Isa : Bonjour à toutes et à tous,

Dans le cadre de notre service, Rebonds à Liège, nous souhaitions vous présenter un outil que nous avons imaginé et expérimenté à Rebonds depuis trois ans : le Carnet d'expériences.

Avant de vous montrer concrètement ce que cela peut donner, nous allons prendre quelques minutes pour vous expliquer d'où vient cette idée, quel est le principe du carnet et ce que nous cherchons à faire avec cet outil.

Steph : Pourquoi un Carnet d'expériences ?

À Rebonds, les jeunes vivent de nombreuses expériences : des activités, des rencontres, des moments en groupe, des découvertes, mais aussi parfois des difficultés, des réussites et beaucoup d'émotions.

Tout cela fait partie de leur parcours. Une fois l'activité terminée, il n'en reste parfois que peu de choses.

L'idée du carnet est donc de laisser une trace de ce qui est vécu, mais surtout de permettre au jeune de pouvoir y revenir et de mieux comprendre son parcours, identifier ce qu'il a appris, les difficultés surmontées, les émotions que cela a suscité…

Le carnet est pensé pour le jeune et avec le jeune. C'est un outil qu'il va progressivement s'approprier, dans lequel il peut choisir ce qu'il souhaite conserver, exprimer et/ou partager.

Isa : Qu'est-ce que le Carnet d'expériences ?

Le terme « expériences » est important.

Nous ne cherchons pas uniquement à conserver des productions ou à raconter ce qui s'est passé. Nous insistons sur le fait qu'il s'agit plutôt de garder des traces de ce que le jeune a vécu, ressenti et découvert, mais aussi de ce qu'il a pu apprendre de lui-même, des autres ou des situations rencontrées : un atelier, un entretien, une rencontre…

Comme vous l'avez vu, ce carnet peut prendre des formes très différentes : écriture, dessin, collage, photos, images…

L'objectif est de favoriser l'expression et la créativité du jeune, sans recherche de performance ni jugement esthétique.

Steph : Prendre du recul

Le carnet permet aussi de s'arrêter sur ce qui a été vécu et de le questionner.

Au fil du temps, le jeune peut ainsi mieux identifier ses forces, ses fragilités, ses émotions et ses apprentissages, mais aussi observer son évolution.

Isa : Comment cela fonctionne ?

Le carnet accompagne le jeune tout au long de son passage à Rebonds.

Il lui est présenté dès son arrivée afin qu'il puisse progressivement se l'approprier.

L'équipe conserve différentes traces du quotidien : photos, tickets, flyers, etc. Elle veille également à proposer des éléments qui peuvent nourrir le carnet :

exercices de connaissance de soi, conclusions d'un débat, réflexions à la suite d'un entretien avec le référent, etc.

Chaque semaine, un temps est prévu dans le programme pour travailler sur le carnet en groupe. Il peut également être utilisé en individuel avec le référent, selon les besoins et les réalités de chacun.

Ce temps permet de choisir ce que l'on souhaite conserver, de mettre en ordre les éléments et de réfléchir à leur signification.

Le carnet devient ainsi une sorte de fil conducteur du parcours : on peut revenir en arrière, observer différents moments et voir ce qui a évolué ou pas.

Steph : Un outil qui appartient au jeune

Une dimension importante est que tout ne doit pas nécessairement être partagé.

Le jeune peut garder certaines choses pour lui, en partager d'autres avec son référent ou éventuellement avec le groupe.

Cela permet de respecter son rythme et son intimité, tout en favorisant les échanges autour des expériences de chacun.

Isa : Pour résumer

Le Carnet d'expériences permet de :

vivre → garder une trace → revenir sur l'expérience → prendre du recul → identifier ses apprentissages → mieux se connaître → renforcer l'estime de soi

Après cette présentation, nous vous proposerons à votre tour une petite expérience pratique, afin que vous puissiez expérimenter concrètement le principe du Carnet d'expériences.