

Thème : La peur

Thèmes apparentés/connexes : Les différentes sortes de peur, les signes indicateurs de la peur, la relativité de la peur, peur réelle et peur imaginaire...

Durée : 100 minutes

Méthode d'animation: CRP

Matériel :

Un « sac à peur », des crayons de couleurs, des feuilles de papier de couleurs format A5, des bâtons de colle.

Fiches « CRP » et « comment questionner philosophiquement ? »

Mise en contexte de la thématique

Nous vous proposons dans cette fiche une approche générale d'une émotion : « la peur » et de ses différentes dimensions, formes ou composantes. Nous interrogeons ainsi à la fois la peur dans son unité (qu'est-ce la peur?) , et dans sa multiplicité (quels sont les différentes peurs?). Par la découverte d'une série d'objets pouvant faire peur, nous allons en effet envisager une typologie de ces peurs nous permettant d'en définir le concept en envisageant les points communs entre ces catégories.

Pour les enfants, c'est l'enjeu d'un réel apprentissage d'identifier leurs émotions et de les distinguer de celles des autres : ce qui me fait peur ne fait peut-être pas peur à tout le monde.

(Cette thématique correspond à la compétence 4 du programme du cours de Philosophie et Citoyenneté en Belgique (Développer son autonomie affective) et plus particulièrement au point 4.1 : Réfléchir à ses affects et ceux des autres (cf. p. 14 du programme).)

Attention : débiter l'atelier par « le sac à peurs » est une manière d'en faire découvrir le thème aux participants. Gardez le mystère ! Il ne faut pas le dévoiler au début de l'atelier.

Préparations :

- du matériel :

Remplissez un sac en toile d'une dizaine d'objets pouvant évoquer différentes peurs. Pensez à équilibrer votre choix entre idées évidentes et idées originales (exemples : une araignée en plastique, une marionnette de loup, un masque de clown, un serpent en plastique, une photo de famille, une moto, une vieilleuse, une fausse seringue, un cahier de devoir, un petit cœur, une figurine d'homme en colère, une poupée abîmée, etc.).

L'objectif est de provoquer une émotion (et croyez-nous, l'effet ne se fera pas attendre!). Notez que plus les participants sont âgés, plus leurs réactions se détacheront des objets présentés pour les considérer d'avantage comme des symboles.

- de l'espace :

Préparez un cercle de chaises (espace d'animation 1) dans une zone distincte de celle des tables (espace d'animation 2).

Déroulé de l'animation en 5 phases :

1. Découverte du sac à peurs
2. Atelier philo
3. Activité corporelle
4. Atelier artistique
5. Retour réflexif

1. Découverte du sac à peurs

Temps estimé : 15-20 minutes

Note méthodologique : Rappel : ne dévoilez pas le thème à l'avance !

Les participants s'installent dans le cercle de chaises. L'animateur sort au hasard un premier objet du sac et le montre à tout le monde, avant de le déposer au centre du cercle (hors de portée). Il fait ensuite passer le sac aux participants, qui font de même.

Quand le sac a fait un tour complet, l'animateur questionne les participants pour leur faire deviner le thème. Exemples : « A votre avis, pourquoi ai-je apporté ce sac ? Quel est le point commun entre ces objets ? De quoi va-t-on parler ? ».

2. Atelier de discussion philosophique

Temps estimé de l'atelier : 30-40 minutes

- voir fiche CRP

- voir fiche « comment questionner philosophiquement ? »

Question de départ : « **Qu'est-ce qui nous fait peur ?** »

Exemples de questions de relance :

Peut-on avoir peur d'une émotion ? De ce qu'on ressent ? D'une idée ?

Peut-on avoir peur de soi-même ?

Peut-on avoir peur sans très bien savoir de quoi on a peur ?

(Formuler ensemble une série de différents objets de peur)

A quoi perçoit-on qu'on a peur ?

Peut-on avoir peur sans savoir qu'on a peur ?

Est-ce qu'on voit quand quelqu'un d'autre a peur ?

(Les signes indicateurs de la peur)

Est-ce que la peur change ? Quand on grandit ? Quand on est en groupe ou quand on est seul ?

(relativité de la peur – Peur individuelle ou collective)

Y a-t-il de « vraies » et de « fausses » peurs ?

Peut-on avoir peur d'une chose qui n'existe pas ?

La peur est-elle différente si son objet est imaginaire ? Peut-on distinguer la peur des monstres, des sorcières ou des dragons par exemple de la peur de tomber et de se blesser ?

(Réel – imaginaire)

A-t-on tous peur des mêmes choses ?

Y a-t-il une seule sorte de peur ou plusieurs ?

(Classer les sortes de peur)

Y a-t-il plusieurs mots pour parler de la peur (crainte, frayeur, pétoche, trouille, terreur, horreur, angoisse,...) ? Permettent-ils de distinguer différentes sortes de peur ou des intensités de peur différentes ?

Quelle est la différence entre la peur et la surprise ?

(Définir la peur)

3. Activité corporelle

Temps estimé de l'atelier : 5 minutes

Note méthodologique :

Passer par l'expression corporelle permet de se mettre dans une autre posture physique, de varier les positions et de penser la thématique de façon différente.

Pour clôturer la discussion, demandez aux participants de mimer une expression de peur.

4. Atelier artistique

Temps estimé de l'atelier : 25 minutes

Les participants s'installent aux tables et choisissent chacun deux feuilles de couleurs différentes.

Sur une feuille ils dessinent ce qui leur fait peur. Sur l'autre, une autre façon d'envisager la peur, en lien avec la discussion.

Par exemples : peur imaginaire, peur motrice ou paralysante...

Les feuilles sont ensuite collées dos à dos

5. Retour réflexif

Temps estimé du retour réflexif : 10 minutes

Le retour est guidé par ces questions :

Tes idées sur la peur se sont-elles modifiées en cours d'atelier philo ?

Que pensais-tu au début que tu ne pense plus maintenant ? Quelles nouvelles idées as-tu ?

D'autres prolongements

Il existe d'autres fiches pour prolonger cette approche générale et envisager par exemple, plus spécifiquement la peur de l'autre. [Voir fiche « Dépersonnalisons la peur »](#)