

Étape :1

Avec une nappe tournante des catégories de peurs.

Matériel : crayons pour chaque jeune, une nappe en papier blanche pour écrire dessus
Télécharger le schéma des peurs

Durée : 30 mn

L'animateur(trice) propose aux jeunes de se rappeler les peurs qu'ils ont énumérées dans le début de l'étape 1.

Il (elle) propose de classer ces peurs dans des catégories, d'abord oralement en laissant le débat s'installer puis dans un deuxième temps avec la technique de la nappe tournante, en copiant le schéma proposé ou en le créant à partir des catégories proposées par les jeunes.

Exemples de catégories :

- Peur d'éléments naturels (*tempête, tremblement de terre, réchauffement climatique,...*)
- Peur d'animaux, d'objets (*chien, araignées, masque de clown, seringues, ...*)
- Peur dans certaines situations (*parler en public, de l'inconnu, voyager en avion, ...*)
- Peur des autres (*regard des autres, d'être exclus, foule, ...*)
- Peur existentielle (*maladie, mort, souffrance, avenir, échec, angoisse, ...*)

Mettre la « nappe » au milieu de la table. Chacun écrit dans la section devant lui de quoi il a peur dans cette catégorie. Les jeunes peuvent décrire une situation précise, dessiner une chose dont ils ont peur, écrire juste un mot. Après une minute, on tourne la nappe et on recommence l'exercice pour la nouvelle section qui est devant soi. Quand la nappe a fait un tour complet, on lit ce que chacun a décrit dans chaque section. L'échange est à nouveau possible autour des choix et des peurs.

