expressions traduisant les sensations corporelles et à des onomatopées fréquentes en BD, commencer par : le début de « Peur bleue » p. 25, « Martine à l'école » p. 26-27, et Paf le Piaf, p. 36. Faire rechercher aussi des expressions contraires (><) traduisant les moments de confiance, d'indifférence ou de réflexion :

Peur bleue, p. 25
Peur bleue – Avoir le cœur qui fait du tam-tam – (Avoir) les genoux qui jouent des castagnettes – une phobie

Martine à l'école, pp.26-27
Mon estomac se serre – ma tête se vide – Je tremble, je sue
>< Respirer – réfléchir – rester calme – la confiance en soi

Paf le Piaf, p. 36 (peur de l'un >< confiance de l'autre)
Euh… Merci mais j'aime pas trop… – Gloups – Aaah – crispé
>< C'est pas dangereux – C'est cool – Youhou

- Compléter par d'autres pages de la revue ou de livres de la bibliothèque

L'île de la peur, pp. 4-5
Nerveux – inquiet – effrayé – terrifié – craintif – épouvanté
>< Indifférent – amusé

- Le terme «*amusé*» peut être placé dans ce thermomètre grâce à quelques exemples :

« Quand diriez-vous qu'une situation effrayante vous *amuse* ? »

Quand on rit de surprise, par exemple quand quelqu'un tombe, quand on regarde un thriller, quand on va sauter du tremplin… : l'excitation que procure un certain danger peut nous attirer, nous amuser !

Poil de Carotte, pp. 8-9
Poltron – couardise – terrifié – inquiétude
>< Hardi comme un bouc – fier de lui

Crime artistique, pp. 20-21
La peur au ventre – anxieux

* En ANNEXE : Exemple de thermomètre de la peur.

J'ai peur : je bloque et je débloque !

p. 25 : Peur bleue – pp. 26-27 : Martine à l'école – p. 36 : Paf le piaf

Peur à la Une, pp. 22-23
Donner (avoir) la chair de poule – horreur

- En même temps ou séparément, compulser les dictionnaires. En profiter pour systématiser un mode d'emploi et une compréhension des codes des dictionnaires.

(NB : il est préférable de n'utiliser que les mots du dictionnaire dont l'utilisation dans des phrases est bien comprise)

- Répartir toutes les propositions nouvelles sur la ligne d'intensité de la peur.

- Approfondir selon les objectifs lexicaux et grammaticaux, par exemple en faisant rechercher spécifiquement et en classant les verbes, qualificatifs, adverbes, expressions, métaphores. Les qualificatifs, adverbes, verbes ou noms peuvent être dérivés l'un de l'autre (*horreur – horrifier – horrifié – horriblement*).

2. Enrichir et questionner le champ lexical par l'étymologie

Déroulement

Situation mobilisatrice

Réaliser les exercices à partir du mot « phobie » (p. 25).

Approfondir le sens de la racine grecque du mot « phobie »

- Rechercher dans les dictionnaires, rassembler les découvertes pour construire une explication complète, structurée et décodée :

PHOBIE :

gr. (du grec) *phobos* (Φόβος) = Effroi*
C'est la crainte excessive et irraisonnée de certains gestes, actes, situations ou idées.
Exemples : *acrophobie, agoraphobie, claustrophobie, homophobie…*
C'est la peur ou aversion instinctive. Synonymes : *dégoût, haine, horreur*.

- Découvrir que, le plus souvent, on comprend le mot *phobie* comme «haine», détestation (les mots *xénophobie* ou *homophobie* suggèrent le rejet), alors qu'il désigne la peur… Il est intéressant de voir que le langage explique le mécanisme : c'est souvent **parce que, au départ, on a «peur» qu'ensuite on rejette !**

- Découvrir que *Phobos (Effroi*)* est un dieu grec. Rechercher son histoire.

Étendre le champ lexical de la peur à partir d'autres étymologies

- Rassembler des références : de manière naturelle avec des dictionnaires étymologiques, ou de manière dirigée dans un document préparé à cet effet. **

« Voici les origines latines (lat) ou grecques (gr) de mots qui ont abouti au lexique de la peur en français. Pour chacune de ces racines, trouvez des mots dérivés en français. » « Essayez d'utiliser le sens d'origine de quelques mots pour construire une phrase qui reprend ce sens originel ! »

- Réfléchir au sens de certains de ces mots à la lueur de leur origine latine ou grecque. Par exemple : Une appréhension vous « tombe dessus » tandis qu'une angoisse vous étreint ou vous « serre la gorge » : qu'est-ce que cela vous inspire ?

*Si on dispose de documents sur la mythologie grecque, l'explication peut être découverte ou donnée : Aphrodite et Arès, dieu de la guerre, eurent deux jumeaux, Déimos et Phobos. Déimos était la Terreur, et Phobos l'Effroi. Ces deux-là accompagnèrent souvent leur père sur les champs de bataille. On dit que Phobos instillait une telle crainte chez les combattants qu'il les poussait à s'enfuir et déserter. On dit aussi que Zeus, leur grand-père, avait armé ses petits-fils Déimos et Phobos lors de sa guerre contre Typhon. Il avait remis l'éclair à Phobos et le coup de foudre à Déimos.

En astronomie : Phobos et Déimos sont deux satellites de la planète Mars (Mars étant justement le dieu de la guerre des romains, homologue d'Arès)…

** En ANNEXE : Exemple pour amener le lexique de la peur à partir de l'étymologie.

J'ai peur : je bloque et je débloque !

p. 25 : Peur bleue – pp. 26-27 : Martine à l'école – p. 36 : Paf le piaf

Prolongements

- Exercices psychomoteurs et de langage non-verbal : Traduire (et deviner) par la posture et la mimique quelques expressions et mots de la peur.
- Recherches en mythologie : Quels sont les parents de *Phobos* ? Qui est *Pan* ?
- Exercices sur l'étymologie : Variations lexicales à partir d'autres racines rencontrées (*pédo, agora, claustro, philo…*).

Compétences

Langue française

Enrichir le champ lexical en fonction du projet (1524-26).

Nuancer le lexique en classant (1707-08).

Traiter les unités lexicales en établissant les relations que les mots entretiennent entre eux : familles de mots, synonymes [F35]

de PAS DU TOUT ← **PEUR** → à TERRIBLEMENT !!!

Face à un danger, réel ou non :

JE RESSENS, J'AI DE...

la confiance l'audace	l'assurance la sécurité	l'indifférence	la crainte l'anxiété	l'inquiétude l'insécurité	l'angoisse la frayeur	l'effroi - l'épouvante la panique - la terreur

JE ME SENS, JE SUIS...

			nerveux	inquiet		
amusé	serein	indifférent	craintif	en alerte		
fier	capable	rassuré	fragile	anxieux	effrayé	terrifié
hardi	tranquille	calme	vulnérable	surpris	phobique	épouvanté
audacieux	cool	en sécurité	sur mes gardes	alarmé	angoissé	horrifié
sûr de moi	confiant	à l'aise	tendu	bloqué	stupéfait	paniqué
	placide	réfléchi	crispé	insécurisé	affolé	terrorisé

JE PEUX IMAGER CES SENTIMENTS ET DIRE QUE...

je suis gonflé à bloc	ça roule à l'aise Blaise pas de problème	je suis sur le qui-vive j'ai la frousse je perds contenance je perds les pédales	je suis vert de trouille j'ai la chair de poule je tremble comme une feuille je claque des dents mon sang se fige j'ai des sueurs froides, la peur au ventre, l'estomac noué, la gorge serrée je suis paralysé, tétanisé

J'ai peur : je bloque et je débloque !

Annexe : Enrichir et questionner le champ lexical par l'étymologie

LES MOTS DE LA PEUR D'APRÈS LEUR ÉTYMOLOGIE

HORROR (lat.) = frémissement, hérissement, frissonnement

Noms : horreur — Qualificatifs : horrible, horrifiant

Verbes : horrifier — Adverbes : horriblement

Ce spectacle me fait frémir d'horreur

PAVOR (lat.) = peur

Noms : _____ — Qualificatifs : _____

Verbes : _____ — Adverbes : _____

PAN (nom d'un dieu grec) = Pan, dieu qui provoquait la terreur auprès des humains

Noms : _____ — Qualificatifs : _____

Verbes : _____ — Adverbes : _____

TERROR (lat.) = épouvante ; *terrere* = mettre en fuite, chasser

Noms : _____ — Qualificatifs : _____

Verbes : _____ — Adverbes : _____

INQUIETUS (lat.) = contraire de *quietus* ou *quies* : repos, calme, tranquillité.

INQUIES (lat.) = agitation, trouble

Noms : _____ — Qualificatifs : _____

Verbes : _____ — Adverbes : _____

APPREHENDERE (lat.) = prendre, saisir, fondre sur

Noms : _____ — Qualificatifs : _____

Verbes : _____ — Adverbes : _____

ANGUSTIAE (lat.) = étroitesse, resserrement

Noms : _____ — Qualificatifs : _____

Verbes : _____ — Adverbes : _____

ANXIETAS (lat.) = disposition habituelle à l'inquiétude

Noms : _____ — Qualificatifs : _____

Verbes : _____ — Adverbes : _____