

Résumé - Echappatoires



Les fonctions et les objectifs des échappatoires

Les échappatoires remplissent plusieurs fonctions

- Un moyen de quitter l'activité Voilà en cours (ou la discussion qui s'y rattache).
- Une alternative complètement extérieure et encadrée à l'activité VOILA.

Ces échappatoires garantissent

- Un cadre de sécurité affective en donnant à chacun.e la possibilité de quitter l'activité si elle devient désagréable, difficile ou insupportable (selon les sensibilités de chacun.e).
- La liberté de participation en proposant d'office une alternative à l'activité VOILA.
- Un soutien émotionnel si besoin, une personne disponible et à l'écoute pour accueillir les émotions fortes qui peuvent parfois s'exprimer.

La posture de la personne qui accueille dans l'échappatoire est importante

- Il faut être conscient.e que la personne accueillante dans l'échappatoire s'expose probablement à des émotions fortes, des confidences lourdes.
- Lorsqu'une personne rejoint l'échappatoire, il est recommandé de calmement lui rappeler qu'elle est là pour elle, autant pour parler de ce qui se passe en elle autant que pour lui laisser un espace. Il ne faut pas avoir peur de laisser du temps et de l'espace à l'autre.
- L'objectif n'est pas de mettre fin aux émotions mais bien d'offrir une présence et un accompagnement dans le vécu de ses émotions. C'est la personne concernée qui sait le mieux ce dont elle a besoin ou envie à ce moment donné.

Il est très important que l'espace dédié à l'échappatoire soit totalement coupé et extérieur à l'activité. On ne doit pas pouvoir entendre, voir ou percevoir l'activité en cours.

Enjeux pratiques

Pour déterminer la forme de l'échappatoire, il faut tenir compte de plusieurs éléments :

- Le degré de risque de l'activité
- Les participant.e.s (âge, maturité, taille du groupe etc.)
- L'environnement (espaces disponibles)

On peut ensuite déterminer et juger s'il y a besoin ou non

- D'un accompagnement pour sortir du groupe jusqu'à l'espace
- D'une personne présente dans l'espace pour accueillir
- De matériel mis à disposition pour se décentrer de l'activité (des jeux qui mettent le corps en mouvement, des supports pour écouter de la musique, du matériel pour dessiner, des livres ou des BDs, des casse-têtes, etc.)
- De préparer de l'eau et des mouchoirs
- De mobilier particulier ou un d'un aménagement spécial (des matelas, des fauteuils etc.)

Pour présenter l'échappatoire

- Il est important de clairement définir à l'avance un signe, un geste ou une parole qui permette aux participant.e.s de communiquer leur intention de quitter l'activité.
- Il est précieux d'encourager les participant.e.s à ne pas se faire violence, à ne pas se mettre de pression pour rester et à ne pas attendre le dernier moment pour quitter l'activité.