

Saga 1, épisode 7 : « Même pas peur »

(Fil rouge : Mes peurs, le grand frisson, se faire peur, la déprime, surmonter ses peurs...))

Cette fiche pédagogique est une proposition de différentes animations ou de contenus divers... librement adaptables

Vidéo	Prolongements possibles
<p><u>1) Intro</u></p>	<ul style="list-style-type: none"> - Echanger sur ce qui me fait peur ? - Est-ce que ça me manque de ne plus revoir ma famille, mes copains, mon club sportif, mes activités... ? - De quoi j'ai peur le plus et est-ce que ça vaut vraiment le coup ?
<p><u>2) Impulsion thème</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - C'est quoi ma ou mes phobies ? Et pourquoi ? - Est-ce que j'ai peur de l'avenir ? - Quelles sont les armes à disposition pour lutter contre la peur ? - C'est quoi la peur utile et la peur inutile ? 	<p>Impulsion thème par questions et association d'images</p>
<p><u>3) Texte biblique Marc 6, 47-51</u></p> <p>Quand le soir fut venu, la barque était au milieu du lac et Jésus était seul à terre. Il vit que ses disciples avaient beaucoup de peine à ramer, parce que le vent soufflait contre eux ; alors, tard dans la nuit, il se dirigea vers eux en marchant sur l'eau, et il allait les dépasser. Quand ils le virent marcher sur l'eau, ils crurent que c'était un fantôme et poussèrent des cris. En effet, tous le voyaient et étaient terrifiés. Mais aussitôt, il leur parla : « Courage ! leur dit-il. C'est moi ; n'ayez pas peur ! Puis il monta dans la barque, auprès d'eux et le vent tomba. Les disciples étaient remplis d'un grand étonnement !</p>	

<p><u>4) Proposition de Film</u></p>	<p>« Le voyage de Chihiro »</p> <p>Chihiro, dix ans, a tout d'une petite fille un peu difficile. En plus, elle s'apprête à emménager avec ses parents dans une nouvelle maison. Sur la route, la petite famille se retrouve face à un immense bâtiment rouge au centre duquel s'ouvre un long tunnel noir. De l'autre côté du passage se dresse une ville fantôme. Les parents découvrent dans un restaurant désert de nombreux mets délicieux et ne tardent pas à se jeter dessus. Ils se retrouvent alors transformés en cochons, victimes d'un sort. Prise de panique, Chihiro s'enfuit et se dématérialise. Elle devient progressivement transparente. Dans son voyage initiatique, elle va rencontrer une galerie de personnes effrayants ou bizarres qui vont la guider ou, au contraire, chercher à la retenir dans ce monde parallèle des peurs. Pour sauver ses parents, la fillette va devoir faire face à la terrible sorcière Yubaba. Un film japonais d'animation magnifique pour toute la famille et qui explore les frontières de nos peurs à tous âges, mais surtout celles du passage de l'enfance vers l'adolescence !</p> <p>Autre film ou livre à voir sur le thème avec une fiche d'animation fournie : https://www.pointkt.org/films/les-fils-de-lhomme/</p>
<p><u>5) Questions ouvertes</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Si j'ai tout le temps peur, est-ce que je ne suis pas en train de me pourrir la vie ? - Tout le monde est exigeant avec moi. On attend de moi que je réussisse tout, du premier coup ! Et si je rate, j'ai trop peur d'essayer à nouveau ? - Et peut-être que je m'imagine que les autres attendent tellement de moi, alors ça me paralyse ! Et si les autres voulaient d'abord me donner confiance ? - N'aie pas peur ! C'est facile à dire, mais que fait vraiment Dieu pour que ça ne m'arrive pas ? - Est-ce que les héros bibliques ont aussi peurs, ou ce sont des super-héros sans peur ? - J'ai peur de la mort, c'est douloureux ? Il y a quelque chose après ? - Le grand frisson c'est la même chose que la peur ? 	

6) Pour avancer et illustrer le thème

Un conte

« Il était une fois une petite fille qui vivait dans un beau pays entouré de montagnes. Une, surtout, était impressionnante. Un jour la petite fille demande à sa maman : qu'y a-t-il derrière la montagne ? La maman semble effrayée, en tous cas, embarrassée et répond qu'elles en reparleront quand la fillette sera plus grande. Même chose quand la fillette s'adresse à sa grand-mère, puis à d'autres adultes... La nuit elle ne peut plus dormir tellement elle se demande ce qu'il y a derrière la montagne. Alors elle se met en route. Au matin elle est en bas de la montagne. A midi, au sommet. Et elle voit qu'effectivement c'est horrible, il y a un immense et terrible dragon derrière la montagne. Effrayée elle veut partir, hésite, aperçoit un berger à mi-chemin entre le dragon et elle. Alors elle décide de s'approcher un peu. Le berger vient à sa rencontre et l'invite à s'approcher du dragon. Il reste à ses côtés. Plus elle s'approche, plus le dragon rapetisse. A la fin il est si petit qu'elle le prend dans sa main et lui demande son nom. Et le dragon répond : « la peur. »

Il y a les peurs incontrôlables auxquelles il ne faut pas laisser le contrôle, mais il y a aussi des tas de bergers sur nos chemins, qui nous permettront de comprendre, de réduire et d'appivoiser nos peurs !

- Racontez-vous des histoires qui font peur !

Musique : Soit Orelsan « La peur de l'échec » ou L.E.J « Pas peur »

Un article pour vaincre sa peur et pratiquer la non-violence :

<https://www.pointkt.org/articles-et-editos/la-violence-vaincre-sa-peur-devenir-acteur-de-paix/>

Les émotions dans la Bible : la peur !

<https://www.pointkt.org/articles-et-editos/les-emotions-de-la-bible-2/>

Une animation à faire en début ou en fin de KT sur ce thème :

<https://www.pointkt.org/animations/pierres-et-lumieres/>

Fruit détendu 16 sur le thème : « Fais-moi peur »