



# IKIGAI : l'énergie de 3 mamans

ANNE-LAURE TROUBLÉ

Aurélié Sigrand a 3 enfants, dont Ysé (10 ans), porteuse d'une trisomie 9. Après le choc de l'annonce, elle découvre le dur quotidien des mères d'enfants handicapés. Décidée à faire bouger les lignes et à profiter de la belle énergie qui traverse le monde de l'Éducation, elle crée avec 2 autres mamans (Agnès et Stéphanie) l'association Ikigai. Un lieu pluridisciplinaire, en construction, où sont déjà proposés des ateliers inclusifs et une formation pour les accompagnants d'élèves en situation de handicap (AVS/AESH). En chantier pour 2018 : une websérie sur YouTube. Revue de détail.

## Que signifie « Ikigai » ?

Selon les Japonais de l'île d'Okinawa, chacun a un Ikigai caché comme un trésor à l'intérieur de soi. Trouver son Ikigai, c'est trouver sa place au milieu des autres, trouver ce pour quoi l'on est fait et ce qui nous rend heureux...

## Qu'appellez-vous « ateliers inclusifs » ?

Les ateliers Ikigai (pour les enfants de 6 à 10 ans) ont la particularité de mixer enfants avec et sans handicap. Chaque atelier propose 2 activités coanimées par un duo d'artistes, d'enseignants ou de professionnels de la santé : « Théâtre et expression corporelle » est animé par une chorégraphe et une psychologue ; « Arts plastiques et jeux d'écriture », par une plasticienne et une orthophoniste... L'objectif est d'apprendre à vivre ensemble, à se découvrir, à se surprendre, à partager... Point de réussite, ni d'échec : ici, ce que l'on quantifie c'est le nombre de sourires, de regards échangés, de mains tendues...

## Un exemple de moment ainsi partagé ?

Pendant l'atelier d'écriture, l'animatrice demande quelles sont les principales qualités que les enfants aimeraient retrouver chez leur héros. La question est très ouverte et les enfants neurotypiques ont du mal à trouver des idées... On sent qu'ils s'interrogent sur ce qu'il « faut » dire, sur ce qui va être « bon » ou « pas bon ». Puis c'est au tour de Pedro et Nassim\*, deux enfants Asperger, de s'exprimer. Passionnés par le sujet, ils s'expriment librement et avec enthousiasme, dans un débit ininterrompu, sans se poser la question de savoir si cela va plaire ou non. Immédiatement, au sein du groupe, la parole se libère.

Les autres enfants rebondissent sur ces propos et peuvent alors exposer leurs propres idées sans craindre d'être jugés...

## Pourquoi proposer des formations ?

Nos enfants ont gagné le droit de fréquenter les bancs de l'école de leur quartier. Mais nous n'avons pu que constater le manque de formation des enseignants et des accompagnants sur le handicap et les troubles des apprentissages associés. C'est pourquoi nous avons choisi d'investir ce domaine en leur proposant des formations.

## À quoi les formez-vous ?

Notre formation, largement financée par des mécènes, est axée sur l'autisme et pensée comme une boîte à outils pratiques : connaître et comprendre l'autisme, gérer les émotions et les perturbations sensorielles, appréhender les troubles du comportement, accompagner les apprentissages scolaires et les relations sociales. Des réunions de suivi et d'échange de pratiques sont aussi organisées pour partager, ajuster, trouver des solutions « sur mesure » pour l'enfant que le stagiaire suit dans la classe. Et surtout, au-delà des particularités de l'autisme, ces outils pourront servir à d'autres enfants, avec ou sans handicap, « bloqués » dans leurs apprentissages de façon ponctuelle ou chronique.

## Un exemple ?

Justine\* est AESH depuis 5 ans. Cette année est particulièrement difficile, car elle accompagne un enfant non diagnostiqué, avec des troubles sévères du comportement et qui est en grande souffrance. Il communique peu verbalement, il s'automutile et il lui arrive même de la mordre. Ses parents sont dans le déni.

Justine a peu de contacts avec eux et elle ne sait pas vers qui se tourner pour mener à bien sa mission. Elle a fini par douter d'elle-même et a pensé à démissionner. Heureusement, grâce à notre formation, elle a pu mieux comprendre les manifestations psychiques et physiques de son élève. Elle a identifié des pistes pour entrer en lien avec lui, des éléments de langage pour répondre aux questions de ses camarades de classe et a trouvé un espace d'écoute et de partage avec ses pairs pour briser sa solitude.

## Sur quoi portera votre websérie ?

Notre websérie, ludique et pédagogique, s'adressera avant tout aux enfants avec TSA (troubles du spectre autistique), qui ont envie de se faire des amis mais qui ne savent pas comment s'y prendre. Pour eux, les codes sociaux sont incompréhensibles, le langage du corps est mystérieux et la reconnaissance des expressions faciales, l'emploi du second degré et les émotions des autres sont indéchiffrables... Il leur faut apprendre !

L'objectif n'est pas de dire à l'enfant « voilà comment il faut faire, voilà ce que tu dois changer pour y arriver », mais de l'aider à repérer les indices, à comprendre les liens de cause à effet ainsi que la réaction des autres face à ses comportements. C'est aussi, pour ses camarades, l'occasion de comprendre son mode de fonctionnement et ses difficultés. C'est un peu une série sur l'empathie !

## Comment financez-vous Ikigai ?

Les actions sont financées par des dons privés, des fondations et des entreprises (Fondation Veolia, Fondation IDKIDS, Fondation Orange, la Sacem), des campagnes de crowdfunding et par les frais d'adhésion. De plus, certaines PME nous soutiennent également en nous offrant du matériel ou en mettant à notre disposition leurs espaces. Nous sommes ouverts à toute forme d'aide !

## IKIGAI

contact@ecole-ikigai.fr  
http://www.ecole-ikigai.org • https://www.facebook.com/ecoleikigai/

Avec IKIGAI,  
RÉVÈLE LE HÉROS QUI EST EN TOI!

À TOI DE JOUER!



Des ateliers pour apprendre,  
grandir et être heureux  
**ENSEMBLE**

\* Par souci de discrétion, tous les prénoms ont été modifiés.