



# Manuel de formation des emprunteurs

Programme de développement économique et social des familles démunies

O.N.G Inter Aide - Vahatra

ANTSIRABE

MADAGASCAR

Année  
2010

---

Lot 1118 G 170, Mahazoarivo - 110 Antsirabe Madagascar - BP 197 - vahatr@gmail.com

Tél. 44 481 51 / 032 52 52 153



<b>I- Quelques points d'introduction.....</b>	<b>2</b>
1- Objectifs et intérêts des séances de formation des emprunteurs.....	3
2- Principe d'organisation des formations par rapport au cycle de prêts.....	4
3- Organisation pratique d'une séance de formation.....	5
4- Quelques bons réflexes d'animation à adopter.....	6
<b>II- Les formations économiques.....</b>	<b>7</b>
1- Introduction au développement d'une activité.....	7
2- Le maintien du capital.....	12
3- Le calcul du bénéfice.....	17
4- Formation sur l'épargne.....	21
5- La gestion de stock.....	25
<b>III- Les formations sociales.....</b>	<b>28</b>
6- Pour une alimentation variée et équilibrée, pour une bonne hygiène alimentaire.....	28
7- La relation mari/femme .....	36
8- La relation parent/enfant.....	45
9- La vie en société.....	63
10- Les conflits de génération.....	70

## **I- QUELQUES POINTS D'INTRODUCTION :**

## 1- OBJECTIFS ET INTERETS DES SEANCES DE FORMATION DES EMPRUNTEURS :

La politique de Vahatra en matière d'aide aux plus démunis a toujours été de tenter de donner à ses partenaires un maximum d'outils pour améliorer leurs conditions personnelle et familiale. C'est pourquoi l'ONG propose trois services que sont l'octroi d'un prêt productif, la formation professionnelle et l'accompagnement familial. Mais, dans le cas d'un seul encadrement par le volet MC, on a pu constater que cela ne suffisait pas pour aider les familles démunies à progresser sur un plan humain comme sur un plan économique.

Vahatra s'est donc doté d'un module de « formation en groupe des emprunteurs », dont voici le manuel, afin de promouvoir et d'accompagner au mieux ses partenaires dans leurs activités et même dans leur vie de tous les jours. En effet, en cumulant à la fois des formations économiques et des formations sociales, nous cherchons à nous assurer d'une réelle évolution des conditions socio-économiques des bénéficiaires de nos prêts.

Nos objectifs sont donc :

- De proposer quelques bons réflexes ou de renforcer ceux existant par exemple en matière de tenue des comptes, d'épargne ou de savoir-vivre.
- De modifier certains comportements faisant obstacle au bon développement de leurs activités (croyances, excès, nonchalance...).
- De transférer des connaissances et des compétences nouvelles, nécessaires à la prospérité de leurs activités ainsi qu'à l'épanouissement de leurs familles.

## 2- PRINCIPE D'ORGANISATION DES FORMATIONS PAR RAPPORT AU CYCLE DE PRETS :

A l'heure actuelle, nous proposons des formations avant l'octroi des crédits de manière à faire bénéficier d'au moins une séance de formation à chaque bénéficiaire. Cette première formation consiste en une introduction à la bonne tenue des activités, l'objectif étant que les emprunteurs ne fassent pas de grosses erreurs et commencent à adopter quelques bons réflexes. Cette formation comprend un aperçu de la gestion du budget de l'activité et de celui des familles, de la notion d'épargne et de la tenue des comptes. Ensuite, en fonction des prêts successifs, et des besoins constatés par les équipes des différents volets, Vahatra propose neuf autres thèmes de formation, dont cinq sur des thèmes sociaux. Un thème sera cependant comme un fil rouge à chacune des formations, il s'agit de l'épargne, car les partenaires doivent comprendre l'intérêt majeur de ce moyen pour améliorer leurs conditions de vie futures, comme bouée de sauvetage en cas de dépenses imprévues et comme vecteur de nouveaux projets.

Les formations sont obligatoires pour accéder à un prêt. En cas d'absence constatée d'un partenaire, il ne pourra pas obtenir son prêt. L'objectif à terme est que, à chaque prêt successif, le partenaire dispose d'une des dix formations, en premier lieu sur des thèmes économiques puis sur des thèmes sociaux, selon l'ordre d'apparition dans ce manuel. Etant donné que les formations n'ont été mises en place que récemment, il faut que les partenaires ayant déjà obtenu un certain nombre de prêts successifs « rattrapent leur retard », et assistent aux premières formations.

### 3- ORGANISATION PRATIQUE D'UNE SEANCE DE FORMATION:

- Avant le début de la formation :

TACHES A ACCOMPLIR	OBSERVATIONS
1- Information des participants sur l'heure et le lieu de la formation (au moment de la constitution des dossiers de prêts)	A l'agence proposant la formation correspondant à son niveau de prêt / En fonction de l'heure convenue au sein de chaque agence.  -> Le but visé étant la ponctualité et l'assiduité des bénéficiaires / En cas de retard trop important ou d'absence, l'octroi du prêt est différé, voire annulé.
2- Préparation du lieu de la formation	- Adoption d'une disposition facilitant les échanges (ex : demi-cercle, cercle, fer à cheval si la salle en offre la possibilité).  - Prévision de places assises suffisantes pour les participants.  - Décoration (au besoin) du lieu.
3- Révision du module de formation par le ou les modérateurs	-> Permet d'éviter les improvisations.
4- Prévision et test du matériel de travail	Boîtes à images, papiers, punaises, tableaux, craies, etc. Propreté du tableau, éponges...

- Pendant la formation :

1- Enregistrement du nom des participants	Faire circuler une fiche de présence, signée par chaque partenaire.
2- Etre dynamique, faire participer les partenaires au maximum, utiliser le maximum de supports...	-> Rendre les séances à la fois attractives et instructives pour les participants.  -> Leur en faire comprendre l'intérêt.

<p>3- S'assurer que les partenaires aient bien compris.</p> <p>4- Questions aux participants :</p> <p>5- Leur souhaiter bonne chance dans la poursuite de leur activité et de leurs projets.</p>	<p>A la fin de la séance, demander aux partenaires ce qu'ils ont retenu de la séance.</p> <p>-&gt; Inciter les partenaires à évaluer la formation : contenu, durée, méthode.</p> <p>-&gt; Les inciter aussi à faire des suggestions.</p>
--	--

- Après la formation :

<p>1- Evaluation de la séance</p> <p>2- Rangement des lieux</p> <p>3- Annonce (si besoin est) de la date de la prochaine séance.</p>	<p>-&gt; Discussion des difficultés rencontrées au cours de la séance de formation.</p> <p>-&gt; Révision du manuel de formation : correction ou précision des points obscurs.</p>
--	--

A la suite de ces séances, les conseillers animateurs ne devront pas hésiter à tenter d'apprécier sur le terrain la pertinence des formations proposées, en fonction des partenaires, en évaluant les possibles changements de comportements ou en s'assurant auprès d'eux, grâce à des questions directes ou pièges, de la bonne compréhension du sujet et surtout de l'intérêt des formations, et de leur ressenti vis-à-vis d'elles. Ces observations devront alors donner lieu à des discussions entre les équipes des différents volets et leurs responsables, et si le besoin s'en fait, à une révision du présent manuel.

#### 4- QUELQUES BON REFLEXES D'ANIMATION A ADOPTER :

- **Prendre un court temps de salutation** pour permettre à chacun de se poser : inviter éventuellement les participants à se présenter les uns aux autres ; présenter les visiteurs s'il y en a ; créer un climat de confiance et de sympathie.
- **Régler dès le départ la question des arrivées en retard.** Donner tout de suite les bonnes habitudes, en démarrant l'animation au plus tard 10 minutes après l'heure fixée, même si un seul participant est alors présent (difficile à faire, mais important pour fixer les règles du jeu).
- **Parler de la vie des participants** : donner des exemples concrets pour faire resurgir les émotions et toucher " l'affectif " des participants.
- **Soigner son élocution** : voix forte, gestes, propos clairs. Penser à regarder tous les participants. Garder un contact visuel, notamment avec les participants les plus timides (pour les mettre en confiance).
- **Faire bouger les participants.** Eviter qu'ils s'ennuient ou écoutent passivement les interventions des uns ou des autres. Rendre les participants aussi actifs que possible pendant les animations. Celles-ci doivent être **participatives, gaies, et courtes** (pas plus d'une heure).
- **Ne pas oublier de faire le résumé de l'animation.** Lors de l'animation suivante, démarrer en demandant aux participants ce qu'ils se rappellent de l'animation précédente.
- **Répéter le même message**, aussi souvent que possible, sous différentes formes. C'est le moyen le meilleur pour assurer une bonne compréhension et mémorisation.
- **Faire reformuler aux bénéficiaires.** Vérifier, avant de passer au message suivant, que l'idée précédente a bien été comprise. Demander à un ou deux participants de répéter, avec leurs propres termes, ce qu'ils viennent de comprendre.
- Enfin, ces règles d'animation sont importantes car on considère que l'être humain ne retient que **50 % de ce qu'il voit**, et **15 % de ce qu'il entend**.

## II- LES FORMATIONS ECONOMIQUES :

### INTRODUCTION A LA REUSSITE D'UN PREMIER PRET : GESTION DES BUDGETS DE L'ACTIVITE ET DE LA FAMILLE, TENUE DES COMPTES ET FAMILIARISATION AVEC LA NOTION D'EPARGNE

- Objectif :**
- Bien distinguer le budget familial et le budget de l'activité, en adoptant une vision de moyen/long terme.
  - Faire comprendre aux gens l'intérêt de noter les choses.
  - Apprendre à prévenir les problèmes par l'épargne.

**Destinataires :** Partenaires en Premier Prêt.

**Durée :** 60 minutes.

**Matériel :** Courte BD recto-verso sur la gestion du budget.

Etapes	Contenu	Méthode	Durée
Introduction	<ul style="list-style-type: none"><li>- L'objectif de l'ONG Vahatra est d'accompagner les partenaires vers l'autonomie =&gt; trois prêts au minimum sont nécessaires : <b>vision de moyen/long terme</b>.</li><li>- L'autonomie peut se définir comme la liberté de se gérer soi-même, sans plus dépendre des autres pour les dépenses habituelles de la famille, et les problèmes qui pourraient venir nous gêner la vie.</li><li>- Intérêt des formations : donner aux partenaires un maximum d'outils pour améliorer leurs conditions de vie personnelle et familiale.</li><li>- Question des retards, des absences, des portables allumés pendant les formations...</li></ul>	Discussion	5-10 mn
	---		
Première partie : différence entre budgets de la	Présentation de la petite BD, laisser les gens regarder tranquillement, pendant quelques minutes.  Questions/Réponses : <ul style="list-style-type: none"><li>- De quoi ces images parlent-elles ?</li></ul>	Utilisation de l'outil BD  Jeu de questions/	10 mn





famille et de l'activité.	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Du capital. Le montrer sur les images.</li><li>✓ Du budget de la famille et de l'activité.</li><li>✓ Bien faire le lien et la différence entre les deux dans l'esprit des gens.</li><li>- Est-ce que vous diriez que ces images sont positives ? Si oui, pourquoi ?<ul style="list-style-type: none"><li>✓ prêt avec Vahatra permet d'améliorer les conditions de vie...</li></ul></li><li>- Alors, qu'y a-t-il de négatif pour vous dans cette séquence d'images ?<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Mélange des budgets famille et activité</li><li>✓ Diminution du capital</li><li>✓ Mauvaise gestion des stocks...</li></ul></li></ul>	réponses	
Synthèse de la première partie	<p>PREMIERE IDEE : il faut avoir une <b>vision de moyen/long terme</b>, ce n'est qu'en augmentant progressivement mon capital et en gérant de façon intelligente mon argent que je pourrais améliorer mes conditions de vie sur le long terme.</p> <p>Commencer à insister sur l'épargne. Qu'aurait du faire la personne pour acheter ces objets tout en conservant son capital ?</p> <p>→ De l'épargne =&gt; pourquoi Vahatra demande de l'ELP, évoquer l' « épargne volontaire » / FGA.</p> <p>Pour nous, vendeur, il y a deux types de dépenses :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Les dépenses quotidiennes à la maison comme les Produits de Première Nécessité (PPN). Par exemple l'alimentation, l'habillement, etc.</li><li>- Les dépenses liées à l'activité comme la constitution des stocks, la patente, ou les frais de transport.</li></ul> <p>Il faut donc :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Bien gérer les bénéfices, et toujours en conserver une partie pour son activité.</li><li>- Satisfaire les besoins vitaux avant le reste.</li><li>- Eviter la diminution du capital, et ne l'utiliser que pour l'activité.</li></ul>	Exposé	10 mn





Synthèse de la deuxième partie.	<p>DEUXIEME IDEE : pour avoir une vision de long terme et améliorer irréversiblement mes conditions de vie, il me faut <b>augmenter progressivement mon capital et gérer intelligemment mon argent</b>.</p> <p>Il faut donc que je sache en permanence la valeur de mon capital, <b>si je gagne effectivement de l'argent, et comment j'en gagne</b>. C'est-à-dire que si je ne vends en moyenne que 80 œufs par jour, il ne faut plus que j'en achète 100. Si la concurrence vend ses œufs 150 Ar, il ne faut pas que je les vende à 200. C'est pourquoi il est nécessaire d'avoir des comptes écrits, pour pouvoir se rendre compte de ma situation, et agir en conséquence.</p> <p>Pour cela, il faut <b>compléter journallement le cahier de tenue de compte</b> avec la recette, le prix de vente des marchandises vendues puis calculer le BENEFICE chaque soir après la vente. Avec ceci, on peut par exemple se rendre compte que le lundi, j'arrive généralement à vendre 120 œufs, et le mercredi que 80... Je peux donc adapter mes stocks en conséquence.</p> <p style="text-align: center;">---</p>	Exposé	5 mn
Conclusion	<p>Leur demander de répéter les idées :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- qu'avez-vous retenu de cette formation ?<ul style="list-style-type: none"><li>✓ à quoi sert le capital de l'activité, et pourquoi vouloir toujours l'augmenter.</li><li>✓ les deux types de dépenses, à ne pas mélanger.</li><li>✓ l'intérêt de l'épargne.</li><li>✓ la tenue des comptes.</li></ul></li></ul> <p>Questions aux participants :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Inciter les partenaires à évaluer la formation : contenu, durée, méthode.</li><li>- Les inciter également à donner des suggestions.</li></ul> <p>« Je vous remercie de votre attention et vous dit à la prochaine formation ! ».</p>	Exposé	3 mn
		Discussion	2 mn





<p>l'appelle en français. Cela veut dire que c'est différent d'une poésie, d'un conte ou d'une histoire. Les fables plus connues ont été écrites il y a près de 350 ans par La Fontaine, un des auteurs français les plus célèbres.</p> <p>Alors qu'est-ce qu'une fable selon vous ?</p> <ul style="list-style-type: none"><li>→ C'est une histoire courte et drôle qui a pour but d'apprendre quelque chose au lecteur tout en le distrayant. Elle est généralement imaginaire, et cache une vérité, une moralité (c'est-à-dire un grand principe, une règle de conduite).</li><li>→ La Fontaine met en général plutôt des animaux en scène dans ses fables.</li></ul> <p>De quoi parle la fable ?</p> <ul style="list-style-type: none"><li>→ D'une chasse au trésor. Le père fait croire à ses enfants qu'un trésor est caché dans son champ, alors ils le cherchent, mais ne le trouvent pas. En fait, c'était une image : pas de trésor fait d'or et d'argent mais une récolte bien meilleure après avoir travaillé la terre.</li></ul> <p>Quelle morale, quelle idée derrière la fable ?</p> <ul style="list-style-type: none"><li>→ Le trésor est en chacun de nous, c'est à nous de le rendre réel par nos qualités et notre travail.</li></ul> <p>Donc, de quel sujet allons-nous parler maintenant ?</p> <ul style="list-style-type: none"><li>→ Nous allons parler du capital de votre activité.</li></ul> <p>Pourquoi ? Quel rapport avec le capital et avec vous ?</p> <ul style="list-style-type: none"><li>→ On ne vous a pas fait lire ce texte pour vous dire qu'il fallait travailler plus, mais parce que dans cette histoire, le champ est comme le capital de votre activité. Et, plus on s'en occupe, plus on en prend soin, plus on le fructifie, plus il va rapporter.</li></ul>	<p>Exemple : Tina vend des pains au marché. Chaque matin, elle se constitue un stock de 100 pains, qu'elle achète 200 Ar l'unité.</p> $100 * 200 \text{ Ar} = 20\,000 \text{ Ar}$ <p>Elle paie 1 000 Ar de frais de transport, donc pour aller au marché, elle doit avoir en main ?</p> $20\,000 \text{ Ar} + 1\,000 \text{ Ar} = 21\,000 \text{ Ar}$	<p>Exercice, faire participer les gens</p>	<p>15 mn</p>
--	---	--	--------------



	<p>Elle revend ses pains à 300 Ar l'unité et aujourd'hui elle a vendu 90 pains :</p> <p>Produit vendu = ? : <math>90 * 300 \text{ Ar} = 27\,000 \text{ Ar}</math></p> <p>Produit non vendu = ? : <math>10 * 300 \text{ Ar} = 3\,000 \text{ Ar}</math></p> <p>-&gt; Quel est son capital ?</p> <p><u><math>100 \times 200 \text{ Ar} + 1\,000 \text{ Ar (frais)} = 21\,000 \text{ Ar}</math></u> (argent dont elle a besoin pour reconstituer son stock).</p> <p>ou</p> <p><math>27\,000 \text{ Ar (produits vendus)} + 3\,000 \text{ Ar (produits restants)} + 1\,000 \text{ Ar (frais)} = 31\,000 \text{ Ar}</math>.</p>		
Définition	<p>Capital se dit « <b>renivola</b> » en malgache. Ce mot vient de la combinaison de <b>reny</b> et <b>vola</b> :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <b>Reny</b> = mère, est une personne très importante car elle est une source de vie. C'est elle qui s'occupe le plus de la famille.</li><li>- <b>Vola</b> = argent, le proverbe malgache dit « ny vola no hozatry ny fiainana » [l'argent est le muscle de la vie].</li></ul>	Exposé	5 mn
IDEE :	<p>Ce n'est qu'en essayant de <b>toujours augmenter mon capital</b> que mon activité rapportera toujours plus d'argent et que mes conditions de vie s'amélioreront.</p> <p>→ Faire le lien avec la fable : augmenter son capital = avoir plus de terres, plus d'employés, de meilleures graines, un autre cheval, etc.</p> <p>→ Pour Tina, vendre 200 pains par jour au lieu de 100, vendre en plus des beignets, etc.</p>		
Formule	<p><b>CAPITAL = PRODUITS/STOCK</b> (ce qu'il reste à vendre) + <b>CASH</b> (revenus de l'activité pour reconstituer le stock et les dépenses de l'activité + crédit aux clients) + <b>MATERIEL</b> (balance, machine, stand...).</p> <p>→ Faire le lien avec la fable : imaginons qu'un des enfants soit propriétaire et que les autres soient ses employés. Son capital = champ + heures de travail + pelles + cheval + charrue + graines + récolte, etc.</p>		



La diminution du capital et ses causes	<p>→ = ce qu'il faut faire avec son capital, à quoi il sert, son importance majeure.</p> <p>→ Maintenant, nous allons voir ce qu'il ne faut pas faire avec le capital.</p> <p>Souvent, on constate une diminution du capital dans les activités, c'est ce qu'il ne faut surtout pas faire, rappelez vous de votre première formation. Et, en général, beaucoup de gens ne savent pas que leur capital diminue et pourquoi il a diminué.</p> <p>Mise en place d'un petit jeu. Chacun à son tour, chaque partenaire doit donner une raison possible de la diminution du capital, celui qui n'a pas d'idées ou donne une réponse déjà dite perd.</p> <p>Les réponses potentielles peuvent être classées en six catégories (en gras les réponses acceptées) :</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1- <u>Détournement</u> =&gt; utilisation de l'argent de l'activité à d'autres causes : <b>maladie, décès, naissance, rentrée scolaire, fête, famadihina...</b></li><li>2- <u>Comportement du marché</u> =&gt; <b>baisse de la vente</b>, hausse de la <b>concurrence</b>, vente de produits ne correspondant plus aux <b>besoins des clients...</b></li><li>3- <u>Comportement du vendeur</u> =&gt; laisse trop souvent vendre ses jeunes <b>enfants</b>, mauvaise <b>attitude</b> vis-à-vis de la clientèle, vente à <b>crédit</b>, vente de produits de <b>mauvaise qualité</b>, <b>détérioration du lieu de vente</b>, <b>pas de tenue de compte</b>, <b>vente à perte...</b></li><li>4- <u>Evènement extérieur</u> =&gt; <b>vol, cyclone...</b></li><li>5- <u>Dépenses folles</u> =&gt; <b>tentation</b> (par exemple manger quatre à cinq goûters par jour, acheter spontanément des vêtements), <b>jeux d'argents, abonnement téléphonique...</b></li><li>6- <u>Croyances</u> =&gt; Dépendance en <b>Dieu</b> ou au <b>destin</b>.</li></ol>	Forme d'un jeu.	20 mn
Solutions	Si réponse numéro 6 ou autre non trouvée, faire le jeu du téléphone arabe : chuchoter une phrase dans l'oreille d'un participant qui la transmet à son voisin,	Brainstorming : faire parti-	

	<p>et ainsi de suite jusqu'au dernier. Par ex :</p> <p>-&gt; « Notre réussite ne dépend que de nous ».</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1- On ne peut pas éviter les maladies, les décès mais on peut se préparer à l'avance en faisant de l'épargne. Insister sur l'épargne.</li> <li>2- Diversifier ses produits jusqu'à trouver ceux qui se vendent le mieux.</li> <li>3- Faire de son mieux pour être toujours présent pendant l'activité, ne pas laisser un enfant ou quelqu'un d'autre s'occuper de l'activité. « Savoir vendre » : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Propreté</li> <li>• Accueil chaleureux</li> <li>• Produits de bonne qualité</li> <li>• Bonne gestion du stock</li> <li>• Diversifier les produits pour lutter contre la concurrence.</li> </ul> </li> <li>4- L'épargne permettra la reconstitution du capital.</li> <li>5- Bien calculer son budget, et déterminer si une partie peut-être consacrée à autre chose que contenter ses besoins de première nécessité.</li> <li>6- On ne laisse pas à Dieu seul la marche de l'activité mais il faut faire des efforts, persévérer, et prendre ses responsabilités.</li> </ol> <p style="text-align: center;">---</p>	<p>ciper les partenaires, à chaque cause, leur demander quelle serait pour eux la solution. Penser à résumer avant les six grandes causes, si possible les écrire au tableau.</p>	
<p>Conclusion, et exemples</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Le capital ressemble à une voiture dont vous êtes le chauffeur. Si vous êtes un mauvais chauffeur, vous n'achetez que des pneus usagés, ou du carburant mélangé avec de l'eau, vous ne prenez pas soin du moteur. Vous prenez donc le risque que la voiture ne roule plus. Vous dégradez votre capital puisque la voiture vaut de moins en moins d'argent.</li> </ol> <p>A l'inverse, un bon propriétaire va essayer de rendre la voiture plus belle et plus résistante afin d'atteindre la destination voulue sans souci.</p>	<p>Exposé</p>	<p>5-10 mn</p>





Fin	<p>-&gt; Un bon gestionnaire garde son capital et essaie de l'augmenter afin d'avoir plus de bénéfices. Il pourra alors subvenir plus facilement à ses besoins vitaux et réaliser peut-être d'autres projets.</p> <p>2. Prenons un autre exemple, celui de la culture du riz. Si chaque année, le paysan pense à sélectionner des graines au lieu de manger ou de vendre toute la production, il s'assure d'une récolte toujours importante et de qualité d'une année sur l'autre.</p> <p>A l'inverse, si le cultivateur ne pense pas à mettre de côté des semences, il prend le risque de ne plus pouvoir semer voire de s'endetter gravement pour acheter des graines. Il a une vision de court terme, car après il ne pourra plus cultiver.</p> <p>-&gt; Dans ce cas, maintenir son capital, c'est entretenir son champ même durant la saison sèche, sélectionner des semences, et prévoir suffisamment d'argent pour les dépenses liées à la culture de riz (labour, repiquage, etc.), c'est-à-dire faire de l'épargne.</p> <p style="text-align: center;">---</p> <p>Leur demander de répéter les idées :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- qu'avez-vous retenu de cette formation ?<ul style="list-style-type: none"><li>✓ calcul du capital</li><li>✓ définition du capital</li><li>✓ causes et solutions à la diminution du capital</li></ul></li></ul> <p>Questions aux participants :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Inciter les partenaires à évaluer la formation : contenu, durée, méthode.</li><li>- Les inciter également à donner des suggestions.</li></ul>	Discussion	5 mn
-----	---	------------	------

## LE CALCUL DU BENEFICE

**Objectif** : Savoir distinguer la recette et le bénéfice.

**Destinataires** : Partenaires en Prêts Successifs.

**Matériel** : manuel des jeux brise-glaces.

**Durée** : 60 minutes.

Étapes	Contenu	Méthode	Durée
Introduction	<ul style="list-style-type: none"><li>- Quelqu'un veut-il parler de son activité, et des difficultés qu'il a rencontrées ? Débat en groupe sur les possibles solutions.</li><li>- Jeu brise-glace : consulter le manuel des jeux brise-glace.</li><li>- Qu'avez-vous retenu de la formation précédente ?</li></ul>	Discussion	10 mn
Exposé introductif	<p>Faire deviner le thème du jour à partir de l'histoire suivante :</p> <p>Rakoto et Rabe sont 2 vendeurs de légumes dans le quartier de Tsena sabotsy. Leur travail (activité) consiste à aller acheter des légumes à la campagne chez des grossistes, à transporter ces légumes jusqu'à leur étalage et enfin à les vendre au kilo au marché de Tsena sabotsy.</p> <p>Ils ont tous les 2 comme objectifs de faire de l'épargne et dans un an d'acheter un terrain pour construire une maison.</p> <p>Rakoto et Rabe font donc le même travail, ils vendent les mêmes quantités, ils ont autant de clients chacun.</p> <p>Au bout d'un an Rakoto dit à Rabe qu'il est prêt pour acheter le terrain et lui demande quand lui sera prêt pour acheter son terrain.</p> <p>Rabe n'arrive pas à lui répondre parce qu'il n'a pas fait d'épargne et n'a pas calculé combien lui à rapporté son</p>	Exposé	5 mn
		Questions/	5 mn



Définition	<p>activité.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Que peut-on conclure de cette histoire ? Qu'est ce qui paraît important ?<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Histoire qui résume un peu les formations précédentes : intérêt de constituer de l'épargne et de noter les choses.</li></ul></li><li>- De quoi allons-nous parler aujourd'hui ?<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Du calcul du bénéfice.</li></ul></li></ul> <p>Le bénéfice, c'est le <b>salaires de l'activité</b>, c'est ce qu'on a gagné une fois qu'on a enlevé toutes ses dépenses. C'est son revenu.</p> <p>Le bénéfice est différent de la recette. La recette c'est l'argent qu'on a dans la journée, ce n'est pas l'argent qu'on a gagné. La recette sert d'une part à reconstituer son capital (racheter les marchandises dont on a besoin pour son activité) et d'autre part à produire un bénéfice.</p> <p>Ce bénéfice peut-être utilisé de différentes façons :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Comme un salaire classique : nourriture, loyer, santé, etc.</li><li>- Par la constitution d'un peu d'épargne.</li><li>- Par le réinvestissement dans l'activité pour augmenter son capital.</li></ul>	réponses	
Exercice pratique	<p>Revenons sur la notion de bénéfice. Et prenons un exemple : les 3 kilos de pommes (soit 30 pommes).</p> <p><u>Q1/ J'ai acheté 3 kg de pommes à 500 Ariary le kilo et j'ai dû payer 300 Ariary de frais de transport</u></p> <p>Combien ai-je dépensé en tout ? (calcul du prix d'achat global)</p> <p>→ Réponse : <math>3 \times 500 \text{ Ar} + 300 \text{ Ar} = 1800 \text{ Ar}</math></p> <p>Combien m'a coûté l'achat d'une pomme ? (calcul du prix d'achat unitaire)</p> <p>→ Réponse : <math>1800 \text{ Ar} / 30 = 60 \text{ Ar}</math></p>	Exposé	5 mn
		Exercices	20 mn



Q2/ Je vends chaque pomme 100 Ar.

Pour combien vais-je vendre en tout ? (calcul du prix de vente global) = calcul de la recette

→ Réponse :  $100 \text{ Ar} \times 30 = 3000 \text{ Ar}$

Quelle est ma recette ?

→ Réponse : 3000 Ar

Il est très important de connaître sa recette de tous les jours car c'est elle qui permet de reconstituer mon capital et de connaître mon bénéfice.

Q3/ Quel est mon bénéfice global ?

→ Réponse :  $3000 \text{ A} - 1800 \text{ A} = 1200 \text{ A}$

Formule de calcul du bénéfice :

→ Bénéfice = prix de vente - prix de revient

Quel est mon bénéfice par pomme vendue ? (calcul du bénéfice unitaire)

→ Réponse :  $100 \text{ A} - 60 \text{ A} = 40 \text{ A}$

Que se passe-t-il si je vends chaque pomme à 60 A ?

→ Réponse :  $60 \text{ A} \times 30 = 1800 \text{ A} = \text{ma recette}$

Quel sera mon bénéfice ?

→ Bénéfice =  $1800 \text{ A} - 1800 \text{ A} = 0$

→ Réponse : il n'y a pas de bénéfice

Que se passe-t-il si je vends chaque pomme à 40 A ?

→ Réponse :  $40 \text{ A} \times 30 = 1200 \text{ A} = \text{ma recette}$

Quel sera mon bénéfice ?

→ Réponse :  $1200 \text{ A} - 1800 \text{ A} = -600 \text{ A}$

→ Il n'y en a pas, il y a une perte de 600 A

On appelle le contraire du bénéfice les pertes.



Synthèse	<p style="text-align: center;">---</p> <p>Faire des calculs, tenir ses comptes tous les jours permet de connaître sa recette et surtout son bénéfice journalier. Si je connais mon bénéfice, je sais la somme que je peux dépenser ou épargner.</p> <p>En effet mon bénéfice doit me servir à couvrir mes dépenses et à faire de l'épargne. Le bénéfice = profit = mon salaire = argent que je peux dépenser ou épargner sans toucher à mon capital = il représente mes gains.</p> <p>Quelle leçon peut-on tirer de ce jeu ? Lorsqu'on cherche à chaque approvisionnement à connaître son bénéfice, on peut éviter de vendre à perte, on contrôle ainsi ses dépenses et on épargne plus facilement</p>	Exposé	5 mn
Conclusion et fin	<p style="text-align: center;">---</p> <p>Qu'avez-vous retenu de cette formation ?</p> <p>→ Rappeler les notions apprises : recette / bénéfice / prix d'achat / prix d'achat unitaire / prix de revient / prix de vente / prix de vente unitaire</p> <p>Pour maintenir mon activité, je dois m'assurer une marge bénéficiaire par la bonne négociation à l'achat, suivre périodiquement mes bénéfices et surveiller mes dépenses.</p> <p>Questions habituelles.</p>		10 mn

## FORMATION SUR L'ÉPARGNE

**Objectif** : Être capable d'assurer l'avenir et de surmonter les difficultés.

**Destinataires** : Partenaires en Prêts Successifs.

**Durée** : 60 minutes

**Matériel** : fable de La Fontaine, La cigale et la fourmi

Étapes	Contenu	Méthode	Durée
Introduction	<p>Vous en êtes à plusieurs prêts successifs, quelles différences dans votre vie ?</p> <p>Rappel sur l'objectif de VAHATRA :</p> <p>-&gt; Être autonome c'est avoir un capital suffisant qui génère un revenu stable, et une épargne confortable pour l'avenir.</p> <p>-&gt; Nous allons continuer à parler dans cette formation des moyens de parvenir à cette autonomie.</p>	Discussion libre	5 mn
Utilisation de la fable de LF : la cigale et la fourmi	<p>Laissez les participants lire tranquillement la fable pendant une à deux minutes.</p> <p>Si vous faites face à des partenaires qui n'ont encore jamais vu de fable, la présenter comme dans la formation sur le maintien du capital. Si à l'inverse, ils ont déjà vu la fable du laboureur et ses enfants, résumer brièvement :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- écrites il y a près de 350 ans par La Fontaine, un des auteurs français les plus célèbres.</li><li>- Définition : histoire courte et drôle qui a pour but d'apprendre quelque chose au lecteur tout en le distrayant. Elle est généralement imaginaire, et cache une vérité, une moralité (c'est-à-dire un grand principe, une règle de conduite).</li><li>- La Fontaine met en général plutôt des animaux en scène dans ses fables. C'est le cas ici.</li></ul> <p>De quoi parle la fable ?</p> <p>→ D'une cigale qui n'a pas pensé à préparer l'hiver, en faisant des réserves de nourriture, et qui vient demander à la fourmi de la sauver.</p>	Questions / Réponses	10 mn



	<p>Pourquoi la fourmi refuse-t-elle de l'aider ?</p> <p>→ Parce qu'elle n'a pas assez de nourriture pour elle-même. Parce qu'elle n'a pas envie d'aider quelqu'un qui n'a fait aucun effort. Parce qu'elle pense qu'elle ne sera jamais remboursée</p> <p>Qu'auriez vous fait vous à la place de la fourmi ?</p> <p>→ Petit débat : aider ou pas la cigale ?</p> <p>Quelle morale, quelle idée derrière la fable ?</p> <p>→ On n'a que ce que l'on mérite. Si on ne travaille pas, si on ne prévoit pas pour l'avenir, on devient totalement dépend de la volonté des autres. On n'est plus du tout autonome.</p> <p>Donc, de quel sujet allons-nous parler maintenant ?</p> <p>→ Nous allons parler de l'épargne.</p> <p>Pourquoi ? Quel rapport avec l'épargne et avec vous ?</p> <p>→ Faire de l'épargne, c'est le meilleur moyen pour ne pas se retrouver dans la même situation que la cigale, c'est le meilleur moyen pour parvenir à l'autonomie. La fourmi, en faisant des réserves de nourriture pour l'hiver, a fait de l'épargne, ainsi elle est devenue totalement autonome.</p>		
Définition	L'épargne est une part du bénéfice que l'on a mis de côté pour les dépenses à venir.	Exposé	2 mn
Utilité	<p>La vie est pleine d'imprévus, d'événements et de problèmes. Sans projet, on ne peut espérer un avenir meilleur. Ainsi il faut mettre régulièrement quelque chose de côté pour faire face à un avenir incertain. L'épargne permet non seulement d'affronter les problèmes à venir, mais aussi de réaliser ses propres projets.</p> <p>Certains ne font pas d'épargne, et lorsque survient un problème, ils sont obligés d'emprunter, et de rembourser petit à petit. Ils sont alors totalement dépendants des autres, et ils prennent le risque, comme la fourmi, de se retrouver sans rien.</p>	Brainstorming + Synthèse de la formatrice	5 mn



<p>Les différentes formes de l'épargne</p> <p>Idée</p>	<p>REMARQUE :</p> <p>Les Imprévus : maladie, l'activité n'a pas marché L'avenir : Fête, rentrée scolaire, Projet : achat de terrain, construction de maison...</p> <p><u>Epargne en cash</u> : (PRIORITE)</p> <ul style="list-style-type: none"><li>→ Peut être utilisée à tout moment en cas de besoin.</li><li>→ Mais il faut faire attention à la tentation afin de ne pas la dépenser facilement.</li></ul> <p><u>Epargne en nature</u> (cochon, or, culture)</p> <ul style="list-style-type: none"><li>→ Ne peut pas être dépensée tout de suite</li><li>→ Peut y avoir des pertes comme dans le cas d'une vente à perte face à un besoin urgent d'argent</li></ul>	Brainstorming	10mn
<p>Moyens pour constituer de l'épargne</p>	<p>Faire de l'épargne en cash d'abord pour les imprévus surtout. Quand on a assez de cash, on peut en utiliser une partie pour faire de l'épargne en nature.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Une bonne gestion des bénéfices et des dépenses</li><li>- Bien distinguer les dépenses folles des dépenses inévitables</li><li>- Eliminer les dépenses superflues.</li></ul>		5 mn
<p>Lieu pour mettre de l'épargne</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- A la maison : peut être pris à tout moment en cas de besoin / peut être dépensé plus facilement, volé ou brûlé ou mangé par les rats... Pas d'intérêt.</li><li>- Dans une institution telle que VAHATRA : permet d'avoir des intérêts 4,5% par an, facile à faire, permet de constituer plus d'épargne, c'est en sécurité / ne peut pas être retiré le samedi, le dimanche, la nuit...</li><li>- Caisse d'épargne, banque, poste : en sécurité, comme Vh. Sauf que chez Vh, le partenaire vient déjà chaque semaine pour rembourser, donc plus pratique. Intérêt plus haut chez Vh.</li></ul>		5 mn





Conclusion	Mettre un peu d'épargne à la maison et beaucoup chez VAHATRA.		
Evaluation	<p>Il est avantageux de constituer de l'épargne. Cela permet, non seulement, de se sentir tranquille en cas de difficultés imprévues (maladie, événement familial...), mais aussi, de réaliser ses projets.</p> <p>Qu'on le veuille ou non, on est obligé de faire de l'épargne dans la vie de tous les jours pour faire face aux problèmes, sinon on est toujours en dette. Il vaut donc mieux faire de l'épargne à l'avance.</p> <p>Rédaction de poèmes par les participants. But : Mettre en avant l'importance et les avantages de l'épargne.</p>		5mn
		Travaux de groupe	10mn

## LA GESTION DE STOCK

### Objectifs :

- Eviter la perte ou la rupture de stock => avoir le réflexe de ranger et d'évaluer son stock fréquemment.
- Satisfaire, dans les meilleurs délais, les besoins de sa clientèle.
- Bien suivre le fonctionnement de son activité, en sachant avec quelle régularité l'on a besoin de racheter auprès du fournisseur tel ou tel produit.
- Maîtriser la notion de durée de vie des produits (cf. produits périssables).

**Destinataires** : Partenaires en Prêts Successifs.

**Matériel** : photographies et histoires des partenaires d'Inter-Aide

**Durée** : 60 minutes.

Etapes	Contenu	Méthode	Durée
Introduction	Présenter quatre success stories (belles histoires) différentes, avec photos. Chaque success story devra être accompagnée d'une réussite particulière d'un partenaire historique d'Inter-Aide. Demander aux participants celle qui les a le plus touché, et pourquoi.	Discussion	10 mn
Début de la formation	Dans ces photos, quelque chose d'autre aurait normalement dû vous frapper... -> Réponse : la qualité et la quantité du stock chez chaque partenaire.	Discussion	5 mn
Questions/ réponses	C'est ce dont nous allons parler aujourd'hui, en essayant de nous confronter aux questions suivantes : 1. Que vous évoque la notion de stock ? - C'est l'ensemble des marchandises invendues. - C'est la valeur des marchandises en réserve et disponibles à la vente.  2. Que vous évoque la notion de rupture de stock ? On parle de rupture de stock lorsque l'on n'est plus capable de fournir un produit à un client parce que l'on ne l'a plus en rayons.	Q/R	15 mn

<p>Les techniques de la gestion de stock</p>	<p>3. Quelle différence avec le capital ?          Souvenez-vous, pour calculer le capital de notre activité, il faut additionner la valeur du matériel, le montant en cash dans la caisse, et la valeur de notre stock. Le stock n'est donc qu'une partie du capital.</p> <p>4. En quoi est-ce important de savoir gérer son stock ?          La gestion de stock permet de :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Connaître la quantité et la valeur de notre stock encore disponible.</li> </ul> <p>A partir de là, je sais en « temps réel » quel produit j'ai encore en rayon et quel autre je n'ai plus. Sachant cela, il devient plus facile de déterminer le point de commande, c'est-à-dire le moment où il faudra penser à commander de nouveaux produits pour ne pas risquer la rupture de stock.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Déterminer la quantité juste de marchandises à acheter pour ne pas risquer de perdre de l'argent en achetant trop.</li> <li>- Déterminer la période de réapprovisionnement, c'est-à-dire le moment où j'aurai le plus de produits à acheter, tout en ne risquant pas la rupture de stock, pour avoir des coûts de transports les plus faibles possibles.</li> <li>- Gérer les produits périssables.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bien compter et ranger ses produits chaque soir.</li> <li>- Se réapprovisionner à temps pour éviter une rupture de stock.</li> <li>- Acheter des produits de bonne qualité.</li> <li>- Eviter de constituer un stock élevé de produits périssables.</li> </ul>	<p>Exposé</p>	<p>5 mn</p>
<p>Outil pratique</p>	<p>En fin de journée, vous devez être capable de remplir ce type de tableau, pour chaque produit. Par exemple, vous avez constitué ce matin votre stock de 50 kgs de bananes, en avez vendu 40 et 5 ont pourri.          Comment remplir ce tableau ?</p>	<p>Exercices par groupe</p>	<p>15 mn</p>

	Désignation	Achat	Vente	Perte	Stock		
	Bananes	50 kgs	40 kgs	5 kgs	5 kgs		
	<i>En valeur</i>	<i>20000 Ar (50X400)</i>	<i>20000 Ar (40X500)</i>	<i>2500 Ar (5X500)</i>	<i>2500 Ar</i>		
Conclusion	<p>En conclusion, pour bien gérer nos stocks, il y a cinq choses importantes :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Compter et ranger ses produits chaque soir.</li> <li>- Ne pas attendre la rupture de stock avant de se réapprovisionner.</li> <li>- Bien gérer la quantité à acheter.</li> <li>- Bien savoir la quantité de stock à constituer pour chaque produit.</li> <li>- Connaître le point de commande.</li> </ul> <p>Et peu importe la forme du tableau que vous utilisez, il faut que vous sachiez en permanence la valeur de votre stock, si vous gagnez de l'argent, et grâce à quoi vous le gagnez.</p> <p>C'est grâce à ce type d'outils que vous vous réapprovisionnez en quantité et qualité suffisantes chaque jour, que vous n'achèterez pas trop de produits périssables, et donc que vous gagnerez un maximum d'argent.</p>					Exposé	7 mn
Fin	<p>Questions habituelles : qu'avez-vous retenu de la formation, etc.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Définition du stock, différence avec le capital</li> <li>✓ Notion de rupture de stock</li> <li>✓ Point de commande, période de réapprovisionnement, gestion des produits périssables...</li> <li>✓ Le tableau de gestion des stocks</li> <li>✓ Intérêt de bien compter et ranger ses produits chaque soir.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Inciter les partenaires à évaluer la formation : contenu, durée, méthode.</li> <li>- Les inciter également à donner des suggestions.</li> </ul>					Discussion	3 mn

### III- LES FORMATIONS SOCIALES :

#### POUR UNE ALIMENTATION VARIEE ET EQUILIBREE, POUR UNE BONNE HYGIENE ALIMENTAIRE

**Objectif :** - Amener les participants à prendre l'habitude de manger et de préparer des aliments variés et équilibrés, afin d'être en bonne santé et de grandir normalement.

- Faire que l'augmentation des revenus s'accompagne quasi automatiquement d'une diversification des habitudes alimentaires.
- Donner des réflexes d'une bonne hygiène alimentaire.

**Destinataires :** Partenaires en Prêts Successifs.

**Durée :** 60 minutes.

**Matériel :** images des trois groupes d'aliments, et des maladies.

Etapes	Contenu	Méthode	Durée
Introduction	<p>Aujourd'hui, nous n'allons pas, comme lors de vos formations économiques, parler de la meilleure façon de réussir votre activité. Mais nous allons tenter d'évoquer les conséquences de la réussite de vos différents prêts sur votre vie de tous les jours. L'augmentation de vos revenus a normalement du s'accompagner d'un changement dans vos habitudes alimentaires.</p> <p>Vous mangez probablement plus, mais mangez vous mieux ?</p> <p>Beaucoup de gens ne connaissent pas l'importance d'une alimentation équilibrée aussi bien pour le corps que pour l'esprit. De même, ils ignorent que les besoins nutritionnels varient selon l'âge, les activités ou l'état de santé d'une personne.</p> <p>C'est de cela dont nous allons parler aujourd'hui : votre santé physique et mentale dépend très fortement de votre capacité à vous nourrir de façon équilibrée et variée.</p>	Exposé	3 mn



<p>Importance de l'alimentation variée et équilibrée</p>	<p>Que vous évoque le terme de « malnutrition » ? → Déf. : manque, excès, mauvais équilibre des apports alimentaires.</p> <p>Quels problèmes peuvent être selon vous liés à la malnutrition ? Chez l'enfant ? Chez l'adulte ?</p> <p><u>Importance pour l'enfant :</u> Une bonne alimentation est indispensable au bon développement aussi bien physique que mental de l'enfant. Une nourriture suffisante, équilibrée et bien répartie dans la journée, augmente ses chances de réussite scolaire, sociale et personnelle. Quand un enfant ne mange pas suffisamment d'aliments diversifiés, il tombe malade et s'arrête de grandir.</p> <p><u>Importance pour l'adulte :</u> Chaque personne vivante a besoin de manger sainement pour s'épanouir, pour avoir la force de travailler et être toujours en bonne santé. Une alimentation non variée et non équilibrée peut entraîner de la fatigue, de l'anémie, des plaies au niveau de la bouche, des gonflements au niveau des pieds, des bourdonnements d'oreilles...</p>	Discussion	5 mn
<p>1° partie : les risques d'une mauvaise alimentation.</p>	<p>Plusieurs maladies graves sont liées à une mauvaise alimentation. On peut citer par exemple :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Sécheresse des yeux et cécité, par manque de vitamine A =&gt; manque de légumes et de fruits. La diarrhée et les infections respiratoires ont la même cause.</li><li>- Le goitre : provoqué aussi bien avant l'accouchement qu'après par un manque de sel et d'huiles iodés dans la jeunesse de l'enfant. Entraîne des retards intellectuels importants.</li><li>- Les repas pauvres en viande, en poisson et en légumes secs sont à l'origine d'un manque de fer dans l'organisme, et provoquent anémie,</li></ul>	Exposé	3 mn
		Exposé	10 mn

	<p>pâleur et fatigue.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Le rachitisme, soit une faiblesse des os =&gt; carence en vitamine D, trop faible exposition aux rayons du soleil.</li> <li>- Le kwashiorkor, du à une carence en protéines (végétales et animales).</li> </ul> <p>Une alimentation déséquilibrée peut donc entraîner tous ces types de maladie. Mais, la malnutrition est également due à la quantité d'aliments absorbés, pouvant entraîner des retards de croissance, et une forte maigreur, en plus de retards intellectuels voire de tristesse ou d'irritation permanente. On peut de plus mourir de la malnutrition. Pour remédier à tous ces problèmes de santé physique et mentale, il faut donc manger en quantité suffisante, et de manière équilibrée et variée.</p>		
<p>Enchaînement</p>	<p>Qu'entendez-vous par alimentation variée et équilibrée ?</p> <p>→ Manger chaque jour au moins un élément issu des 3 groupes d'aliments.</p>	<p>Discussion</p>	<p>5 mn</p>
<p><b>2° partie :</b> <b>les solutions :</b> <u>a/ Les trois groupes d'aliments, et leurs fonctions</u></p>	<p>On peut regrouper les aliments en trois groupes possédant chacun un rôle très important pour notre organisme. Ces fonctions sont :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b><u>Les aliments constructeurs ou de croissance</u></b> : (riches en protéines) : ils construisent notre corps et nous <b>permettent de bien grandir</b> (ce sont nos os qui s'allongent), <b>et de bien grossir</b> (c'est la chair qui augmente de volume).       <ul style="list-style-type: none"> <li>- La viande : bœuf, zébu, poulet, cochon, mouton...</li> <li>- Le poisson : séché ou pas, fruits de mer...</li> <li>- Œuf, lait, fromage...</li> <li>- Pois, arachides, haricots verts...</li> </ul> </li> <li>• <b><u>Les aliments protecteurs</u></b> : (riches en vitamines) : ils nous protègent contre certaines maladies, et renforcent l'efficacité des vac-</li> </ul>	<p>Exposé</p>	<p>10 mn</p>



	<p>cins.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Les légumes : choux, carottes, tomates, feuilles vertes (épinard, brèdes...), oignons...</li><li>- Les fruits : bananes, goyaves, oranges, lit-chis, mangues, pêches, citrons, ananas, noix de coco, grenadelles...</li></ul> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b><u>Les aliments énergétiques ou de force</u></b> : ils apportent à notre corps la force qui nous permet de mener une vie active (travailler, étudier, jouer)<ul style="list-style-type: none"><li>- Les céréales : riz, maïs, blé...</li><li>- Les racines et les tubercules : manioc, pomme de terre, patates douces...</li><li>- Huile, beurre...</li><li>- Sucre, canne à sucre, banane verte...</li></ul></li></ul>		
<p>IDEE :</p>	<p><b>Une alimentation équilibrée consiste à manger <u>ces trois sortes d'aliments</u> au cours d'une même journée, voire, c'est la meilleure solution, au cours d'un même repas.</b></p> <p>Demander aux participants de proposer des recettes envisageables pour leur budget, et en discuter, puis leur montrer le tableau des EDS.</p> <p>Débat : cela est-il suffisant ?</p>	<p>Discussion</p>	<p>5 mn</p>
<p>Transition</p>	<p>Cela n'est pas encore suffisant car les aliments contaminés peuvent aussi être une cause de maladies, c'est pourquoi une alimentation saine doit être composée d'aliments sains, que l'on a protégé sans les laisser s'abîmer, ou manger en partie par des animaux.</p>		
<p><u>b/ L'hygiène alimentaire</u></p>	<p>On parle alors d'hygiène alimentaire, c'est-à-dire que l'on va prendre soin à préserver les aliments des agressions extérieures, et à maintenir propre les parties de notre corps qui seront en contact avec ces aliments.</p>	<p>Exposé</p>	<p>15 mn</p>





Quelques règles de bases pour éviter la contamination des aliments :

Les légumes : Il faut toujours **laver** les légumes et les faire cuire longuement avant de les manger. Idéalement, lors de la culture de légumes destinés à être mangés crus, il ne faut pas utiliser des matières fécales comme engrais.

La viande : la consommation de viande crue ou insuffisamment **cuite** peut-être extrêmement dangereuse. La consommation de viande infestée ou contaminée peut entraîner de violents vomissements et une forte diarrhée, une infestation de vers.

Les fruits : les fruits frais contiennent des vitamines et des minéraux qui sont excellents pour l'organisme. Ils doivent être consommés frais après avoir été **lavés** ou épluchés.

Le repas : si nous n'avons pas les moyens de conserver les restes du repas au froid, il ne faut pas hésiter à faire la cuisine pour **un seul repas** à la fois. En effet, les aliments doivent être consommés le plus vite possible après leur préparation, et **protégés** dans l'attente du repas, par un tissu ou un couvercle. Il vaut mieux de même éviter de poser les plats par terre, ou à proximité d'animaux. Enfin, après le repas, la table doit être débarrassée, la **vaisselle lavée** et rangée, pour éviter tout risque de contamination par pourrissement.

Le corps : avant de préparer la nourriture, avant de manger et avant de nourrir les enfants, il faut **se laver les mains** à l'eau et au savon. Les mains sales transportent des microbes invisibles qui peuvent contaminer la nourriture en touchant les aliments. Après chaque repas, il faut également bien se brosser les **dents**, autant pour éviter le pourrissement des dents que le risque de maladies. Pendant



Conclusion	<p>le repas, les aliments doivent être bien mastiqués, et accompagnés d'une quantité d'eau suffisante.</p> <p>Pour résumer :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Bien laver les aliments</li><li>- Bien laver les parties du corps en contact avec les aliments</li><li>- Bien laver la vaisselle et les couverts</li><li>- Bien cuire les aliments crus de type viande ou poisson. La cuisson détruit la plupart des microbes. Après la cuisson, il convient de manipuler la nourriture le moins possible et de la garder dans un récipient couvert</li><li>- Protéger les aliments des animaux</li><li>- Ne pas manger les aliments souillés.</li></ul> <ul style="list-style-type: none"><li>• <u>Comment reconnaître un aliment souillé ?</u><ul style="list-style-type: none"><li>- Les aliments deviennent pourris, sont en décomposition.</li><li>- Les aliments changent de couleur.</li><li>- Les aliments sentent mauvais.</li><li>- Les aliments ne sont plus bons à manger.</li></ul></li><li>• <u>Qu'est-ce qui arrive si l'on consomme des aliments souillés ?</u><ul style="list-style-type: none"><li>- Maux de ventre, diarrhée.</li></ul></li><li>• <u>Comment conserver les aliments, c'est-à-dire éviter qu'ils soient souillés ?</u><ul style="list-style-type: none"><li>- Mettre les aliments dans un récipient propre.</li><li>- Couvrir le récipient d'un tissu propre. Le conserver dans un endroit frais.</li><li>- Protéger les aliments contre les mouches, rats, souris, et autres animaux.</li></ul></li></ul>	Exposé	5 mn
------------	---	--------	------



<p>Idée :</p> <p>Idée finale :</p>	<p>giène alimentaire. Et chaque jour, il est nécessaire de veiller à ce que les membres de notre famille aient une alimentation qui corresponde à leurs besoins.</p> <p>Même avec peu de moyens, vous êtes tous capables de vous nourrir convenablement et de rester en bonne santé si vous adoptez de bonnes habitudes alimentaires et d'hygiène.</p> <p><b>Vous êtes les seuls responsables de votre santé, et de celles de vos enfants. N'hésitez pas à consacrer plus d'effort à votre alimentation. Elle est la clef d'une vie réussie.</b></p>		
------------------------------------	--	--	--

## Karazan-tsakafo azo ampiharina mandritra ny herinandro

	<b>Maraina</b>	<b>Atoandro</b>	<b>Hariva</b>
<b>Alatsinainy</b>	Vary amin' anana	Vary maina + voamaina (voataby sy tongolo)	Vary sosoa + pirina
<b>Talata</b>	Mangahazo amin'ny voanjo	Vary maina + anana sy totokena	Vary amin' anana + kitoza (patsa)
<b>Alarobia</b>	Katsaka amin'ny siramamy	Vary maina + lasopy legiomina (poma)	Vary sosoa + anana + totokena
<b>Alakamisy</b>	Vary sosoa + vovoka soja	Vary maina + trondro maina (menaka voataby, tongolo)	Vary sosoa + atody
<b>Zoma</b>	Katsaka amin'ny soja	Vary maina + tsaramaso (poma)	Vary amin'ny ovy + patsa
<b>Asabotsy</b>	Vary amin' anana	Vary maina + taovan-kena	Vary sosoa + patsa
<b>Alahady</b>	Hanikotranana + ronono	Vary maina + henomby sy legioma (kombra, voankazo)	Vary sosoa + hena baolina

## LA RELATION MARI-FEMME

**Objectif** : Aider à créer plus d'harmonie dans les ménages.

**Destinataires** : Partenaires en Prêts Successifs.

**Matériel** : manuel des jeux brise-glaces.

**Durée** : 60 minutes.

Etape	Contenu	Méthode	Durée
Introduction	<p>Débuter la formation par un jeu brise-glace. Ensuite, deux possibilités :</p> <p>1) Conter un drame de la vie conjugale. Ne pas dire que c'est l'introduction de la formation. Laisser les participants se faire leur propre opinion sur le sujet.</p> <p>→ Objectif : confondre habilement celles qui prennent partie pour l'un ou l'autre des conjoints, afin d'en arriver à la conclusion que les problèmes du ménage sont complexes et méritent d'être traités avec beaucoup de discernement.</p> <p>2) Faire parler les partenaires sur les problèmes fréquents de couple. Leur demander de les évoquer.</p> <p>→ Citer les problèmes conjugaux fréquents : infidélité, violence, alcoolisme, absence de communication, négligence, manque de franchise, influence des autres (belles-mères).</p>	Discussion	5 mn
Court débat	<p>Enchaîner sur un débat :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Qu'est-ce que les hommes attendent des femmes dans leur foyer / de la vie en couple ?</li><li>- Même question mais sur les femmes.</li></ul> <p>Discuter ensemble des réponses proposées.</p>	Débat	10 mn
Début de la formation : la relation entre le mari et sa	<p>Poursuivre par le QCM présent à la fin de la formation (cf. annexe tableau).</p> <p>Quatre points importants :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Communication,</li></ul>	Discussion	15 mn



<p>femme.</p> <p>Suite : le respect mutuel des conjoints.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Prise d'initiative,</li><li>- Relation d'égalité,</li><li>- Discrétion.</li></ul> <p><b><u>Histoire de la famille de Nirina :</u></b></p> <p>« Je m'appelle Nirina et j'ai 12 ans.</p> <p>Au début, tout allait bien entre mes parents. Mon papa, Rakoto, est employé à la Cotona depuis 10 ans. Et ma mère, Noro, elle s'occupe de nous. Avant, elle tenait une petite gargote, mais elle a arrêté. Nous sommes quatre enfants, et depuis la naissance de ma petite sœur, rien ne va plus entre mon père et ma mère.</p> <p>Maintenant, ils se disputent tous les soirs. Mon père critique toujours ma mère, il dit qu'elle est moche, qu'elle fait mal la cuisine, qu'elle s'occupe mal de nous. Alors ma mère elle s'énerve aussi et dit que c'est un raté, qui n'a jamais rien réussi dans sa vie, comme toute sa famille. Une fois, ils se sont tellement disputés que mon père l'a menacée avec un couteau, il lui disait : « Tu ne vauds rien ; ne vois-tu pas tes amies ? Elles travaillent, elles s'occupent de leurs enfants, et de plein de choses en plus ; par contre toi, tu ne sais même plus te préparer correctement. Toi-même, tu sens la sueur et tu ne peux plus bien accueillir ni mes parents, ni mes amis et tu ne fais que t'énerver tout le temps. Vraiment, je regrette de t'avoir épousée. »</p> <p>Ces derniers temps, il rentre toujours très tard, et ne demande plus à manger. Les voisines disent qu'il passe son temps à courir les filles. Et même moi, sa fille, il me considère comme une domestique, je suis aussi ratée que maman selon lui. C'est vrai que maman depuis quelques temps ne fait plus vraiment d'efforts, même avec nous ; elle préfère rester seule à la maison, toute triste. C'est moi qui m'occupe de ma petite sœur la plus grande partie du temps, et je ne peux</p>	<p>Questions/ Réponses</p>	<p>25 mn</p>
---	---	--------------------------------	--------------

plus aller à l'école. Elle dit qu'elle veut retourner dans la maison de son père. »

Voilà ce qui se passe actuellement dans la famille de Nirina. Je souhaite que chacune d'entre vous prenne la parole et réfléchisse sur la situation. Ce serait encore mieux que nous partagions nos expériences avec elle et que nous donnions des idées à la famille pour résoudre ses problèmes.

**a- Mais avant tout, je voudrais que nous recensions les reproches dont Noro fait l'objet :**

Réponse :

- 1- Le retard ou le peu de soin dans la cuisine,
- 2- La négligence dans sa toilette,
- 3- Son manque de calme, de douceur ou de convivialité, surtout vis-à-vis de ses amis ou parents,
- 4- Le fait qu'elle s'occupe de moins en moins de ses enfants, et notamment qu'elle ne défend pas sa grande fille face à son mari.

**b- De même, quels reproches peuvent être adressés à Rakoto ?**

Réponse :

- 1- La critique permanente de sa femme.
- 2- Le fait qu'il réfléchit ses critiques sur sa fille.
- 3- La violence, la méchanceté.
- 4- Son infidélité...

**c- A partir de là, comment recréer de l'harmonie dans ce couple et faire en sorte que leurs excès ne nuisent pas (trop) à leurs enfants ?**

Réponse :

- 1- Le mari doit changer de comportement.
- 2- La femme doit changer de comportement.
- 3- Les éventuelles disputes ne doivent pas éclabousser sur les enfants.
- 4- Les enfants doivent être considérés comme une priorité.

**c1- Le mari doit changer de comportement. C'est-à-dire ?**

**1- Il doit essayer de comprendre sa femme.**

- La situation s'est détériorée avec la naissance de leur quatrième enfant, une discussion entre les deux s'avère nécessaire pour tenter d'en déterminer les raisons.
- Noro tenait une gargote, et aujourd'hui ne le fait plus probablement à cause de ses enfants. Mener une gargote, c'est voir beaucoup de monde, être au courant de tous les ragots, c'est presque être au cœur de la vie publique. Si aujourd'hui, elle ne voit plus personne, il n'est pas étonnant qu'elle soit triste.

**2- Il doit penser à ses enfants :**

- Les enfants ne doivent pas pâtir de la situation difficile de leurs parents, notamment les plus jeunes. Les nouveau-nés, jusqu'à 6 ans, sont totalement sensibles aux sentiments de colère, voire de haine, de tristesse, de jalousie... Cela les marquera forcément et fera d'eux des enfants fermés, méfiants de tout, et agressifs.

**3- Il doit donner une chance à la situation de s'améliorer :**

- Donner à sa femme la possibilité de reprendre goût à la vie.
- L'éloigner provisoirement des préoccupations matérielles (gestion de l'argent...).
- Passer plus de temps avec ses enfants.
- Adopter un comportement responsable (pas de relations extraconjugales, violence, méchanceté).

**c2- Mais si Rakoto parvient à changer de comportement, cela ne suffira pas. Il faut aussi que Noro change :**





Synthèse	<p>1- <u>Elle doit faire à nouveau des efforts :</u> Les hommes ont besoin d'être fiers de leur femme, encore plus auprès des amis et de la famille. C'est la première chose sur laquelle une femme, quelle qu'elle soit, doit s'appliquer : apparence extérieure, tenue de la maison, éducation des enfants... Surtout au bout de longues années de mariage, entretenir cette fierté peut s'avérer difficile.</p> <p>2- <u>Ses enfants doivent être une priorité :</u> Elle doit continuer à s'en occuper, surtout de la plus petite. Rien n'est plus important que l'amour d'une mère. Avant 6 ans, se créent tous les sentiments futurs de confiance en soi, et en la vie. Elle est et restera le maillon indispensable de leur bon développement futur. Inconsciemment, elle est en train de leur proposer le même type de vie qu'elle à l'avenir. De plus, ses enfants peuvent aussi lui permettre de retrouver ce goût à la vie, et à lui donner un sens.</p> <p>3- <u>Donner envie à son mari de faire des efforts :</u> Si elle rend son mari à nouveau fier d'elle, ce dernier ne sera plus légitime dans ses reproches, et ne pourra donc que changer de comportement. Si elle devient irréprochable, elle enfermera son mari dans des contradictions injustifiables. Noro peut négliger son attitude aussi parce qu'elle s'imagine indéracinable du domicile conjugal. C'est avant tout son attitude qui pousse son mari à avoir des aventures extraconjugales. Il faut qu'elle réfléchisse à ce dont elle a vraiment envie pour elle et pour ses enfants, et agisse en conséquence. Enfin, il faut qu'elle fasse des efforts envers les gens qui peuvent avoir de l'influence sur son mari (famille, amis), car ce sont eux qui l'aideront à modifier l'attitude de Rakoto.</p> <p><b>LA RECETTE pour ramener la paix dans son foyer ? Quelques petits exemples :</b></p>	Exposé	3 mn
----------	---	--------	------



Fin	<p>Comme vous êtes une majorité de femmes dans la salle, essayons de voir ce concrètement ce que peut faire Noro pour apaiser la situation. Elle doit essayer de trouver du bonheur dans tout ce qu'elle fait au foyer, et pour cela, travailler autour de plusieurs points :</p> <p>- <u>la table</u> Elle peut essayer d'associer son mari qui proposerait de temps en temps, le repas à préparer. Elle prendra la précaution de lui demander assez d'argent si cela venait à lui manquer.</p> <p>- <u>le lit</u> Elle doit se satisfaire et satisfaire par la même occasion, son mari au lit. Elle en a le droit.</p> <p>- <u>l'accueil</u> Quel que soit le problème qu'elle a, elle ne doit pas le faire transparaître. Elle doit savoir quand en parler avec son mari.</p> <p>- <u>l'ordre</u> Elle doit tout faire pour garder sa maison propre.</p> <p>Il faut faire comprendre aux participants que les intérêts de l'homme et de la femme doivent être convergents. Dans un couple, on ne fait pas le bonheur de l'un sans faire le bonheur de l'autre.</p> <p>Et pour créer et entretenir l'harmonie dans mon ménage, il est important :</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1- De maintenir une communication saine et régulière,</li><li>2- D'être sincère l'un avec l'autre, et de ne pas cacher les malaises, s'en expliquer toujours,</li><li>3- Montrer qu'on a de l'estime pour l'autre,</li><li>4- Entretenir cette estime, cette fierté,</li><li>5- Prendre des initiatives, rompre la monotonie du couple.</li></ol>	Conclusion	2 mn
-----	---	------------	------



Même si vous n'avez pas de problèmes actuels de couple, méfiez vous d'une certaine monotonie qui pourrait s'installer, et qui ferait que certaines questions ne soient plus discutées. Garder l'esprit alerte, méfiez-vous des situations trop calmes, elles peuvent cacher la tempête.

Bonne continuation à vous !

N°	AXES	QUESTIONS DE RELANCE	EVENTUALITES ET MESSAGES A FAIRE PASSER	COMMENTAIRES
1	La question de la subsistance domestique.	Qui doit s'occuper des dépenses du foyer ?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1- Le mari et la femme.</li> <li>2- La femme et la femme seule.</li> <li>3- Le mari et lui seul.</li> <li>4- Le plus « riche » d'entre les deux.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1- <b>Solution idéale, mais chacun devra donner en fonction de son revenu.</b> Expliquer (si l'un gagne 100 et l'autre 10, le premier devra donner 10 fois plus que le second, c'est une question de proportion).</li> <li>2- Elle risque de consommer son capital et le mari risque de complètement fuir ses responsabilités.</li> <li>3- S'il ne sait pas exactement à quoi servent les dépenses du ménage, il risque de mal gérer l'argent, et de ne pas en donner assez pour les besoins de la famille. De plus, il y a le risque que la femme devienne dépendante de son mari.</li> <li>4- Attention, il y a le risque pour le moins « riche » de subir le point de vue de l'autre.</li> </ol>
2	La prise de décision au sein du ménage.	Qui doit décider des grandes orientations à donner à la vie conjugale ?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1- Le mari.</li> <li>2- La femme.</li> <li>3- Les beaux-parents.</li> <li>4- <b>Le mari et la femme.</b></li> <li>5- Les époux après avoir consulté leurs parents respectifs.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1- Lui seul ne peut pas trouver tous les aspects de la question discutée.</li> <li>2- Idem.</li> <li>3- Ils risquent de faire des choix rétrogrades (démotés/dépassés) et d'inhiber (freiner) l'autonomie des conjoints.</li> <li>4- <b>Solution idéale, mais il faut que chacun soit flexible et ouvert.</b></li> <li>5- Attention ! Les parents ne sont pas toujours objectifs et impartiaux.</li> </ol>

3	<b>Le secret conjugal.</b>	A qui demander conseil lorsque j'ai un projet ou un problème avec mon mari / ma femme ?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1- Son frère ou sa sœur.</li> <li>2- Mon ami(e) (fidèle !).</li> <li>3- Ma belle-sœur/beau-frère.</li> <li>4- <b>Personne. Je garde nos projets et nos problèmes pour nous et nous seulement.</b></li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1- Ca peut servir, mais je dois savoir que les parents ont tendance à conseiller ce qu'ils ne peuvent pas faire dans leur propre ménage.</li> <li>2- Fidélité ! Elle peut profiter pour prendre mon mari.</li> <li>3- Ca peut servir, mais quand je n'aurai plus son estime, il/elle peut utiliser cette situation pour diviser son frère et moi.</li> <li>4- <b>Difficile ! Mais il faut tendre vers cela. Se rap- peler qu'en matière de problèmes conjugaux, les mauvais conseillers ne portent pas d'étiquettes.</b></li> </ol>
4	<b>Conduite à tenir en cas de mésentente.</b>	Que faire lorsque mal- gré tout ce que je fais, mon mari / ma femme tarde à revenir à de meilleurs sentiments ?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1- Je m'enflamme afin de lui prou- ver que je suis aussi capable de me fâcher.</li> <li>2- Je divorce pour me remarier.</li> <li>3- <b>J'attends que ses émotions passent afin de lui reposer avec sang-froid mon problème.</b></li> <li>4- Je l'appelle sur le champ pour lui signifier que je ne suis pas con- tent(e).</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1- Erreur, cela ne fera qu'envenimer la situation.</li> <li>2- Je ferai souffrir mes enfants nés de la première union. Et je ne suis pas sûre que mon nouveau couple ira mieux.</li> <li>3- <b>Solution difficile mais indispensable pour une paix durable dans le ménage.</b></li> <li>4- Peine perdue. Cela va me mettre en colère et n'aura servi à rien.</li> </ol>

## LA RELATION PARENT/ENFANT

### Objectifs :

- Favoriser la relation entre parents et enfants de 0 à 6 ans.
- Comprendre ce qui se passe chez un enfant entre 0 et 6 ans.
- Savoir agir en conséquence.

**Destinataires** : Partenaires en Prêts Successifs.

**Durée** : 60 minutes.

**Conseil aux formateurs** : cette formation comprend beaucoup de pages, afin de donner un maximum d'informations aux formateurs. A partir de là, ces derniers devront prendre les informations qu'ils jugent intéressantes dans le point IV, en respectant le plan suivant. Pour chaque stade de développement de l'enfant, il faudra évoquer : 1) comment est l'enfant, 2) ses besoins, ce qui se joue pour son développement mental et intellectuel 3) le comportement que doivent adopter les parents pour encourager ce développement, 4) les grosses erreurs d'éducation à éviter et pourquoi il s'agit d'erreurs.

Etapes	Contenu	Méthode	Durée
Introduction	Au cours de cette formation, nous allons parler de la petite enfance, de 0 à 6 ans. Nous avons choisi cette période de la vie pour une raison précise : parce que c'est au cours de ces cinq premières années que l'enfant met en place les structures essentielles de sa personnalité, qu'il portera en lui toute sa vie. Elle déterminera en grande partie sa réussite scolaire et celle de sa vie d'adulte. Son comportement dans la société, son attitude vis-à-vis des problèmes sexuels, ce que sera sa jeunesse, quel type de personne il épousera et comment son mariage réussira. Bref, tout se joue avant 6 ans. Vous ne me croyez pas ? Commençons donc la formation sans plus attendre !	Discussion	2 mn
I- <u>Un enfant aussi unique que ses empreintes digitales</u> :	Chaque bébé est unique ! Il a sa façon d'être, son style de vie et son comportement propre. Lorsqu'il se comporte inhabituellement, il ne se comporte pas anormalement, seulement différemment. Eduquer un enfant, c'est lui permettre de développer son caractère exceptionnel, sa personnalité unique au maximum. C'est le plus beau cadeau que des parents peuvent faire à leur enfant : lui laisser la liberté de s'épanouir pleinement, de	Exposé	3 mn



<p>II- <u>Comprendre l'importance des six premières années</u></p>	<p>rester cet être rarissime. Dès la naissance, il faut que les parents acceptent sa propre façon de manger et de dormir, son tempérament et son humeur de bébé, ce qui rendra plus facile d'accepter son propre style de vie dans les étapes ultérieures de son développement.</p> <p>L'enfant est unique, qu'on le veuille ou non. L'empêcher d'être ce qu'il est profondément reviendra seulement à en faire une imitation faussée de ce qu'il est.</p> <p>Pour que ce caractère unique de votre enfant se développe, les six premières années de sa vie sont fondamentales, car ce sont les années formatrices. Ces cinq premières années sont fondamentales sur un plan émotionnel comme nous l'avons vu en introduction mais le sont tout aussi sur un plan intellectuel.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>→ A quel âge pensez-vous que votre enfant ait atteint 50% de son développement intellectuel ? A 21, 17, ou 12 ans ? La bonne réponse est à 4 ans.</li><li>→ L'Université de Chicago a conclu qu'un enfant atteint approximativement la moitié de son niveau d'intelligence à l'âge de 4 ans, 80% à 8 ans, et 100% à 17 ans. Précisions que l'intelligence ne doit pas être confondue avec le savoir =&gt; intelligence comme « aptitude à manipuler et traiter mentalement le savoir acquis », à être à l'aise avec les choses nouvelles.</li></ul> <p>La plupart des adultes sous-estiment beaucoup à la fois l'intelligence et la capacité d'apprendre d'un enfant d'âge préscolaire. On a cru, jusqu'à ces dernières années, que chacun de nous naissait avec une certaine dose d'intelligence interchangeable, dont le niveau dépendait de celle des parents. De récentes recherches ont démontré que cela n'est pas vrai. Chaque enfant naît avec un potentiel d'intelligence qu'il atteindra ou pas. Le vrai niveau d'intelligence est avant tout déterminé par le type de stimulation intellectuelle qu'un enfant reçoit dans les cinq premières années de sa vie.</p>	Exposé	5 mn
<p>III- <u>Le concept de soi :</u></p>	<p>Les cinq premières années sont donc fondamentales pour l'intelligence future de l'enfant, mais aussi pour sa façon d'être dans la société.</p> <p>Le développement mental et intellectuel de l'enfant</p>	Exposé	5 mn

<p>IV- <u>Les stades de développe-</u></p>	<p>s'effectue en plusieurs étapes, que l'on appelle des stades de développement. Ces étapes sont beaucoup plus différenciées dans les six premières années que dans les suivantes. Chaque enfant les franchit à sa façon, et à son propre rythme, parfois lentement, parfois très vite. Chaque étape constitue une base solide pour aborder la suivante, comme les étapes de construction d'une maison. Si une des étapes n'est pas bien franchie, et que l'on essaie de presser l'enfant pour la franchir, cela ne fera que l'affaiblir dans son développement.</p> <p>A chaque stade de développement, l'enfant acquiert de nouvelles capacités mentales et intellectuelles. C'est pourquoi certaines attitudes (être propre, respectueux, calme...) ne peuvent être enseignées à un enfant que lorsqu'il en est mentalement et intellectuellement capable. Surtout, au cours des six premières années de vie, un élément majeur se met en place chez l'enfant, ce que les spécialistes appellent le <i>concept de soi</i>.</p> <p>Le <i>concept de soi</i> désigne l'image mentale que l'enfant a de lui-même, quelque chose comme un schéma de son esprit, qui guide son comportement, et sa façon de voir les choses. Sa réussite (scolaire et au cours de toute sa vie future) en dépend pour une grande part. Deux concepts de soi opposés :</p> <p>« Le meilleur » : « je suis sage, aimé ; je sais faire des choses. Je peux en essayer de nouvelles et réussir ». C'est le cas des enfants qui ne posent de problèmes à personne, ni à l'école ni ailleurs. Ce sont les enfants qui peuvent apprendre le plus.</p> <p>A l'inverse : « je ne suis pas très sage, on ne m'aime pas, je ne sais rien faire, et en particulier rien de nouveau. C'est idiot d'essayer car de toute façon je ne réussirai pas ». Ce sont les enfants qui ont beaucoup de problèmes avec les autres et surtout avec eux-mêmes. Ils ont de grosses difficultés à apprendre.</p> <p>Ce concept de soi se forme dès les premiers jours de la vie et se développe pendant les six premières années. Nous allons voir comment on peut favoriser le développement d'un concept fort et sain chez l'enfant.</p> <p>Nous allons surtout insister dans cette formation sur les différents stades de développement pour l'enfant de 0 à 3 ans,</p>	Exposé	20 mn
--	--	--------	-------



<p><u>ment</u></p>	<p>et verrons plus rapidement le cas des 3-6 ans.</p> <p>Votre enfant commence à avoir conscience de lui-même dès qu'il naît. Comparons cette conscience de soi à une paire de lunettes. A chacune des étapes de son développement et cela jusqu'à l'âge de 6 ans, l'enfant adapte un nouveau verre à ses lunettes. Le verre qui correspond à chaque étape s'ajoute au précédent.</p> <p>Les verres du <b>premier âge</b> : de la naissance jusqu'au moment où le bébé sait marcher. Pour la plupart des enfants, cela correspond à la première année. De 0 à 9 mois ou de 0 à 16 pour les plus tardifs, jusqu'aux premiers pas.</p> <p>1- <u>La première enfance</u> :</p> <p>C'est un stade durant lequel bébé :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <i>prend progressivement conscience de lui-même et du monde qui l'entoure.</i></li></ul> <p>Lors des premiers mois de sa vie, bébé n'a qu'une notion floue des choses qui l'entourent. Il distingue peu les visages et les voix autour de lui, tout bourdonne, sans précision. Pour bébé, le monde est comme un film dont l'image ne se met point au point que progressivement. Il ne sait pas à l'origine distinguer dans son univers « ce qui est moi » et « ce qui n'est pas moi ». Ce n'est que vers six mois que se développe une vision précise dans son esprit des choses qui lui sont familières, et de celles qui ne le sont pas. Pour cela, bébé a besoin de stimulations pour l'aider à préciser cet univers.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <i>Commence à apprendre</i></li></ul> <p>A cet âge souvent, les parents commettent la grave erreur de penser que l'enfant est trop jeune pour apprendre, et faire autre chose que dormir, manger, et pleurer. Gardez en tête que bébé commence à apprendre dès l'instant où il naît.</p> <p>Comment ?</p> <p>Par la stimulation de ses sens, en lui donnant un maximum d'objets variés à regarder et à manipuler (à partir de trois mois). Et surtout, en lui montrant comment manipuler ces objets. Les adultes doivent l'aider à expérimenter plus en profondeur ces objets en même temps qu'ils leur en parlent, qu'ils expliquent à quoi il sert, comment il est, et pourquoi il est comme ça. Il faut absolument parler à son enfant, lui ex-</p>		
--------------------	--	--	--

pliquer ce que l'on est en train de faire, ce que sont les choses qui l'entourent. Le son de la voix est une simulation intellectuelle et sensorielle.

Il faut également lui faire écouter toutes sortes de sons autres comme des sons tout d'abord doux d'instruments de musique, des chansons enfantines, des bruits divers de casseroles, de vers, d'objets métalliques... Vous pouvez donc stimuler très facilement la vue, le toucher, l'ouïe, l'odorat de votre enfant, et très bientôt le goût puisque dès quatre-cinq mois il voudra tout mettre à la bouche, ce qui n'est pas sans danger.

Faites les choses très simplement, et rappelez-vous que les objets du quotidien sont généralement les meilleurs jouets pour l'enfant. De plus, vous devez profiter de votre extraordinaire vie quotidienne pour lui parler de tout, et commencer, vers un an, à étiqueter les choses que vous croisez.

C'est cette stimulation, donnée dès le plus jeune âge, qui favorise grandement le développement mental et l'intelligence. Ayez cette idée en tête : « plus l'enfant voit et entend, plus il peut voir et entendre ».

- *Se développe très rapidement physiquement et mentalement*

Vers trois mois, l'enfant devient beaucoup moins passif et commence à vouloir manipuler des objets. Vers six mois, il commence à émettre quelques sons et progressivement à imiter ceux qu'il entend. Vers sept mois, les premières dents apparaissent, il désire alors mordre toutes les choses qu'il a sous les mains. Vers huit mois, il commence à ramper et à aller à la découverte du monde. Puis commence doucement à évoluer à quatre pattes.

Vers neuf mois, bébé prend progressivement, plus ou moins rapidement, une allure verticale plutôt qu'horizontale, et commence à jouer à des jeux plus évolués : taper des mains, imitations... Désormais, même s'il ne sait pas parler, il parvient à comprendre la majorité de ce qu'on peut lui dire, il est capable de saisir des ordres simples et un certain nombre de mots-clés devenus familiers. Tout va très vite !

- *Devient fondamentalement confiant ou défiant face*

*au monde*

Pendant cette étape qu'est le premier âge, ce que votre enfant acquiert de plus important est sa vision fondamentale de la vie. De son point de vue de bébé, il établit sa philosophie de vie et ses sentiments essentiels sur ce que représente le fait de vivre. Il est en train de forger pour son affectivité future une assise sentimentale faite ou bien de confiance et de joie de vivre, ou bien de méfiance et d'inaptitude au bonheur.

Le sentiment profond qui s'établira chez votre enfant est déterminé par l'entourage que vous lui donnez. Cet environnement constituera un élément du système optique de la conscience de soi à travers lequel il voit le monde. C'est le moment où il détermine s'il sera un adulte foncièrement optimiste ou foncièrement pessimiste.

Le tout-petit dépend de vous entièrement en ce qui concerne son univers. Un tout petit bébé agit bien peu sur son environnement. C'est vous, presque uniquement, qui déciderez de ce qu'il sera. Cela passe par une satisfaction presque immédiate de ses besoins fondamentaux. Si, vous parents, savez voir quand les besoins fondamentaux de votre enfant sont satisfaits, il atteindra son plein épanouissement. Quels sont ces besoins fondamentaux ?

La nourriture : Le bébé ressent la faim comme une sensation douloureuse, qui le réveille automatiquement. Pensez que si un bébé doit attendre une demi-heure qu'on lui donne à manger, cela correspond à trois jours d'attente pour nous. Lorsqu'un bébé a faim, c'est plus fort que tout. Il n'admet aucun délai.

Il faut donc nourrir l'enfant dès qu'il a faim, sans compliquer inutilement le processus naturel ; cela correspond généralement à ses pleurs.

Comprenons bien : plus bébé attend, plus son sentiment devient de la colère, voire même du désespoir. Il en vient à penser : « je suis furieux, je vous déteste tous et le monde entier avec vous. Je vous déteste parce que vous ne faites pas attention à moi ni à mes appels de détresse ». A l'inverse, si l'on nourrit bébé dès qu'il le demande, il pense plutôt : « comme la vie est belle, comme c'est bon d'avoir à manger. Ce monde est vraiment un endroit sûr et agréable, puisque

que lorsque je fais savoir que j'ai faim on me donne à manger ».

A cet âge là, il n'y a vraiment aucun risque de « gâter » un enfant en cédant à tous ses besoins. Bébé est incapable de faire ce type de calcul ou de penser à ce type de chose à ce moment de son développement. Et cela n'arrivera pas avant deux ans.

Le second besoin fondamental d'un enfant est la chaleur. Faire en sorte que les enfants soient bien au chaud et ne prennent pas froid. Le troisième besoin fondamental est le sommeil. Ce besoin, le bébé y pourvoit de lui-même. Il dort autant que c'est nécessaire, s'il n'a pas faim.

Le contact de bébé avec sa mère assure le fondement de ses relations avec les autres individus qu'il pourra rencontrer pendant sa vie. S'il s'entend bien avec elle, s'il sent qu'elle prend réellement soin de lui et de ses besoins, il éprouvera un sentiment de confiance fondamentale pour ce monde où il fait bon vivre. Si elle apporte à son bébé cette chaleur humaine, à la fin de la première année il possèdera les bases solides d'un concept de soi et éprouvera un sentiment de profonde confiance et d'optimisme devant la vie.

Pour résumer, ce qu'il ne faut surtout pas faire :

- *Laisser pleurer bébé :*

Pleurer est le seul langage du bébé à ce stade de développement ! Lorsqu'il le fait, il essaie toujours de vous dire quelque chose. Si le monde persiste à ignorer ce qu'il essaie de dire, il aura un sentiment d'abandon complet et absolu, parfois même de la rage et du désespoir. Il perdra sa confiance fondamentale dans le bon côté de la vie pour n'avoir qu'une conception pessimiste de l'existence.

- *Laisser le père ignorer son enfant :*

Les pères semblent avoir peur des bébés, et d'un contact étroit avec eux. Ils préfèrent rester éloignés. Cela empêche vraiment la création de liens étroits, d'une chaude affection père-enfant, et cela donne un très mauvais départ à cette relation. Idéalement, les pères doivent apprendre à faire

<p><i>Conclusion sur la première enfance</i></p>	<p>tout comme les mères car il est très difficile de se sentir proche d'un enfant que vous n'avez jamais tenu dans vos bras, jamais regardé baver et gazouiller dans son bain. Si le mari ne s'intéresse pas au bébé dès les premières années, il ne parviendra jamais à établir des rapports faciles avec son enfant. C'est donc à la mère de l'y inciter, en commençant par comprendre pourquoi il ne le fait pas, et en l'encourageant.</p> <p>Objectif de la première année : donner à l'enfant la confiance en soi nécessaire à son épanouissement futur, des « lunettes » par lesquelles il voit le monde comme un endroit merveilleux et fascinant et pas une lugubre et sinistre prison.</p> <p>Solutions : lui donner à manger chaque fois qu'il a faim, le câliner, répondre à ses larmes comme un message urgent qu'il vous adresse, l'amour maternel et paternel, le soumettre à des stimulations sensorielles et intellectuelles variées...</p> <p><u>2- L'âge des premiers pas</u></p> <p>Nous nous sommes un peu attardés sur la première année de l'enfant car elle est fondamentale. C'est là que bébé apprend à être foncièrement défiant ou confiant face au monde. La deuxième année, celle des premiers pas, est tout aussi importante, puisque c'est lors de celle-ci que bébé apprend à être sûr de lui-même ou bien à douter.</p> <p>La période des premiers pas est celle de l'exploration. Bébé va parcourir tout l'espace disponible activement, à la recherche de toute chose intéressante ou nouvelle, quelle qu'elle soit. Il n'y a pas plus curieux qu'un enfant de un an. Et si on ne le laisse pas satisfaire sa curiosité, si on le punit trop dans ses explorations, il doutera de lui-même car il pensera qu'il est quelqu'un de fondamentalement méchant, qu'il faut tout le temps surveiller et contrôler.</p> <p>La mère doit donc sécuriser la maison. Deux solutions s'offrent alors à elle : élever son enfant dans une maison pour adultes, ou dans une maison pour enfants. La première solution est une grosse faute d'éducation car la mère devra passer beaucoup de temps à mettre un frein aux activités du bébé. Une maison pour enfant est une place sans objets dangereux ou fragiles à portée de main. C'est une maison où il n'y a pas besoin d'interdire car à cet âge, il ne sait pas faire la</p>	Exposé	10 mn
--	---	--------	-------

différence entre ce qui est dangereux et ce qui ne l'est pas, et ses recherches aboutissent toujours à sa bouche.

Pour résumer, s'il semble à votre enfant que sa curiosité l'expose à des reproches continus, non seulement cela étouffera son instinct d'apprendre, mais il doutera de lui-même et l'élan de confiance sera brisé.

*Quels jeux à cet âge pour continuer à stimuler intellectuellement et mentalement son enfant ?*

Tout d'abord, comprenons bien l'importance du jeu pour l'enfant. Pour les adultes, le jeu contrebalance le travail, et fait oublier les frustrations de la vie. Pour les enfants et les petits enfants, c'est un moyen d'apprendre ce qu'est le monde. Le jeu est le moyen essentiel par lequel un enfant s'éduque, souvent par imitation des travaux ou des tâches d'adultes qu'il considère comme des jeux : faire la cuisine, construire des maisons, piloter des avions, soigner les malades... Ils sont donc essentiels pour le développement de l'enfant.

A cet âge, bébé a besoin de développer ses grands muscles en courant, sautant, cognant, grimant, rampant et tirant. Il ne peut pas être précis, et commencera à le devenir progressivement vers trois ans. Il lui faut des activités de plein air, jouer avec du sable, de la terre et de l'eau, muni de cuillères, d'ustensiles de cuisine, de gobelets, de sceaux, etc. A cet âge-là, bébé adore jouer avec de l'eau (tiède), même si cela le salit ou salit la maison. Cela durera encore plusieurs années.

Pour développer ses sens, les jouets sonores et musicaux, les rythmes divers sont toujours très importants. Il en est de même des livres ou catalogues, vieux magazines qui deviennent des instruments de jeu indispensables. Cela l'aide beaucoup, surtout si l'on étiquette les images, en prononçant à haute voix le nom de tel ou tel objet. Les histoires, comptines, chansons doivent également faire leur apparition.

Pour que l'enfant prenne réellement confiance en lui, on ne peut pas lui interdire des choses sans lui expliquer pourquoi : « ne touche pas la cheminée car tu vas te brûler et te faire mal ». Ainsi, on évite de lui donner le sentiment que tout ce qui l'environne est dangereux et ne peut être touché. De plus, il faut le laisser faire ses propres expériences, comme tom-



	<p>ber lorsqu'il marche, et surtout se relever seul. Il faut qu'il s'en sache parfaitement capable.</p> <p>Le principe fondamental est que l'enfant, par toutes ses activités, doit construire sa confiance en lui. Il faut qu'il apprenne à se fier à ses aptitudes croissantes. C'est ainsi qu'il deviendra un homme confiant en lui-même, avec un fort esprit d'initiative, et dynamique.</p> <p>3- <u>La première adolescence :</u></p> <p>Vers deux ans, l'enfant passe du « non, non » tranquille quand quelque chose ne lui plaît pas, « non, non et non, j'en veux pas » crié de toutes ses forces. Cela indique son entrée dans une nouvelle phase, celle de la « première adolescence ».</p> <p>Le développement de l'enfant est une suite de phases d'équilibre et de déséquilibre. Il y a équilibre lorsque la présence de l'enfant à vos côtés est une joie. Il y a déséquilibre lorsqu'il se comporte comme un petit monstre. Les premières se déroulent dans les années impaires : à 1, 3, 5 ans, et les secondes lors des années paires.</p> <p>La première adolescence est la première des phases de transition, de déséquilibre. On l'appelle comme ça à cause de sa ressemblance avec la « vraie » adolescence. Un enfant de moins de deux ans est encore un bébé. A trois ans, il ne peut plus se comporter comme tel et doit adopter la maturité et l'attitude d'un enfant. Ce changement ne peut s'opérer qu'en brisant les principes d'équilibre qu'il avait atteints étant bébé. Il faut qu'il se base sur de nouveaux principes, ceux d'un enfant et cela passe par un déséquilibre temporaire, entre deux et trois ans.</p> <p>Il s'agit donc d'une phase très positive dans son développement, sans laquelle il resterait figé dans son équilibre de bébé. Deux ans et demi est probablement l'âge le plus compliqué de la période préscolaire, car c'est celui des attitudes les plus extrêmes et les plus contradictoires. A cet âge, l'enfant ne s'intègre bien à aucun groupe social. Il a encore besoin de sa mère. Il exige que ses volontés soient satisfaites à l'instant même, et rien de ce qui existe ne doit être changé. Toute routine domestique doit être strictement respectée, mais il peut très bien changer d'avis du tout au tout.</p> <p>Il agit en petit roi, en maître de la maison. Il a des sautes</p>	Exposé	10 mn
--	--	--------	-------

fréquentes d'humeur et parfois de violents accès d'indécision, devenant incapable de faire des choix simples. Son aptitude à partager, à attendre, à céder est très réduite. En bref, il est à l'âge des extrêmes.

Malgré tout, cet âge a des aspects positifs. L'enfant fait preuve de vigueur, d'enthousiasme, et d'une énergie formidable. Les parents doivent donc se montrer compréhensifs et patients pour découvrir les aspects attachants de sa personnalité. Par exemple, il sait s'émerveiller devant le monde, être imaginatif, enthousiaste et généreux. Il faut comprendre que l'enfant est en train de découvrir son individualité, notamment face à ses parents, auprès desquels il commence à s'opposer. C'est la même expérience en plus limitée de la vraie adolescence.

C'est certainement la phase la plus compliquée de la petite enfance. Pour y faire face, les parents doivent essayer de ne fixer que des règles et des limites souples, au moins jusqu'à trois ans. Il faut que l'enfant en phase de première adolescence acquière fermement le sens de son individualité, le sentiment profond de ce qu'il est. Cependant, dans le même temps, il doit apprendre à se conformer à ce que la société (c'est-à-dire surtout les parents) attend de lui.

*Développement physique, intellectuel et mental :*

Si vous avez beaucoup parlé et communiqué avec votre enfant plus tôt, c'est maintenant qu'il en tirera tout le profit sur le plan du langage. L'enfant comprend peu à peu que chaque objet porte un nom et qu'il peut l'apprendre. Son langage va se développer prodigieusement, il a « soif de parler ». C'est grâce à tout ceci qu'il peut commencer à visualiser clairement le monde, à imaginer, à raisonner, et prévoir un futur proche. Sa vie mentale fait donc un pas de géant.

C'est l'âge aussi des questions. Et plus il en pose, plus cela veut dire qu'il est intelligent. L'idéal serait que les parents répondent à toutes les questions de l'enfant et partagent avec lui leur connaissance du monde pour l'aider à développer son langage, son vocabulaire, sa puissance de raisonnement, et son intelligence en général.

Il préfère encore jouer seul plutôt qu'avec d'autres enfants, il n'est pas prêt à participer à un groupe de jeu, ou des coups





<p><i>L'enfant de trois ans</i></p>	<p>risquent d'être échangés. Cela ne sera possible qu'à trois ans, une fois cette phase de première adolescence terminée.</p> <p>Pour résumer, l'enfant de deux ans est quelqu'un de très contradictoire, très extrême dans ses décisions, mais aussi quelqu'un de très dynamique, aussi bien sur un plan physique qu'intellectuel. Il faut que les parents acceptent ce dynamisme pour aider l'enfant à bâtir son individualité et un robuste concept de soi. Tous les parents veulent des enfants forts et dynamiques, c'est pourquoi il faut les laisser l'être à 2 ans. Toutes les personnes molles sont des enfants que l'on a trop discipliné durant la première adolescence. Il faut donc donner à l'enfant trois choses : le respect de son dynamisme vital, des règles adaptées et notre souplesse d'adaptation.</p> <p>4- <u>L'âge préscolaire :</u></p> <p>C'est une étape bien plus facile que la première adolescence. L'enfant va changer du tout au tout et va faire tout son possible pour essayer d'être aimable et de satisfaire ses parents. Il éprouve un réel plaisir à être coopérant, alors que pendant la première adolescence on a souvent l'impression que son seul plaisir consiste à vous mettre des bâtons dans les roues.</p> <p>Cette étape préscolaire a lieu à peu près entre le 3<sup>e</sup> et le 6<sup>e</sup> anniversaire. Les activités doivent se multiplier pour accélérer son développement. La façon dont il les aborde et les domine déterminera son concept de soi et la structure même de sa personnalité qui prendra sa forme définitive dès son sixième anniversaire.</p> <p>Son équilibre avec lui-même et le monde qui l'entoure est bien plus assuré. Il a accompli le passage entre le bébé et l'enfant. De colérique, anxieux, dominateur, grand non-conformiste il devient heureux d'obéir et de faire plaisir. Il est habité par un esprit nouveau de coopération et un désir de s'attirer l'accord de ses parents et même de ses aînés. C'est l'âge où l'on peut réellement commencer à raisonner avec lui. Il sait mieux s'occuper patiemment à divers travaux au lieu de tout embrouiller comme à deux ans et demi.</p> <p>Cela est du en partie à une nouvelle confiance en lui et en partie aussi à la perte des angoisses de la transition entre</p>	Exposé	10 mn
-------------------------------------	--	--------	-------

<p><i>L'enfant de quatre ans</i></p>	<p>être bébé et enfant. Les progrès de son langage lui permettent de mieux comprendre les autres et de mieux contrôler ses impulsions. Il éprouve un puissant besoin de compagnie et les rapports avec les enfants de son âge prennent petit à petit beaucoup d'importance. Il possède maintenant l'aptitude à agir en commun, à attendre, à prendre son tour, à partager, à accepter d'échanger ses jouets. Trois ans, c'est vraiment « l'âge d'or », une époque très plaisante pour les parents comme pour l'enfant qui se veut en paix avec son univers.</p> <p>A 4 ans, tout change, et une nouvelle phase de déséquilibre se met en place. Les enfants de 4 ans ressemblent à ceux de 2 ans et demi, sauf qu'ils sont plus mûrs et moins difficiles à maîtriser. Ils sont à nouveau désordonnés, déséquilibrés, trébuchent en marchant alors qu'ils maîtrisent parfaitement la technique. Ils ont des signes physiques de tension fréquents : l'enfant cligne des yeux, mord ses ongles, met ses doigts dans son nez, touche ses organes sexuels, suce son pouce...</p> <p>Dans le même temps, il devient un individu au sens social très développé. Les amitiés comptent beaucoup malgré ses difficultés à s'entendre avec ses amis. En présence d'autres enfants, il est autoritaire, querelleur, agressif. Il se vante beaucoup et échange volontiers des injures. Il est sujet aux mêmes réactions extrêmes qu'à deux ans et demi : tantôt timide, tantôt surexcité. Leur inquiétude affective s'exprime par des larmes, des pleurnicheries et d'innombrables questions.</p> <p>C'est un âge où l'enfant est débridé (sauvage) dans son comportement moteur, dans ses contacts comme dans son langage, et se soucie peu de l'opinion des autres. Il donne des coups de pied, des coups de poing, pique des colères. Il dit des gros mots pour faire réagir ses parents. Surtout, la mère ne valorisera pas ces mots en manifestant son mécontentement mais fera son possible pour les ignorer. C'est pourquoi, les enfants de quatre ans doivent être traités avec fermeté car ses jeux et son comportement peuvent facilement dégénérer en bêtises s'ils ne sont pas contrôlés. Du fait que ses amitiés occupent une grande place à quatre ans, on peut comme sanction efficace l'isoler du groupe.</p>		
--------------------------------------	---	--	--

<p><i>L'enfant de cinq ans</i></p>	<p>Cinq ans est un âge délicieux. C'est une nouvelle phase d'équilibre. Plus de comportement débridé, mais du sérieux, de la raison et de la stabilité. Intimement sûr de lui, il est calme, sympathique, pas trop exigeant dans ses relations avec les autres. Il n'essaie de faire que ce qu'il croit pouvoir mener à bien et de ce fait réussit généralement ce qu'il entreprend. Cinq ans est synonyme de concentration et de netteté. C'est l'âge des premiers projets, où l'on aime terminer ce que l'on commence. Pour la première fois, l'enfant sait se concentrer longtemps et contrôler son dynamisme. Il est moins bavard qu'à quatre ans, moins émerveillé des choses.</p> <p>Maman est encore le centre de son univers, et il aime rester auprès d'elle, agir pour elle et avec elle. Il aime lui obéir et recommence à aimer qu'on lui dise ce qu'il doit faire et ce qu'il peut faire. Cependant, il est mûr pour une expérience communautaire élargie, comme jouer avec les copains du quartier, ou l'école pour laquelle il se montre impatient d'aller.</p> <p>L'enfant de cinq ans offre donc un remarquable dosage de qualités, et l'avoir à ses côtés est un vrai plaisir. Physiquement, il a acquis équilibre et adresse musculaire. Sur le plan affectif, il est parfaitement équilibré. Sur le plan intellectuel, il est plein de curiosité et d'enthousiasme pour apprendre. Cinq ans est cet âge délicieux où un enfant prend la vie comme elle vient et la trouve bonne. Et ce qu'il préfère dans cette vie, c'est jouer...</p>		
<p><i>Conclusion sur l'âge préscolaire</i></p>	<p>Il y a donc d'énormes différences psychologiques entre les enfants de trois, quatre et cinq ans. Et il faut en tenir compte. Mais malgré ces différences, ces trois âges ont beaucoup de choses en commun et c'est pour cette raison qu'on les range dans le même stade de développement. Normalement, de trois à six ans :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <i>Votre enfant a satisfait ses besoins biologiques de développement musculaire, tant pour les grands muscles que pour les petits muscles.</i></li></ul> <p>Les parents auront pris soin de le nourrir suffisamment pour combler ses énormes dépenses d'énergie, et surtout l'auront laissé courir, sauter, crier pour qu'il atteigne son développement musculaire complet, même si ce n'est pas de leur goût.</p>	<p>Exposé</p>	<p>10 mn</p>

Cela a une importance cruciale également pour son développement intellectuel.

- *Il a appris à contrôler ses mouvements impulsifs.*

Pensez que votre bébé naît à l'état de jeune sauvage incapable de se contrôler. Apprendre à adopter des comportements admis dans la société va nécessiter autant de temps et d'encouragements que d'apprendre à parler de la part des parents. A partir de trois ans, les parents doivent se montrer de plus en plus exigeants, et imposer à l'enfant les règles qu'ils jugent nécessaires.

- *Il s'est séparé de sa mère*

De trois à six ans, l'enfant veut prendre de l'indépendance, mais avec la peur de l'inconnu qu'est l'école. C'est une phase d'éloignement/rapprochement constant avec la mère.

- *Il a appris l'échange sur lequel se fondent les relations avec les enfants de son âge*

L'enfant apprend petit à petit à partager, à attendre son tour, à demander quelque chose à un autre, à exprimer ses sentiments par des mots, c'est-à-dire le monde des relations d'égal à égal. Il apprend que des règles nouvelles s'appliquent à ces relations.

- *Il a appris à exprimer ou à contenir ses sentiments*

Ou bien il va croire que ses sentiments et émotions sont dangereux et qu'il ferait mieux de les garder pour lui ou bien il va apprendre à être à l'aise avec eux, qu'ils soient négatifs ou positifs. Cela dépend de l'attitude des parents.

- *Son appartenance à un sexe s'est définitivement précisée*

Les garçons et les filles sont presque asexués au cours de leurs trois premières années. Un enfant acceptera son sexe si les parents l'acceptent également. C'est-à-dire qu'ils doivent être fiers non seulement de la féminité de leur fille, mais aussi de la virilité naissante du petit garçon. Il leur faut admettre qu'il est dans la nature d'un garçon de tenir tête, d'être malicieux, chahuteur, parfois grossier. Ils ne doivent pas essayer d'en faire une créature docile, douce et calme qui ressemble à une fille. Une solution : encourager ses enfants à se comporter comme on l'attend de leur sexe.

- *Il a traversé une période pendant laquelle il est particulièrement sensible à la stimulation intellectuelle, et,*



<p>V- <u>Comment discipliner son enfant ?</u></p>	<p><i>souhaitons-le, il a reçu le maximum de ces stimulations.</i></p> <p>L'âge préscolaire est une période d'extrême sensibilité à la stimulation intellectuelle, il faut donc en profiter ! Avec les stimulations appropriées, il développera des aptitudes et un état d'esprit essentiels qu'il gardera pour le reste de sa vie. Entre trois et six ans, ce sont les années où on « apprend à apprendre », à aimer apprendre et à être curieux. Ce sont des qualités essentielles pour toute réussite future.</p> <p>Question : quel est le but que les parents doivent se fixer en matière de discipline ? Autrement dit, que voulez-vous que vos enfants deviennent ?</p> <p>→ Un adulte qui a appris à se maîtriser, à faire ses propres choix, à régler sa conduite par rapport aux normes sociales, à exercer sa liberté en individu responsable.</p> <p>Comment y parvient-on ?</p> <p>1) Quelque soit votre méthode de discipline, vous devez tout d'abord essayer de vous poser les questions suivantes : « quelle importance cela a-t-il que l'enfant fasse ceci ou fasse cela ? », « est-ce que cela vaut seulement la peine d'en parler ? », « est-il logique et sensé d'imposer ces limites à mon enfant ? », « combien d'interdictions formelles dois-je exiger à cet âge ? »... La liste sera plus courte que vous ne pensez.</p> <p>2) Au lieu d'interdire toujours à votre enfant de faire ceci ou cela, encouragez-le plutôt lorsqu'il fait des bonnes choses. C'est la base de toute éducation. Dites-lui ce qu'il faut faire plutôt que ce qu'il ne faut pas faire pour qu'il ne les apprenne pas. Au lieu de dire : « cesse de lancer du sable » préférez : « le sable est fait pour jouer, pas pour lancer »... Et félicitez-le pour ses bons comportements.</p> <p>3) Pour minimiser les interdictions, offrez-lui un univers où il pourra évoluer librement, et sans risque.</p> <p>4) Imposez-lui des limites raisonnables pour son âge.</p> <p>5) Laissez-lui faire ses propres expériences : un enfant re-</p>	<p>Question</p> <p>Exposé</p>	<p>2 mn</p> <p>7 mn</p>
---	---	-------------------------------	-------------------------

tient beaucoup mieux ce qu'il a lui-même découvert que les notions toutes prêtes qui lui sont fournies par un professeur. De plus, il pourra tirer lui-même les conséquences naturelles de ses actes.

Prenons un exemple : au petit-déjeuner un enfant ne mange pas ce qu'il a dans son assiette. Il fait plein de choses autres mais ne mange pas. La maman ne se met pas en colère et ne menace pas de punir l'enfant. Elle enlève simplement la nourriture de la table à la fin du repas et laisse les conséquences naturelles agir. Peu de temps après, l'enfant aura faim. La mère lui rétorque alors que ce n'est plus l'heure du repas, et qu'il faudra attendre midi. Ainsi, l'enfant changera beaucoup plus rapidement sa façon d'agir que s'il avait reçu n'importe quelle gronderie ou punition.

6) Ne cédez pas à ses accès d'humeur, sa comédie, ses pleurs, son chantage. Vous perdrez en autorité. Soyez ferme quand il le faut.

7) Fiez-vous à la force toute-puissante d'une imitation inconsciente. L'enfant imitera ses modèles, donnez donc le bon exemple. Par exemple, aucune étude scientifique n'indique que les êtres humains sont violents de naissance. Les gens apprennent la violence. L'enfant apprend par imitation et identification, il fait ce qu'il voit.

Parfois cependant, des punitions s'imposent, il y a trois méthodes principales :

- 1) On peut priver l'enfant d'une chose à laquelle il tient
- 2) On peut isoler l'enfant en l'écartant de son groupe social ou en l'envoyant dans sa chambre, temporairement, en lui laissant la « porte ouverte », c'est-à-dire qu'il sache toujours que lorsque son attitude changera et qu'il se sentira capable de jouer tranquillement avec ses camarades, il pourra revenir.
- 3) On peut donner une fessée à un enfant, sans accessoire, avec la main. Elle permet d'assainir l'atmosphère, beaucoup plus qu'un sermon moralisateur et culpabilisateur. Un enfant comprend très bien que vous le frappez quand vous êtes en colère. Il sait que vous êtes furieux et il sait aussi pourquoi.



<u>Conclusion</u>	<p>J'espère que cette formation vous a permis de comprendre par quoi passent les enfants de 0 à 6 ans. A chaque âge ou presque correspond une nouvelle phase de son développement, et votre but doit être d'accompagner votre enfant dans le franchissement de ces phases.</p> <p>Si vous faites l'effort de comprendre votre enfant, si vous prenez du plaisir à passer du temps avec lui, si vous jouez avec lui, si vous lui permettez de voir le monde positivement, si vous voyez la discipline comme un entraînement et pas comme une suite de sanctions et d'interdictions, si vous lui laissez faire ses propres expériences, si vous lui proposez un maximum de jeux, alors vous ferez de votre enfant un adulte équilibré, bien dans sa peau, sûr de lui, débrouillard, dynamique et optimiste face à la vie.</p> <p>Après ses six premières années, votre enfant doit donc avoir un solide concept de soi, et les bases d'une personnalité saine et stable. Si tout s'est déroulé normalement, votre enfant doit avoir acquis un sentiment fondamental de sûreté, de confiance en lui, et une forte conscience de son individualité. Pour vous éducateur, l'essentiel du travail est terminé.</p> <p>Pour terminer, si vous aimez votre enfant, si vous l'acceptez comme il est, si vous êtes fiers de lui, alors jamais il ne sera ni violent ni déséquilibré, mais quelqu'un de foncièrement bon, qui aime autrui comme lui-même.</p> <p>Faire de la « publicité » pour les ateliers éveil, et parler des thèmes qui seront évoqués : la discipline, comment répondre aux questions de l'enfant, favoriser le coucher, jeux simples de tous les jours, etc.</p>	Exposé	3 mn
-------------------	--	--------	------

## LA VIE EN SOCIETE

**Objectif :** Réfléchir sur la société et aider les emprunteurs à prendre conscience de l'importance de mener des vies sociale et économique complémentaires.

Répondre à la question : « Qu'est-ce que la société peut m'apporter ? »

**Destinataires :** Partenaires en Prêts Successifs

**Durée :** 60 minutes

**Matériel :** jeu, règles et cartes du loup-garou.

Etape	Contenu	Méthode	Durée
Introduction	<p>On remarque souvent auprès des emprunteurs de Vahatra qui ont réussi à augmenter leur niveau de vie des difficultés à bonifier cet acquis par une intégration plus poussée dans la société.</p> <p>C'est ce dont nous allons discuter aujourd'hui. Comment peut-on définir la société ? Qui la constitue ? Quel intérêt peut-elle avoir pour nous ?</p>	Présentation de la formation	3 mn
<b>Bien comprendre ce qu'est la société</b>	<p>A l'origine, et encore aujourd'hui, l'Homme s'est organisé en société, c'est-à-dire en groupe lié par des relations organisées et durables, pour subvenir à un besoin fondamental : perpétuer l'espèce, c'est-à-dire schématiquement se reproduire et se maintenir en vie. Se maintenir en vie consiste tout d'abord à se nourrir. Sans eau ou sans nourriture, la vie n'est pas possible, ce qui place bien entendu ce besoin en tête de tous les besoins. Se maintenir en vie consiste ensuite à se protéger, de l'environnement naturel, par exemple par la confection de vêtements contre le froid, puis des autres, face aux ennemis. La troisième grande fonction de la vie en société est la reproduction, permettant à l'espèce humaine de ne pas disparaître.</p> <p>Voici pourquoi l'homme s'est toujours constitué en société. Il a progressivement réparti les tâches entre diverses personnes, certaines partaient à la chasse pendant que d'autres fabriquaient des vêtements, ou éduquaient les enfants. C'est grâce à cette organisation</p>	Exposé	10 mn





que l'homme a pourvu de plus en plus facilement à ses besoins, et qu'il s'en est créé d'autres. Les techniques se sont progressivement améliorées, ce qui a libéré des hommes pour accomplir d'autres choses, qui ont pourvu à ces nouveaux besoins. Et ainsi de suite, jusqu'à nos sociétés actuelles.

Les nouveaux besoins des hommes sont par exemple celui de s'instruire, de profiter de la vie et de ses loisirs, de créer de nouvelles choses, de jouer de la musique, etc. qui font que la société s'est organisée différemment, en nouveaux groupes. Et chacun de nous aujourd'hui fait partie d'un groupe, qui contribue au bien-être de la société. Que nous soyons mécanicien, musicien, vendeur, ou banquier, nous répondons tous à un besoin des hommes du 21<sup>e</sup> siècle.

Voilà comment fonctionne la société.

Nous apportons donc tous quelque chose à la société. Mais sûrement plus encore, la société nous apporte des choses, elle nous permet de nous nourrir, de nous protéger, de nous loger, de nous instruire... Nous ne produisons pas tous du riz, des légumes, de la viande, et toutes ces choses qui composent notre alimentation, et en même temps des briques et du ciment pour construire la maison, et des livres et des cahiers pour apprendre les mathématiques, et des barreaux de prison pour enfermer ceux qui ne respectent pas la loi, etc. etc.

La société, en regroupant tous les savoir-faire des hommes, en distribuant les tâches permet à chaque individu de subvenir à ses besoins fondamentaux. Sans les autres, nous serions incapables de survivre.

Mais la société apporte bien plus encore que la satisfaction des besoins fondamentaux, et c'est le sujet qui nous préoccupe aujourd'hui. Qu'est-ce que la société apporte donc de plus ? Aujourd'hui, grâce à votre niveau de prêt, vous ne vous réveillez pas le matin en pen-

	<p>sant : « comment vais-je faire pour survivre aujourd'hui ? ». Dans votre vie de tous les jours, vous n'agissez plus avec cette question en tête, et par conséquent, vous regardez la société avec des yeux nouveaux, vous avez peut-être même envie d'y prendre part non-plus comme quelqu'un qui subit l'activité des autres, mais comme quelqu'un qui y prend réellement part. Vous n'êtes plus perdu au milieu de tous les individus, mais vous recherchez activement votre place et vous tenez à ce que cette place soit respectable et respectée.</p> <p>Donc, posons-nous la question : pourquoi participer activement à la vie de la société ? Quel intérêt peut-il y avoir pour moi et ma famille ? Comment la société peut-elle me perfectionner, m'améliorer ?</p>		
Discussion	Laisser les participants proposer leurs réponses.	Débat	5 mn
Jeu	<p>Avant de répondre définitivement à toutes, commençons tout d'abord par un petit jeu :</p> <p>"Dessinez un objet qui vous représente". Laissez deux-trois minutes pour le dessin, et cinq pour les explications.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>→ Ce jeu vous a sûrement permis de remarquer l'importance pour vous du jugement des autres.</li> <li>→ Est-ce positif ? Est-ce négatif ? Comment faut-il affronter le jugement des autres ?</li> </ul>	Premier jeu en rapport avec le thème	10 mn
Discussion	<p>Répondre à la question posée plus haut.</p> <p>1) <u>Une société qui fait peur car l'on a peur du jugement de l'autre :</u></p> <p>Il ne faut pas sous-estimer l'importance du jugement de l'autre pour tout individu, quel qu'il soit. Ce jugement peut être négatif : on imagine que l'on n'est pas assez bien pour les autres, et ceci nous empêche de participer vraiment à la société. Pour aller contre cela, il faut d'abord s'accepter comme l'on est et être fier de soi, de sa famille et de son parcours, c'est essentiel.</p> <p>Mais ce jugement peut également être très positif. Re-</p>	Suite du débat	10 mn

gardez comme vous avez réagi face à la peur du jugement de l'autre, vous avez pris plus de temps pour réfléchir, vous avez affiné votre idée. Et ce que vous avez dessiné maintenant correspond probablement plus à vous que ce que vous aviez choisi de dessiner en premier. Il en est exactement de même par exemple pour votre façon de vous comporter, vous êtes plus respectueux, poli, vous faites attention aux autres. C'est grâce à cela en partie que les gens en société se comportent bien, et que celle-ci fonctionne.

2) La société a des effets créatifs et permet des échanges d'expérience :

Plus qu'au niveau du jugement, la société permet d'élargir son esprit, d'entendre de nouvelles choses, de voir les choses différemment et cela a des effets créatifs sur vous comme sur votre interlocuteur. Il vous arrive de demander conseil au voisin peut-être en matière d'éducation, de cuisine, etc., pourquoi ne pourriez-vous pas le faire sur des choses qui concernent votre travail. En faisant cela, vous prenez seulement le « risque » d'obtenir de nouveaux arguments, de nouvelles idées...

Prenons un exemple, vous ouvrez une gargote, pourquoi ne pas demander : est-ce que vous la trouvez belle, accueillante ? Est-ce qu'elle vous donne envie d'y aller ? Trouvez-vous que les plats que je sers sont bons ? Devrais-je en servir d'autres ? Moi-même, trouvez-vous que j'accueille bien les clients ?...

3) La société regroupe les savoir-faire :

Comme nous l'avons vu, la plus grande partie de notre niveau de vie dépend de la société dans laquelle nous vivons, société qui met à notre disposition un grand nombre de savoirs-faires en échange de notre propre savoir-faire, forcément beaucoup plus limité.

Si vous ne prenez pas part à la société, vous prenez le risque de passer à côté d'une quantité prodigieuse d'informations, et d'idées qui ne vous seraient peut-être jamais venues à l'esprit. Une solution : rencontrer des

gens, et parler !

#### 4) Le travail et la famille :

Le travail ne m'apporte pas seulement un salaire, mais aussi des relations avec les autres, peut-être même un certain épanouissement. On se rend compte que l'on est aussi capable que les autres de faire des choses. Mais le travail seul ne peut pas être suffisant.

De même, la vie de famille m'apporte quantité de choses mais pas tout. Elle me « contraint » à passer l'essentiel de mon temps avec les mêmes personnes, à entendre les mêmes choses, à supporter le même quotidien, la même répétition de faits. Les êtres humains sont faits pour la vie en société car ils s'ennuient rapidement des choses qui ne changent pas. Et la société doit être là pour leur apporter cette rupture d'avec leur quotidien, ces petites variantes qui font que la vie n'est vraiment pas monotone.

#### 5) Les nouvelles amitiés :

Comment rencontrer de nouvelles personnes sinon en prenant part à la société ? Réfléchissez, où vous êtes vous fait vos meilleurs amis : à l'école, à l'église, au travail ? Tous ces organismes sont des institutions vitales de la société, car elles créent des liens entre les hommes. Mais elles ne suffisent pas, c'est très généralement grâce aux loisirs, aux jeux que l'on rencontre ses meilleurs amis. Il y a des centaines de gens qui n'ont pas ou n'ont pas eu de vrai ami, mais ce n'est jamais trop tard.

#### 6) L'Alliance Française, la bibliothèque gratuite de la Chambre du Commerce...

Pourquoi n'allez-vous pas par exemple aux soirées cinémas gratuites proposées par l'AF ?

D'abord, parce que vous n'êtes probablement pas au courant et surtout parce que vous avez sûrement peur du jugement de l'autre. Vous vous dites que ces soirées sont réservées à un cercle de vazahas et d'amis de vazahas, et que par conséquent vous êtes forcément en



	<p>dehors de ce cercle. Ceci n'est pas vrai du tout. Ces soirées ne sont pas faites que pour certains. Si la France fait la démarche d'installer des centres culturels dans des villes comme Antsirabe, Ambositra, Fandriana ou Farafangana, elle ne le fait pas pour ses citoyens, mais pour les malgaches, pour tous les malgaches. Soyez donc fier de ce que vous êtes et profitez de ces opportunités !</p> <p>7) <u>Il y a deux façons de voir la société :</u></p> <p>On peut tout d'abord voir la société comme un ensemble de personnes individualistes, qui pensent avant tout à eux-mêmes et qui par conséquent se comportent de manière égoïste.</p> <p>Mais on peut aussi voir la société comme un ensemble de personnes partageant le même type de problèmes que nous, les mêmes préoccupations, et se posant les mêmes questions sur la vie.</p> <p>C'est à vous de choisir la façon dont vous voyez la société, comme un danger, comme quelque chose qui fait peur, ou comme un formidable espace d'échange d'idées, dont vous serez peut-être un des meneurs. Pour cela, il faut que vous alliez vers l'autre, que vous créiez ces passerelles entre les êtres humains. Il faut bien que quelqu'un commence à le faire.</p>		
Fin	<p>D'ailleurs, nous allons le voir dès maintenant, en faisant ce que l'on appelle, pas du tout par hasard, un jeu de société. Commençons sans plus attendre le jeu du loup-garou</p> <p>But : ce jeu est un jeu de société, de diplomatie et de stratégie. Son intérêt est de faire participer les emprunteurs à la vie d'un petit village confronté à un problème grave.</p> <p>Les participants seront confrontés à des accusations et devront s'en défendre, ils prendront lieu à un débat démocratique où il faudra qu'ils imposent leur avis, surtout s'ils jouent un rôle important dans le village.</p> <p>Précision : ce jeu se joue à partir de huit personnes. Il</p>	Jeu jusqu'à la fin de l'heure	25-30 mn



	<p>faut toujours prévoir <math>\frac{1}{4}</math> de loups-garous et <math>\frac{3}{4}</math> de villageois. Si huit personnes, prévoir comme cartes 2 loups-garous, 2 villageois, 1 chasseur, la voyante, la petite fille, la sorcière (ou cupidon) et la carte de capitaine. Si 9, ajouter cupidon ou la sorcière, si 10, ajouter le voleur ou un loup-garou, etc.</p>		
Conclusion	Conclure sur le sujet. Reprendre les grandes idées.		

## LES CONFLITS DE GENERATION

### Objectifs :

- Pour favoriser la relation et la communication entre parent et adolescent
- Pour que les adolescents aient leur place au sein de leur société

**Destinataires** : Partenaires en Prêts Successifs.

**Durée** : 60 minutes

Etapes	Contenu	Méthode	Durée
Introduction	Il y a conflit de génération quand deux personnes d'âges différents ne parviennent plus à se comprendre. Il existe des âges en particulier où les conflits naissent plus facilement, c'est notamment le cas de l'adolescence. Qu'est-ce que l'adolescence ? Que se passe-t-il à cet âge là ? Pourquoi les conflits se multiplient-ils ? Comment régir face aux adolescents ?	Discussion	1 mn
VI- <u>Les spécificités de l'adolescence/ L'image de l'adolescence</u>	Débat : qu'est-ce qu'un adolescent pour vous ? Quelle image en avez-vous ?	Débat	3 mn
	Trois grandes idées : <ul style="list-style-type: none"><li>- <u>L'adolescent fait peur</u></li></ul> Les adultes ont généralement deux types de réactions face aux adolescents : <ul style="list-style-type: none"><li>o Ils voudraient qu'il devienne comme eux, ou comme ils ont toujours rêvé d'être eux-mêmes.</li><li>o Mais, confrontés à la réalité, ils deviennent rapidement très négatifs vis-à-vis des jeunes, et mettent seulement en avant les aspects difficiles de ce passage : recherche du conflit, sexualité non contrôlée, délinquance. Cela contribue à maintenir le flou dans les idées et ce flou entraîne la peur.</li></ul> <ul style="list-style-type: none"><li>- <u>L'adolescence est une période de conflits</u></li></ul> L'adolescent est en conflit avec sa famille, avec son entourage et très largement avec la société. Mais c'est encore plus que ça, et c'est souvent ce que les adultes ne parviennent pas à comprendre. L'adolescent est avant tout en con-	Exposé	10 mn







- L'adolescence n'est pas un âge, c'est un processus

L'âge de la puberté, c'est-à-dire des changements physiques (apparition des poils, des seins, des règles...) ne correspond pas à l'adolescence, car il s'agit d'un processus avant tout mental de changement.

- Le complexe du homard

Pour bien comprendre ce qu'est l'adolescence, les spécialistes aiment utiliser l'image du "complexe du homard". Le jeune à cet âge là se trouve dans une phase de dénuement, de grande faiblesse, comme les homards ou les langoustes lorsqu'ils perdent leur coquille. A ce moment là, ils doivent se cacher sous les rochers, le temps que leur nouvelle coquille se reforme pour acquérir des défenses. Pendant ce temps, ils se blessent souvent, et ces blessures sur ces chairs fragiles peuvent laisser des cicatrices que le temps n'effacera pas. De plus, dans l'entourage d'un homard, il y a presque toujours un carnivore qui guette, prêt à le dévorer. Ce carnivore peut être cet ennemi intérieur qui nous menace et qui semble boucher tous les chemins de nos possibles. Ce peut être aussi des adultes dangereux, parfois profiteurs qui rôdent autour des adolescents parce qu'ils les savent vulnérables.

→ Voilà ce qu'est un adolescent : un être vulnérable, qui construit sa coquille progressivement, parfois maladroitement, mais comme il le peut, avec les éléments qu'il trouve sur son chemin.

→ Le rôle de l'adulte est de l'accompagner sur ce chemin, de ne pas lui barrer le passage, de lui offrir toutes les chances de se construire une coquille d'adulte résistante et consistante.

- Un âge fragile mais aussi merveilleux

D'ailleurs, cet âge fragile est un âge merveilleux parce que, même si l'on ne s'en rend pas compte, les adolescents réagissent aussi à tout ce qui se fait de positif en leur faveur. Les adultes ne le réalisent pas toujours parce que les adolescents ne le manifestent pas sur le moment, et ont même tendance à "vous mettre en boîte", à vous ranger dans des catégories qui ne vous correspondent pas. Ils font ceci no-

tamment avec les amis, pour se distinguer, mais quand ils sont seuls, cette personne reste quelqu'un de très important pour eux. Il faut supporter d'être chahuté, en gardant ceci en tête. "Oui je suis chahuté parce que je suis un adulte, mais ce que je leur dis les aide et les soutient..."

→ En réagissant par opposition, un adulte ne fera que créer du mal là où il n'y en a pas. C'est seulement de l'incompréhension que naissent les conflits.

Deuxièmement, l'adolescence est un âge magique, où tout paraît réalisable, mêmes les rêves les plus fous. D'ailleurs, on dit que « *une vie réussie est un rêve d'adolescent réalisé dans l'âge mûr* ». C'est l'âge où l'on construit son projet de vie, où l'on pose les fondations de sa vie future.

- La sexualité et l'amour

Le piège du narcissisme, de l'égoïsme et de l'égoïsme guettent l'adolescent. Il risque de ne plus aimer que lui-même, car il a une image idéale de lui-même, qui tranche avec la pauvreté de ce qui lui est offert. "*Moi je change mais le monde, lui, ne change pas*". Il est en réel conflit avec la réalité.

- Il a donc besoin de modèles, afin de s'identifier, de donner un sens aux choses, un objectif à sa vie. Il a besoin d'une nouvelle magie.

- Souvent face à l'adolescence, les parents traversent une phase de remise en question, qui nuit fortement à l'image que le jeune pourrait avoir d'eux-mêmes. C'est une des raisons pour laquelle soudainement, le jeune ne comprend plus ni n'admire plus (autant) ses parents.

- Alors, renvoyé à sa propre solitude, l'adolescent tend à adopter des attitudes d'évitement voire de fuite : solitude, refuge dans le milieu clos de la bande, délinquance, qui, toutes, sont révélatrices de l'angoisse psychologique qu'il subit.

- On peut dire que l'adolescence est très largement le processus lent, le travail d'intégration du corps sexué jusqu'à l'amour qui est la capacité d'accueillir autrui. Passer de l'individu clos sur lui-même à la personne "capable d'autrui" (capable d'aimer, de façon désintéressée) c'est très

largement passer de l'adolescence à l'âge adulte.

-> « *L'adolescence commence le jour où, lorsqu'il suit un western à la télévision, un enfant préfère voir le cow-boy embrasser l'héroïne plutôt que son cheval* ».

- Une valeur refuge : l'amitié

- Dans le profond désarroi qui caractérise cette étape de la vie, la valeur refuge, souvent la seule, c'est l'amitié. Livré à ses propres forces, le jeune est dans l'impossibilité de se structurer. Il recherche son double, son alter ego. Le groupe apporte union, partage, identification avec cet effet de miroir important à cet âge, les parents ont perdu le prestige que leur accordait l'enfance. Qui donc va être le premier éducateur ? D'abord, et avant tout l'autre adolescent, les copains.

- Mais la bande peut devenir un piège car elle ne fait que reproduire de façon régressive l'union fusionnelle de la petite enfance. L'amitié authentique réside dans la découverte de l'autre. "Tu n'es pas comme moi et c'est très bien. Je t'aime comme tu es. Et j'aime la différence qui réside entre nous". Quelque chose de décisif se dénoue là, quand cette expérience profonde peut être faite.

- Tout ceci explique sans doute que la plus cruelle expérience que puisse faire un adolescent est celle de l'amitié trahie. "Comme on ne trouve de motivation que dans la foi en soi-même, si les amis trahissent, on est comme déposé".

- La violence

- "A cet âge là, tous les jugements portent, y compris ceux qu'expriment des gens qui ne sont pas vraiment crédibles, par exemple des gens jaloux, qui en veulent aux parents"

- La violence à laquelle l'adolescent se trouve confronté et qu'il manifeste souvent est inscrite dans la crise qu'il traverse. Elle peut parfois (rarement) être physique mais elle est bien plus souvent orale ou affective, sous la forme du chantage. Le chantage est un instrument utilisé par beaucoup d'adolescents, qui négocient une phase de gentillesse contre ce dont ils ont envie.

- Cette violence a donc plusieurs formes : enfants battus ou

<p>III- <u>Comment ré- agir face à l'adolescence ?</u></p>	<p>agressés, inversement parents victimes de violence physiques de la part de leurs enfants, violence sexuelles, rapports de force au sein de la bande, délinquance... Mais le point commun à toutes ces violences est le mutisme. L'adolescent ne parle pas de ce qui ne va pas. Or la réponse réside justement dans cette antiviolence qu'est la parole. "Oser parler", tout est là.</p> <p>- Mais pour cela il faut commencer par demander, sinon rien ne se passe. Pour réveiller l'envie d'aider, il suffit d'aider, il suffit souvent d'avoir une idée et d'en parler. Quelquefois, l'effet est magique, il faut oser...</p> <p>- <u>Adolescence et crise parentale</u></p> <p>L'adolescence des enfants correspond souvent chez les parents à une crise, celle du "milieu de vie" (vers 35-45 ans).</p> <p>→ <i>Débat : êtes-vous d'accord avec cela ? Quel impact sur les adolescents à votre avis ?</i></p> <p>Elle se manifeste par des inquiétudes, des questionnements, des remises en question profondes : soudaine perception de la brièveté du temps, réévaluation des ambitions de l'individu, crainte d'une baisse de la sexualité qui contraste avec celle de l'adolescent, en plein épanouissement. Il s'agit donc presque d'un "travail de deuil", par rapport à une période de la vie qui s'éteint. Par ailleurs, ces phénomènes peuvent se trouver amplifiés par une double perte réelle vécue par les adultes : la perte de leurs propres parents (les grands-parents du jeune), et celle de leurs enfants (qui s'éloignent du milieu familial).</p> <p>→ Cette phase de remise en question nuit à l'image que le jeune se fait de ses parents, et accentue le processus de séparation.</p> <p>- <u>Les parents, les adultes, la société</u></p> <p>- Les parents cessent donc d'être un absolu. Ce que doit conquérir le jeune homme et la jeune fille, c'est son autonomie. Le cercle restreint de la famille ne lui suffit plus, c'est le monde entier qui va devenir l'éducateur. Mais il ne s'agit pas de rompre l'élastique, bien au contraire. Vous devez dire à votre enfant : "Vas-y, fait tes expériences,</p>	<p>Débat</p> <p>Exposé</p>	<p>3 mn</p> <p>15 mn</p>
--	---	----------------------------	--------------------------

	<p><i>mais nous sommes toujours là en cas de besoin".</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- La priorité des priorités doit être d'établir la confiance avec les jeunes. La meilleure façon de renforcer les difficultés que traversent les adolescents est de ne pas comprendre ce qu'il se passe dans leur tête.</li><li>- Mais un adulte ne doit pas voir trop clair dans le cœur d'un jeune : il est trop facile de briser les rêves et les utopies dans l'œuf. Ce que le jeune recherche ce sont les actes et pas les mots. Une morale verbale qui ne se vérifie pas dans les actes est perçue comme théorique.</li><li>- Les adultes, cessant d'être tout pour l'adolescent, doivent eux-mêmes redécouvrir qu'ils existent aussi pour autre chose que leurs enfants, qu'ils ont une vie publique, qu'ils ont des amis, une sexualité et que leur vie ne se circonscrit pas au cercle étroit de la famille.</li><li>- "Mon père se tue à la tâche" ou "ma mère nous embête encore avec ses bonnes œuvres", cela est dit avec humour et ironie mais au fond de lui-même le jeune est fier de découvrir que ses parents existent aussi au sein de la société civile.</li><li>- La difficulté pour parvenir à cette autonomie est bien sûr l'argent.<ul style="list-style-type: none"><li>➔ <i>Débat : quelles solutions concrètes pour permettre à l'adolescent de devenir autonome ?</i></li></ul></li><li>- <u>Le rôle de l'entourage</u></li><li>- L'entourage doit bien comprendre ce processus, cette métamorphose que constitue l'adolescence. Son objectif doit être d'accompagner le jeune sans le perturber dans tous ses questionnements. Deux pièges guettent l'entourage du jeune : devenir autoritaire et l'empêcher de se construire une identité, ou le laisser tout faire, sans le guider, ce qui aboutirait au même résultat.</li><li>- Dans le domaine du loisir, un champ d'activité exigeant mais riche s'ouvre à tous les adultes qui côtoient ces adolescents : il faut leur proposer des activités fortes et enrichissantes, susceptibles de l'enthousiasmer et de le construire, à un âge où le cycle infernal ennui-morosité-dépression peut s'enclencher.</li><li>- Mais la première chose à faire est surtout de ne pas rom-</li></ul>	Débat	3 mn
--	---	-------	------

<p><u>Conclusion</u></p>	<p>pre le dialogue, et de maintenir une communication, une parole qui soit une parole vraie. C'est une phase où le mensonge, le faux-semblant doit être banni.</p> <p>- <u>Une histoire à soi</u></p> <p>Pour terminer, prenons le temps d'écouter un adolescent :</p> <p>« Nous avons tous une histoire. L'assumer, en être fier, telle est la clé. Cette histoire est la nôtre et rien ni personne ne peut nous la confisquer. Elle est tissée de joies, de peines, mais cette trajectoire dans la vie, c'est nous. Il ne sert à rien de rêver d'une autre histoire, de s'imaginer avec d'autres parents, dans un autre pays, ou dans un autre destin. Il faut s'accepter comme l'on est, et se donner les possibilités d'être ce que l'on a envie d'être.</p> <p>Et l'adolescence, c'est là que commence cette histoire, notre histoire, lors de cette guerre d'indépendance. C'est la liberté que l'on obtient en quelques années. Plus d'autorité proche pour nous guider, pour nous expliquer ce qu'il faut faire, seulement nous, seuls, face au monde et à une vie qui nous attend. Il faut gérer son passé, les difficultés de la jeunesse et regarder droit devant, au loin, vers nos rêves. Ce rêve auquel je ne pourrais pas parvenir seul, quoi que j'en dise.</p> <p>C'est ça l'adolescence. Un jour, je serai aussi adulte, aussi mûr que mes parents. Un jour, j'aurais aussi la possibilité d'accomplir mes rêves. Ils ne m'en empêcheront pas, et personne d'autre d'ailleurs. Soit ils m'aident à combler ce qu'il me manque, soit je le trouverai tout seul, sans eux, même si je ne sais pas encore avec qui, et grâce à quoi. La balle est dans leur camp, plus que dans la mienne. Je les ai écouté mes parents pendant ces douze, quinze premières années, pourquoi cela ne devrait-il pas continuer ?</p> <p>Je sais d'où je viens, du moins je le crois, j'espère que l'on ne m'a pas menti. Je suis fier de mon histoire, et j'ai des raisons de l'être. De toute façon, aucun passé raté n'empêche d'avoir un bel avenir. Par contre, je ne sais pas vraiment où je vais. Je suis porteur de tous les possibles, c'est ce que l'on m'a dit. En suis-je moi aussi sûr ? Est-ce que je serai</p>	"Exposé"	3 mn
--------------------------	--	----------	------



	<p>fier de moi dans quelques années ? C'est ce que j'espère de tout mon cœur.</p> <p>→ <i>Y a-t-il des réactions sur ce texte ?</i></p> <p>Dans ce cas là, je vous souhaite à tous une bonne continuation !</p>		
--	---	--	--