



Ateliers d'écriture spontanée

Ecole aux Quatre-Vents, Rivière-au-Renard
Ecole Saint-Joseph-Alban, L'Anse-au-Griffon
du 16 novembre au 2 décembre 2016



Introduction

Du 13 novembre au 4 décembre 2016, Alia a animé 27 ateliers d'écriture spontanée en Gaspésie dans deux établissements de la Commission scolaire des Chic-chocs : école Aux Quatre-Vents à Rivière-au-Renard, école Saint-Joseph-Alban à L'Anse-au-Griffon. Toutes les classes, de la maternelle à la 6e année ont vécu l'expérience.

L'animatrice a rendu compte de son séjour par ces mots :

« C'est une joie de travailler dans de telles conditions, des locaux adaptés, une gestion d'établissement impeccable, une belle atmosphère, un directeur et des enseignants accueillants et des enfants ravis de plonger dans cet espace de créativité que nous proposons. Je tiens à remercier chaque personne rencontrée lors de mon passage dans ces deux écoles. »

Sur les 250 enfants qui ont participé à ces ateliers, nombreux sont ceux qui ont exprimé le souhait de recommencer.

Leurs textes et leurs dessins sont éloquentes, ils témoignent de leur capacité créative et de la joie qu'ils ont ressentie lors de ces ateliers.

(Les plus jeunes ont dicté leurs textes à l'animatrice.)



Textes et dessins des enfants

J'ai senti mon cœur battre, ensuite j'ai ressenti quelques frissons et un endroit m'est venu en tête, un endroit là où on sent le bonheur et on entend le silence. Le paysage était de toute merveille, je me sentais bien. Tout à coup j'entendais des pas et j'ai vu quelqu'un, je ne savais pas qui c'était mais je savais qu'il voulait le bien. Quelques minutes plus tard, je me sentais libre, il y avait des papillons qui volaient autour de moi et puis j'ai ouvert les yeux.

Cet atelier m'a fait savoir que c'est important de s'exprimer et d'écouter tous les moments importants.

Emy-Lou (10 ans)



J'ai vu une étoile, j'ai entendu une musique dans le saule pleureur et des bonhommes qui ont chanté l'automne. Deux feuilles sont tombées du saule pleureur. Je me suis senti bien dans mon cœur quand j'ai fermé les yeux. Il y avait un pin puis un oiseau s'est rapproché doucement du saule pleureur. Le pin pousse les autres arbres. Après il est devenu gigantesque. Après il y avait un monsieur, une madame, des enfants et un bébé.

Félix-Antoine (5 ans)

L'oiseau était jaune avec des ailes vertes, blanches et noires, la queue bien verte et le bec jaune. Il chantait quand j'écoutais le silence. C'était parfait.

Vincent (7 ans)

J'ai ressenti que le musicien du silence ouvrait le coffre dans mon cœur. Je me sens différente de d'habitude parce que je n'ai jamais appris ce truc-là avant.

Océane (6 ans)



J'ai senti la liberté, le bonheur et la joie d'aller chasser la perdrix dans la forêt avec ma carabine à plomb.
J'ai aimé le silence et le bonheur.
Merci de m'avoir écouté.

Ayden (10 ans)

J'ai fermé les yeux, quand j'ai regardé dans le champ, j'ai vu une grosse maison apparaître, elle était multicolore, il y avait plein de gens qui dansaient et chantaient autour. Quand j'ai fermé les yeux j'ai beaucoup aimé ça. Je n'avais jamais vu ça aussi bon de ma vie. Après ça il n'y avait plus rien. Quand j'ai ouvert les yeux je savais qu'elle existait. Ça m'a apporté de la chaleur au cœur. Quand j'ai eu de la chaleur, ma maman est arrivée, je lui ai demandé si elle avait vu la maison multicolore, elle m'a dit oui et m'a dit ça c'est la magie qui vient dans ton cœur.

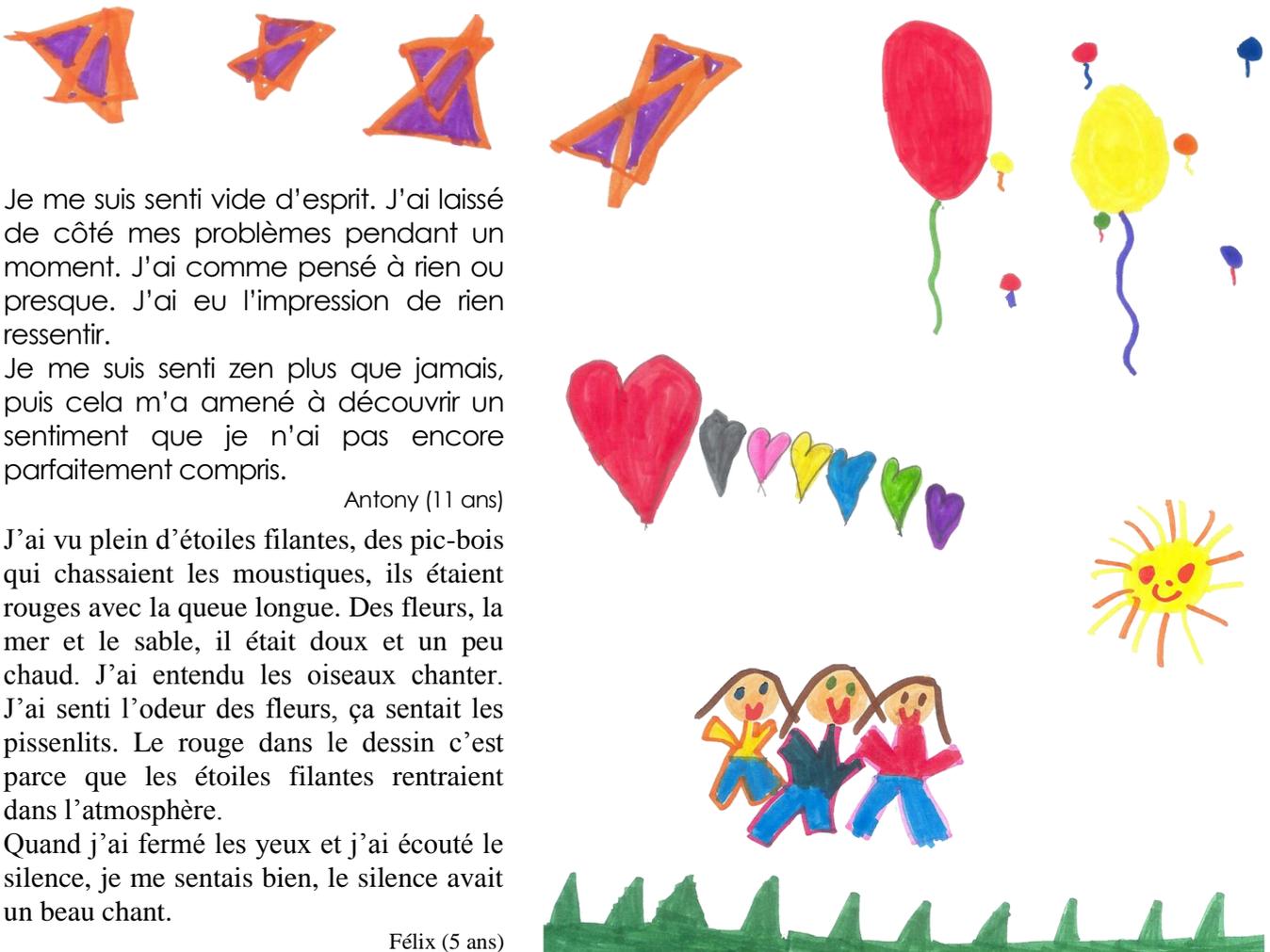
Danielle-Océane (6 ans)

Je n'ai rien entendu, juste le battement de mon cœur. Silence. Je ressens de la paix à l'intérieur de moi.

Madryk (11 ans)

Je me suis senti bien parce que j'ai entendu le silence. Je me suis senti joyeux. J'ai entendu mon cœur battre. J'ai aimé cette activité car c'était un moment tranquille.

Matis (9 ans)



Je me suis senti vide d'esprit. J'ai laissé de côté mes problèmes pendant un moment. J'ai comme pensé à rien ou presque. J'ai eu l'impression de rien ressentir.

Je me suis senti zen plus que jamais, puis cela m'a amené à découvrir un sentiment que je n'ai pas encore parfaitement compris.

Antony (11 ans)

J'ai vu plein d'étoiles filantes, des pic-bois qui chassaient les moustiques, ils étaient rouges avec la queue longue. Des fleurs, la mer et le sable, il était doux et un peu chaud. J'ai entendu les oiseaux chanter. J'ai senti l'odeur des fleurs, ça sentait les pissenlits. Le rouge dans le dessin c'est parce que les étoiles filantes rentraient dans l'atmosphère.

Quand j'ai fermé les yeux et j'ai écouté le silence, je me sentais bien, le silence avait un beau chant.

Félix (5 ans)

J'étais libre et ouverte à toutes les choses, je me sentais relaxée et prête à découvrir le monde. J'ai aimé cette activité car j'ai pu vivre et respirer de l'air frais. Le moment de silence m'a fait découvrir qui j'étais vraiment et j'ai hâte de dire à mes parents ce que j'ai fait. Merci beaucoup !

Aimée (9 ans)

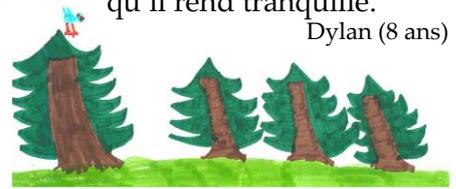
J'ai vu un oiseau géant qui m'a emporté sur ses ailes. J'ai senti les nuages me chatouiller le nez. Je voulais voler avec l'oiseau. Son bec attrapait les pommes, les bananes et les oranges. Son cœur a ressenti l'amitié partout autour de lui. J'ai ressenti mon ami l'oiseau dans mon cœur.

Magaly (8 ans)



Quand j'ai fermé les yeux, j'ai vu plein d'étoiles dans le ciel, j'ai entendu la musique de la liberté. Mon cœur était tout bien à cause du silence, parce qu'il rend tranquille.

Dylan (8 ans)



Je suis allée dehors dans ma forêt, j'ai marché et j'ai vu un portail magique multicolore, dedans je voyais une immense montagne de neige. Je suis rentrée à l'intérieur, j'ai escaladé la montagne, c'était très dur. Ensuite je suis arrivée au sommet et j'ai découvert une grotte, je suis rentrée à l'intérieur puis j'ai vu un escalier, je l'ai descendu et puis je suis tombée dans le vide et j'ai vu tous mes sentiments.

L'atelier était vraiment intéressant puis ça m'a permis de découvrir un autre monde. Merci !

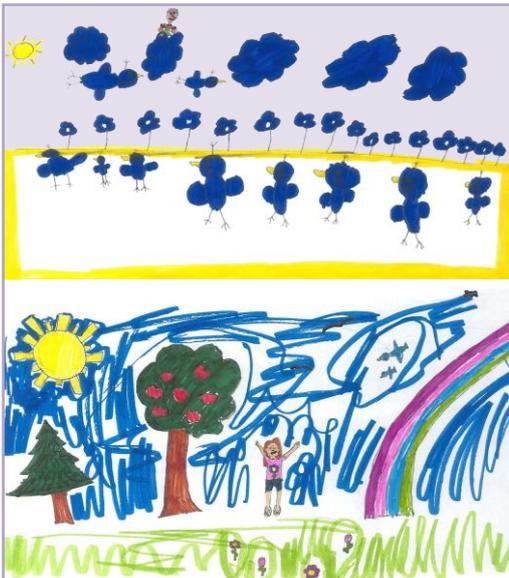
Gabrielle (9 ans)

J'ai beaucoup aimé cette activité. Je me sens différente. Cette activité nous a aidés à mieux comprendre l'essentiel de la vie.

Kelly (11 ans)

J'ai vu des renards dans une forêt, ils mangeaient de l'herbe. J'ai vu des papillons verts, ils étaient en train de voler. J'ai vu un pommier puis il y avait des pommes rouges. J'ai vu des nuages gris de pluie et un soleil. J'ai senti des parfums d'orange et de fleurs. Ça m'a fait du bien aux oreilles d'écouter le silence.

Émile (5 ans)



J'ai vu des étoiles filantes et des cœurs-ballons et j'ai vu le coffre aux trésors à côté. Dans le coffre aux trésors, il y avait une corde pour attraper les ballons et les mettre dans mon cœur, pour me faire une joie. Je me suis senti bien et joyeux.

Jérémy (7 ans)



J'ai pensé à l'univers, les galaxies. J'ai pensé que je mourais dans le silence, dans le beau paysage de la galaxie, je voyais la terre et c'était beau. C'était la plus belle chose que j'avais vue de ma vie. Le silence ça fait beaucoup de bien. J'entendais des rires, de la joie, pas la guerre. J'ai aimé ça.

Rosabelle (9 ans)



Quand j'ai fermé les yeux et que j'ai écouté le silence j'ai ressenti la douceur. Cette activité est géniale parce que j'ai pu être vraiment contente.

Maude (8 ans)

Je faisais une promenade dans la forêt puis j'ai entendu les oiseaux chanter et j'ai continué ma route, j'ai vu un caribou et des fleurs. La forêt était magique. J'ai senti l'amour dans mon cœur. Je me fais plus confiance ici (dans l'atelier).



Je me suis senti libre au plus profond de moi-même. Seul comme dans le désert du Sinaï. J'ai senti l'écho de mon esprit résonner dans tout mon corps. Tout le long de l'exercice, je me suis bien senti et cela m'a appris à comprendre le sens de la vie.



Flavie (7 ans)

Élie (11 ans)

Pendant l'activité c'était beau et dans mon cœur c'était parfait.

Kevin (7 ans)

Le ciel était plein d'étoiles avec une lune. Et il y avait des amis dans le ciel, ils jouaient au ballon. J'ai entendu les étoiles chanter. C'était beau la lumière dans le ciel. C'était la fête des étoiles. Mon cœur était heureux.

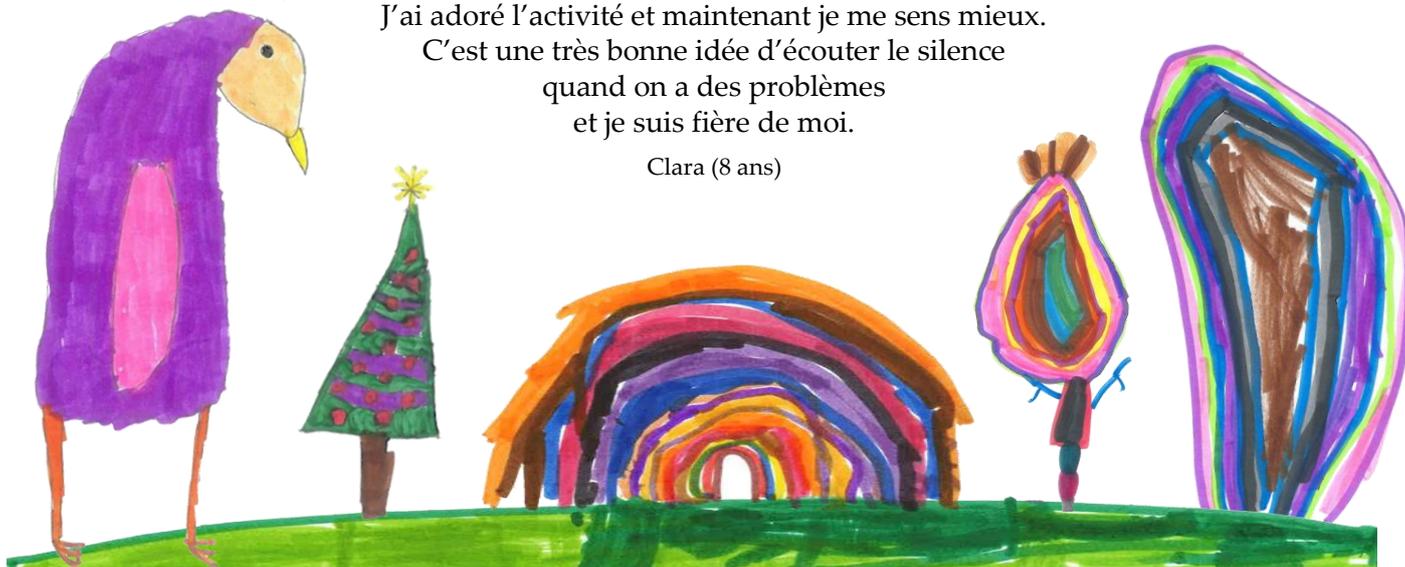
Marie-Lou (8 ans)

J'ai vu des fleurs et des oiseaux. J'ai entendu une musique calmante, douce et belle. J'étais sur une étoile. J'ai vécu des sentiments : joie, douceur et clarté.

J'ai adoré l'activité et maintenant je me sens mieux.

C'est une très bonne idée d'écouter le silence quand on a des problèmes et je suis fière de moi.

Clara (8 ans)



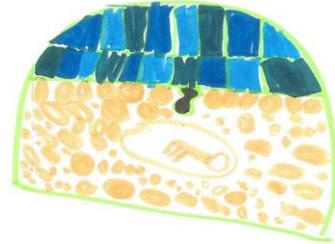


J'ai compris ce que le silence voulait dire, il dit de prendre le temps de vivre le moment présent, d'écouter les choses qui nous entourent et de sentir les choses que tu préfères. Merci beaucoup.

Rosie (9 ans)

J'ai eu le sentiment que je volais dans l'univers et de voyager dans le temps. C'était la paix dans un monde où l'harmonie règne. J'ai eu l'impression que chacun de nous était un morceau de l'univers qui complétait un casse-tête.

Antony (11 ans)



Quand j'ai fermé les yeux j'ai vu des papillons, deux jaunes avec des lignes, un orange et un brun-jaune. Il s'est assis dans ma main. Ça me chatouillait. C'était beaucoup calme. Moi je me calme tout seul dans ma chambre. C'était bien.

Nathan (5 ans)

Je suis allée dans le sud et quand je suis arrivée, il n'y avait personne et le silence était là. J'ai tout de suite senti que la magie du silence ne s'en irait pas. J'étais bien.

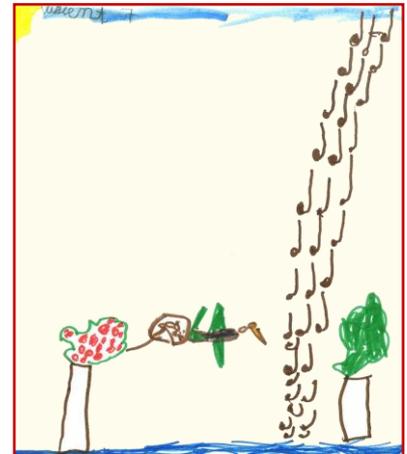
Karel (8 ans)

J'ai aimé cet atelier parce ce que ça m'a permis de voir comment la vie peut être calme.

Samuel D (9 ans)

Je visitais la nature. Il y avait plus rien à part moi. Plus de voiture, pas de technologie. J'étais très bien. Je me sentais au paradis. Je me sentais libre.

Lily-Rose (10 ans)



Monsieur Silence est venu me débarrasser de tous mes problèmes. Après je me suis sentie vraiment très bien, j'étais très heureuse. Ça m'a apporté un moment de liberté avec moi-même.

Sarah Lee (9 ans)

J'ai senti le silence en moi et la paix. J'ai senti de la puissance en moi, je me sentais comme sur une étoile. Je sentais ma colère s'en aller comme si j'étais en voyage dans le sud.

Je me sentais sur la patinoire en train de jouer au hockey. J'ai aimé faire cet atelier ça m'a apporté du calme et du silence.

Médéric (9 ans)



Je me suis sentie calme comme le son des vagues de la mer.

Laurence (8 ans)

J'ai aimé cet atelier car ça m'a relaxé. Tous les petits stress de la vie se sont volatilisés. J'ai eu un sentiment de confiance.

Thomas (11 ans)



J'ai ressenti un beau gros soleil magnifique qui nous accueille et qui nous réchauffe. Je me sens plus calme.

Alexis (9 ans)

J'entendais le son du violon dans une belle pluie douce. Je me sentais dans la paix et le calme. J'étais dans le paradis du monde.

J'ai adoré l'activité. Avant je parlais terriblement et après très silencieux, c'est très émouvant.

Dylan (11 ans)



J'ai vu plein d'étoiles. Ça m'a enlevé tout ce que j'avais dans ma tête. J'ai ouvert les yeux et ça m'a donné le goût de dessiner. Je me sens bien, plus joyeuse que d'habitude.

Maélie (6 ans)



J'ai appris de cet atelier que c'est important d'écouter son cœur.

Louane (10 ans)

J'ai entendu mon cœur battre et je l'ai vu plus gros que tout. J'ai aussi vu mon rêve de l'autre côté de mon corps. Je me suis senti le plus joyeux au monde. J'ai reçu un gros coup dans mon dos et c'était mes poumons qui respiraient. Mon cœur me parlait, il me disait que j'irai au bout de tout ce que je commencerai. Je sentais mon sang circuler dans mon corps.

J'ai bien aimé l'activité, auparavant je n'avais jamais fermé les yeux et pensé au silence et essayé de voir ce que je ressentais. Merci.

J'ai vu une mer calme avec des oiseaux dans le ciel. J'étais sur une île déserte dans l'océan. J'étais calme, paisible, un oiseau est venu sur moi et il y avait des poissons, des dauphins et des sirènes qui chantaient. Et je suis apparue dans la forêt avec des arbres enchantés et des fées qui volent et qui chantent, et des papillons.

Une biche est venue me parler, je l'ai suivie, elle m'a emmenée en-dessous d'une chute d'eau. Il y avait des mini poissons qui parlaient, ils étaient tout brillants, il y avait un arc-en-ciel dans la chute d'eau. Je me suis mise sous la chute d'eau et tout est devenu bleu. J'entendais les oiseaux mais je ne les voyais pas, c'était bizarre, mais j'étais bien.

Et puis j'ai ouvert les yeux. Je me suis sentie bien. J'avais l'impression de redécouvrir la personne que j'étais étant petite. Ça m'a permis de redécouvrir mon monde intérieur, de me retrouver en moi.

Angely (11 ans)



William (10 ans)



J'ai bien aimé cet atelier, ça m'a fait chercher au plus profond de moi, maintenant je me sens mieux.

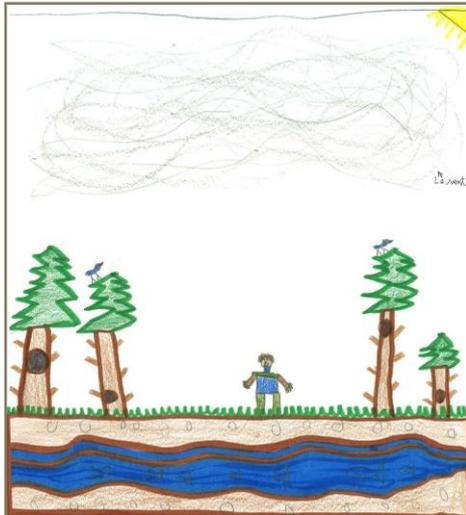
Rohan (11 ans)

Quand j'ai fermé les yeux, j'ai pensé à des étoiles, des papillons, un arc-en-ciel et puis des étoiles filantes. J'écoutais le silence, c'était doux. J'étais bien.

Emy P (5 ans)

C'est comme si j'avais vu un trou noir et au bout du tunnel il y avait la vie. J'ai laissé ma peur de côté pour affronter mon destin.

Kelly (11 ans)



Je me sentais dans un lit de guimauves, personne ne me dérangeait à part le bruit des oiseaux qui rentraient en moi. Je ne pouvais plus bouger à force que j'étais calme.

Byanca (10 ans)

J'étais libre comme l'air. Toutes les choses que je devais faire étaient disparues. Ils s'étaient volatilisés, j'avais soufflé dessus. J'étais apaisée, vide de la bonne façon. Le silence régnait en moi. Mes yeux ne voulaient plus s'ouvrir parce qu'ils étaient cousus, scotchés.

C'était très relax, un peu trop imaginaire mais très confortable. C'était comme plonger dans le plus profond d'un trou.

Naëlou (11 ans)

J'ai entendu mon cœur battre dans le silence. "Je m'ai senti très bien."

Olivier (9 ans)

J'ai ressenti le calme et la chaleur dans mon corps grâce au soleil qui était en dedans de moi.

Noémie (11 ans)

J'ai vu un papillon mauve avec des petits cœurs. J'ai vu une étoile chanter. Je me sentais bien comme le ciel. J'étais heureuse.

Emy D (5 ans)

J'ai bien aimé cette activité parce que j'ai appris des nouvelles choses, elles font la tranquillité. J'ai appris à entendre le silence.

Artimon (8 ans)

J'ai entendu les oiseaux, les rivières qui coulent à travers des petites parois de rochers et j'entendais le vent qui soufflait dans les feuilles des arbres.

Le calme et la tranquillité m'ont transpercé et je me suis senti apaisé. J'étais dans ma bulle, rien ne pouvait me déranger. Un vide total, il n'y avait rien pour me distraire. Je me suis senti bien et détendu.

Elliot (11 ans)



Quand j'ai fermé les yeux j'ai vu un arc-en-ciel, puis une maison et un gâteau de fête. J'ai vu une sorte de petites graines qui venaient du ciel, c'était les rayons du soleil qui tombaient par terre. J'ai senti que j'étais contente dans mon cœur...

Britany (5 ans)



J'ai vu la nature, que je pêchais en canot sur un lac. J'ai trouvé ceci très agréable. Et au-dessus de moi, j'ai vu un trou bleu qui se reflétait sur le lac. J'ai senti mon esprit monter dans ce trou bleu.

J'ai senti une étoile se connecter en moi avec un ciel étoilé.

Jason (11 ans)

Pendant l'atelier, j'ai entendu le silence, je ne sais pas comment le dire. J'ai aimé ça.

Marily (6 ans)

J'ai appris que l'on pouvait sortir ce qui nous tracasse de notre tête en se concentrant sur nous-même.

Je me suis sentie légère. Je me suis concentrée sur moi, j'ai alors oublié le bruit qui m'entourait.

C'est comme si j'avais vu un autre monde, un monde que j'avais cru impossible.

Ce n'était pas un monde parfait, mais un monde magique.

Au bout d'une route dans ma tête.

C'est moi qui créais ce monde.

Je me sens différente car j'ai appris que je suis capable de faire le vide en moi,

d'enlever tous mes tracas, de les laisser de côté

tout simplement.

Je m'en croyais incapable.

Émy-Lou (11 ans)



Ça m'a calmé et ça m'a fait relaxer. J'ai adoré, j'ai eu du plaisir avec mes amis. Merci à vous d'avoir fait ça.

Charles-Élois (9 ans)

Dans un trou blanc. Le son d'un moteur d'ordinateur. En arrière d'une école en Islande. Avec le léger parfum de la mer et le bruit des vagues.

Le lichen était rempli de petits êtres comme si l'herbe était vivante. La rosée se posait sur les petits arbustes et les roches en cœur. Moi et ma mère, nous n'osions même pas piler sur la végétation qui était aussi vivante que n'importe quoi de plus vivant au monde. On aurait dit qu'une grotte se trouvait en dessous de nos pieds. Le sable noir était aussi en feu qu'un volcan en éruption, les algues ressemblaient à du papier. J'avais envie de me coucher dans la mousse. C'était le temps de partir. En marchant sur les roches placées en ligne, j'aperçus des petits êtres qui se cachaient pour ne pas se faire capturer par les humains. Au fait c'était des elfes, de vrais elfes.

Naëlou (11 ans)



Je me sens calme. J'aimerais refaire cette activité. J'aimerais beaucoup apprendre "le langage de la vie".
Charline (11 ans)

J'ai vu le vide en moi et je me suis sentie calme et relaxe. Ça m'a permis d'en apprendre plus sur moi-même.

Kelly (11 ans)



J'ai vu un arc-en-ciel, le soleil, des fleurs mauves. Ça m'a fait plaisir. J'ai entendu des oiseaux chanter sur un arbre vert et brun. J'ai senti le parfum des fleurs. J'ai fermé les yeux, j'ai attendu que le silence arrive. Il y avait beaucoup de bruits, les gens marchaient et tout d'un coup c'était silencieux. Je l'ai entendu en moi dans mon cœur.

Jade (5 ans)

Un sentiment d'apaisement et de calme.
Un sentiment d'être chez-soi.
Je me suis senti libre comme le vent.
Je me suis senti emporté dans un autre monde.

Élie (11 ans)



Témoignages d'enseignants

Au fil des ateliers, les enseignants ont assisté à la conclusion des élèves. Leurs avis sont positifs et encourageants :

– Certains m'ont dit que c'était important d'écouter son cœur ; ils m'ont dit qu'ils ont aimé leur atelier pour la plupart. Cela permet aux enfants de chercher à l'intérieur d'eux, de faire place à leur imagination, d'être capables de garder le silence pour mieux réfléchir. C'est bien car nous ne prenons pas toujours le temps de les amener à faire cela.

– Activité intéressante. Permet aux élèves d'écrire dans un autre contexte. Leur permet de travailler calmement, de s'arrêter et d'être centrés sur eux-mêmes.

– Activité intéressante qui permettait aux enfants de laisser libre cours à leur imagination.

– Les élèves ont dessiné une émotion... Je ne voyais pas le lien avec l'écriture, mais ils ont tout de même aimé leur moment.

– Activité à faire plus souvent pour laisser les élèves s'exprimer. Les élèves semblaient avoir beaucoup apprécié ! Un seul a trouvé ça long... les élèves étaient sereins et calmes.



– Vraiment très apprécié ! Les enfants étaient détendus. Belle activité. Ce n'est pas souvent que les enfants prennent le temps de s'arrêter et d'écouter le "calme".



Conclusion de l'animatrice

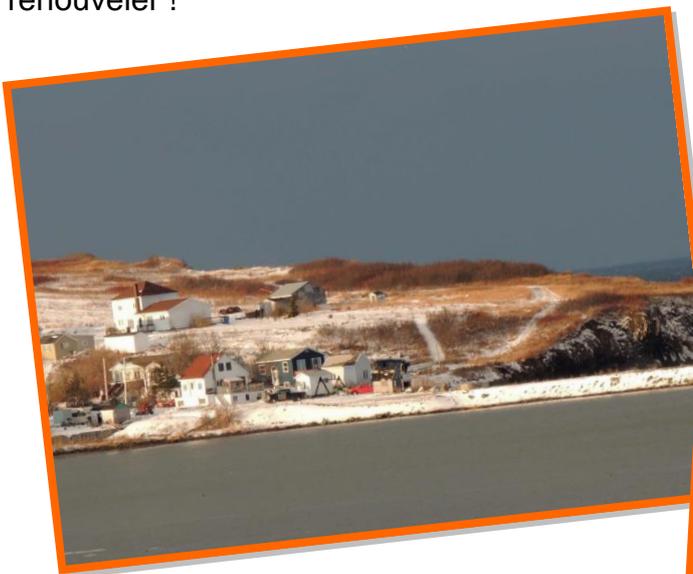
« Un atelier d'écriture ou d'expression spontanée (pour les plus petits) est avant tout un temps que l'on met à profit pour amener les participants à découvrir la beauté qui les habite et qui les entoure, à la nommer et à se l'approprier. »

Alia



Espaces de créativité, ces ateliers ont fait émerger un besoin essentiel : se rencontrer soi-même et explorer son monde intérieur. Les élèves ont pleinement mis à profit ce temps de respiration pour y répondre. Leur potentiel créatif débridé, ils se sont racontés avec bonheur, ont imaginé, exprimé et décrit la beauté dans leurs textes et dessins.

Il ressort de leurs témoignages qu'ils ont aimé l'expérience et souhaitent vivement la renouveler !



Contacts

Association *les ateliers de la plume*

- Siège social : Hameau des Logissons - 1 Allée des Flandres
13770 VENELLES
- Présidente : Clotilde Guay - 06 73 82 36 58
- Secrétaire : Martine Bonin - 06 65 24 51 63
- Site : www.lesateliersdelaplume.fr
- Courriel : contact@lesateliersdelaplume.fr
- Contact Québec : Francine Brault - quebec@lesateliersdelaplume.fr

