

L'école du nouveau monde

vous présente un nouveau format d'échange



Reprendre gaiment le chemin de l'école

La rentrée n'est plus qu'à quelques jours devant nous et si moi ça me réjouit, je sais que ce n'est pas le cas pour tout le monde. Alors aujourd'hui j'aimerais vous partager ici des conseils et idées de rituels afin d'emprunter le chemin de l'école le plus sereinement possible et pourquoi pas, la joie au coeur !



" C'est doux, le chemin de l'école. C'est léger le matin, chantant le soir. On descend une route en pente, elle vous précipite, on dirait qu'elle vous appelle, qu'elle promet quelque chose. "

Christian Bobin

Il y a comme un parfum de magie dans l'air...

En début de semaine, j'ai senti quelque chose dans l'air. Mon coeur s'est ouvert et des papillons se sont mis à danser à l'intérieur sans que j'en saisisse vraiment le sens. Et puis je suis retombée complètement par hasard sur un post que j'avais écrit il y a pile un an

dans lequel je décrivais cette même sensation :

" Septembre et la magie de la rentrée ; célébrée chez moi avec des histoires, des bilans, des rituels et du rangement, car on honorait l'importance de ce passage important. Et depuis je garde dans le coeur cet enfant qui se réjouit de grandir et de faire encore, un nouveau pas de géant. Alors quand ce matin j'ai senti cette odeur toute particulière de rentrée scolaire, mon coeur s'est mis à battre la chamade. Et je me suis dit : " Ça y est, c'est parti ! " Et si ma tête n'est pas encore prête, mon âme chante déjà à tue tête."

C'est donc une maladie que j'ai attrapée depuis ma plus tendre enfance et qui revient chaque année à la même période. Et si je comprends tout à fait qu'on ne partage pas ce sentiment, j'aimerais vous dire pourquoi moi, je l'aime tant.



De l'importance des rituels

Pour vous remettre dans le contexte, je vous rappelle que j'ai grandi avec une famille d'enseignants, c'est à dire des adultes qui n'ont jamais vraiment quitté l'école et qui en parlent constamment. Alors chaque fin d'été en août, tout le monde se retrouvait chez les grands-parents en charge de s'occuper des enfants pendant que les parents reprenaient le chemin de l'école. Il y avait donc quelque chose d'ancrée chez nous : **la rentrée, c'était aussi pour les grands !** Et puis quand eux avaient pu s'organiser, se préparer, et prendre un peu de temps pour soi, ils revenaient nous chercher. Et c'est là que la magie opérait...

Honorer son besoin de changement

Pour moi l'année scolaire a toujours été comme une nouvelle année. L'occasion de tout recommencer, de changer ses habitudes, de se faire de nouveaux amis, de découvrir encore tant de choses.

Septembre est une porte que l'on pousse sans savoir où elle va nous mener, au moins autant que celle de janvier.

Et du coup, comme je le partageais en story l'autre jour, j'aime changer de tête et me couper les cheveux à cette période. Honorer ce besoin de changement est devenu un rituel. Alors je coupe, je range, je jette, je trie, je me redéfins.

Cette habitude est ancrée depuis l'enfance.

Petite ma mère nous emmenait non seulement chez le coiffeur, mais aussi acheter de nouvelles chaussures. Je ne sais pas pourquoi, plus que les vêtements et les fournitures, c'est les petites bottines rouges que je m'achetais chaque année qui m'ont marquée, peut être parce que c'est moi qui les choisissais, et qu'elles me suivraient jusqu'à épuisement toute mon année. On réaménageait aussi nos chambres

et les activités que nous souhaitions mener au cours de l'année. **Bref, en août on écrivait déjà la trame d'une nouvelle histoire.**

Alors si j'ai un premier conseil à partager aux parents, ce serait peut être de **célébrer ce renouveau avec vos enfants**, de l'ancrer par des petits rituels, de marquer ce passage important. Préparez-vous tous à cette nouvelle aventure, comme on part pour un voyage. Car même si on ne reprend pas le chemin de l'école, on ne peut être insensible à ce parfum de rentrée qui envahit nos rues et nos allées. C'est une trop belle occasion de se réinventer pour passer à côté.



Raconter l'école (avant la rentrée)

L'un des rituels que j'aime le plus est celui de raconter des histoires - ça ne vous étonnera pas. Nous avons chez nous plein de livres qui racontaient l'école, la classe, la séparation et chaque fois nous les lisions. Pour mon esprit d'enfant, c'était le signal du changement qui s'en venait.



Quelques idées de livres ici

Ceci n'est pas une liste exhaustive mais ça aidera peut être :

- **Les ancêtres** : les Max et lili (ne font pas leurs devoirs, ainsi va la vie) et les j'aime lire
- **Pour penser son rôle** : Je déteste l'école ; mon école à nous ; et si je n'allais plus à l'école (B. Labbé)
- **Dans le monde** : le rêve de Fatou, le crayon magique de Malala

Et pour aider les enfants à se l'approprier, allez vous promener autour de l'école, montrez-leur la photo du directeur ou de la maîtresse s'ils savent déjà avec qui ils seront, instaurer déjà un rythme qui les aidera à bien vivre ce changement. Rendez-la vivante pour qu'elle devienne une précieuse alliée au cours de l'année.

Des rituels pour mieux vivre (au cours de l'année)

L'importance des rituels n'est plus à prouver, et pourtant nous peinons à leur trouver une place dans notre quotidien. Alors voilà ce que je vous invite à faire pendant tout ce mois de septembre : trouver et inventer vos propres rituels avec vos enfants. Avant l'école, après la classe, le weekend. C'est en début d'année qu'il est le plus facile de les ancrer. Et ne perdez pas espoir si cela met du temps à prendre, il faut être patients !

Quelques idées en vrac :

- **Pour se quitter** : ritualiser vos aux revoir (inventez votre propre check, expliquez-leur le déroulement de la journée, attendez-les à la sortie avec un gouter surprise). Je précise ici et notamment pour les plus petits, que ce sont les parents qui souvent ont du mal à quitter leurs enfants, alors essayez de ne pas leur montrer, de quitter la classe rapidement afin que les enfants ne ressentent pas votre tristesse).
- **Pour se rassurer** : trouver des portes bonheur (tenue, bracelet, doudou), des chansons de la joie à écouter avant de partir ou pour se reconforter, préparer ses affaires pour le lendemain
- **Pour se raconter** : les trois kifs par jour, les dessins, donner une note à sa journée (souvent plus facile que les mots)
- **Pour prendre soin de soi** : ritualiser les moments de sommeil ([histoire de Marlène Jobert](#), [comptine rigolote avec ma soeur](#), aménagement d'un cocon pour s'y sentir bien).

Pour les enseignants, je vous partage ici une mine d'or à consulter afin de bien préparer votre première semaine de rentrée.

Je travaille avec [l'association Scholavie](#) qui oeuvre pour former les enseignants aux compétences psychosociales et met à disposition en accès libre de nombreux outils pédagogiques. J'ai réalisé une vidéo afin de présenter sa mission [ici](#). Mais j'aurai de toute façon l'occasion de vous en reparler.



[Voir le site](#)

Et la rentrée à l'école du nouveau monde dans tout ça ?

Je vous en dirai plus bientôt. L'école réouvre ses portes le 1er septembre avec tout plein de surprises. Les informations sont à retrouver [sur la plateforme ici](#).



L'école du nouveau monde

Comment nous rejoindre dès le 1er septembre ? Sur la plateforme ici :

Choisissez [votre formule](#), selon leur âge et leurs besoins (l'abonnement 1 convient aussi aux enseignants !).

Un **atelier de rentrée** aura lieu le 6/09 et il est **gratuit** !

[S'inscrire ici](#)

Un **kit de bienvenue** sera envoyé à ceux qui le désirent.

[Commandez-le](#)

[Voir toutes les abonnements ici](#)

L'école est une invention merveilleuse et pourtant elle peut soulever tellement d'angoisses. Selon les besoins de vos enfants choisissez vos histoires et vos rituels pour la rendre vivante et accueillante, car l'école peut devenir une véritable amie. Et déculpabilisez-vous, l'école actuelle n'est pas faite pour tout le monde. Certains enfants s'y sentiront mieux que d'autres, mais tous s'en sortiront avec ou sans elle. Faites-vous confiance et prenez le temps de préparer d'abord votre rentrée, c'est le plus important !

Vous avez des commentaires ou avis à partager ?

Rejoignez-nous dans la communauté afin d'échanger sur ces sujets !



[Rejoindre ici](#)

Merci à tous de partager autour de vous ces billets à toutes les

personnes qui pourraient être intéressées. Nos idées s'enrichissent
au contact des autres et j'ai hâte de découvrir les vôtres !



Ateliers Des Mille Sens

14 place de l'amphithéâtre, 75014, Paris

Cet email a été envoyé à {{contact.EMAIL}}

Vous l'avez reçu car vous êtes inscrit à notre newsletter et/ou avez souscrits
des abonnements à la plateforme de l'école.

[Afficher dans le navigateur](#) | [Se désinscrire](#)

