



Pourquoi est-on timide ?

Cette semaine, les enfants ont réfléchi à la notion de timidité à partir de l'histoire de Lina, une enfant qui a souvent des idées mais qui n'ose pas toujours les exprimer devant les autres. Ils ont exploré les liens entre timidité, choix, peur du regard des autres, courage et attention aux autres.

Voici le fil de leurs réflexions et quelques paroles notables extraites de ce temps dédié.

Pour ouvrir cet atelier, les enfants ont écouté une courte histoire en deux parties et ont été invités à faire un choix argumenté.

Dans la première partie de l'histoire, Lina travaille en groupe avec plusieurs camarades. Elle a une idée pour leur projet mais n'ose pas la proposer. Les autres parlent rapidement, prennent des décisions et commencent leur travail sans elle. À la fin, Lina regrette un peu de ne pas avoir donné son avis. À partir de cet extrait, les enfants se sont alors demandé si Lina aurait dû essayer de parler davantage.

La timidité comme frein

Ce premier débat s'est naturellement orienté vers l'idée que la timidité est un frein. Les enfants ont souligné que Lina avait une idée qu'elle aurait pu partager et que, si elle ne parle pas, les autres ne peuvent pas prendre en compte ce qu'elle pense.

La question du droit de prendre sa place dans un groupe est également apparue : pourquoi certains peuvent-ils parler facilement alors que d'autres n'osent pas ? Et une première nuance est rapidement parue :

Ne pas parler est-il toujours un choix ?

Vouloir parler... et ne pas réussir à oser

Les enfants ont commencé à distinguer le fait de vouloir parler du fait de réussir à oser parler. On peut avoir quelque chose à dire et pourtant avoir peur de le faire. La timidité semble alors se situer à un endroit particulier entre la volonté, les émotions et l'action.

Cette distinction a permis de questionner une idée importante : si je veux faire quelque chose mais qu'une émotion m'en empêche, est-ce vraiment un choix de ne pas le faire ?

La seconde partie de l'histoire a ensuite déplacé la réflexion.

Dans un autre contexte de travail de classe, Lina se montre beaucoup plus à l'aise. Elle prend le temps d'observer et d'écouter, elle parle aisément lorsqu'elle est avec une seule personne, elle remarque les enfants qui restent seuls, ceux qui n'osent pas demander de l'aide ou qui n'arrivent pas à exprimer ce dont ils ont besoin. Elle peut alors aller vers eux pour leur proposer du soutien.

Cette deuxième partie de l'histoire a permis de revenir sur les premières réflexions et de se demander si Lina aurait finalement intérêt à être moins timide.

Être timide... mais pas partout

Les enfants ont alors exprimé le fait que la timidité ne se manifeste pas nécessairement de la même manière dans toutes les situations. On peut être très timide dans un groupe et beaucoup moins lorsqu'on se retrouve seul avec quelqu'un. La timidité n'est donc peut-être pas une caractéristique qui nous définit de la même manière tout le temps.

Cela a conduit le groupe à s'interroger sur ce qui peut faire varier notre manière d'être : les personnes qui nous entourent, le contexte, le sentiment de confiance ou encore la peur d'être jugé.

Qualité ou défaut ?

La discussion a alors pris un autre chemin. Si sa timidité empêche parfois Lina de prendre la parole ou de partager ses idées, sa façon plus réservée d'être semble aussi lui permettre de prendre le temps d'observer, d'écouter et de remarquer certaines choses chez les autres.

Les enfants ont ainsi commencé à questionner la distinction entre qualité et défaut, entre frein et avantage.

La timidité est-elle forcément un défaut ? Peut-elle être une qualité dans certaines circonstances ? Et surtout : une même caractéristique peut-elle être à la fois une qualité et un défaut ?

Cette question a permis d'élargir la réflexion à d'autres exemples. Les enfants ont notamment remarqué que la curiosité, la rapidité, la lenteur ou encore le fait d'être frileux peuvent être perçus différemment selon les situations.

Une caractéristique qui peut nous gêner à un moment donné peut aussi devenir utile dans un autre contexte.

La peur et le courage

La réflexion s'est ensuite déplacée vers le courage. Si être timide signifie parfois craindre de parler ou d'aller vers les autres, faut-il ne plus avoir peur pour être courageux ?

Les enfants ont exploré l'idée que l'on peut ressentir de la peur et pourtant agir. Le courage ne semble donc pas forcément être l'absence de peur, mais pourrait aussi être la capacité à agir malgré elle.

Cette réflexion a permis de faire apparaître une autre distinction : ne pas avoir peur et être courageux ne sont peut-être pas la même chose.

Peut-on choisir ce que l'on ressent ?

Enfin, les enfants ont été amenés à questionner l'idée même de vouloir changer sa timidité. Est-ce que l'on choisit d'être timide ? Peut-on décider de ne plus l'être ? Et si l'on ne choisit pas toujours ce que l'on ressent, peut-on malgré tout apprendre à agir autrement ?

Pour conclure, les enfants ont découvert que la timidité ne pouvait peut-être pas être simplement considérée comme quelque chose qu'il faudrait supprimer. Elle peut être un frein lorsqu'elle nous empêche de faire ce que nous souhaitons, mais certaines attitudes qui lui sont associées, comme prendre le temps, observer, écouter, être attentif, peuvent aussi avoir leur utilité.

La réflexion nous a finalement conduits vers une question plus large : Est-ce qu'une même chose peut être un défaut dans une situation et une qualité dans une autre ? Et peut-être aussi vers une question plus personnelle : **Peut-on apprendre à oser sans avoir besoin de devenir quelqu'un d'autre ?**

- Elle aurait dû parler parce qu'elle serait contente après.
- Je trouve que c'est injuste. Les autres peuvent parler et pas elle. Les autres lui coupaient la parole, elle avait envie de parler, ce n'est pas gentil de faire ça.
- C'est injuste que les autres disent leurs idées et pas elle.
- Moi, je dis qu'elle aurait pu parler pour donner au moins son avis.
- Mais aussi, elle aurait pu dire non, dire qu'elle n'était pas contente.
- Elle avait aussi le droit de ne pas parler si elle ne se sentait pas prête à le faire.

- Elle attendait la parole. Elle aurait dû dire stop, c'est bon, moi j'en ai marre, vous coupez toujours la parole, maintenant vous me laissez parler.
- Oui mais les autres enfants n'ont peut-être pas remarqué qu'elle avait levé la main. Elle est timide, un peu.
- Mais peut-être qu'elle réfléchit avant de parler.
- Elle fait plaisir aux autres.
- Elle a peur de parler. Ce n'est pas facile de parler quand on a peur.
- Elle aurait dû dire ses idées dès le matin, mais du coup, comme elle s'occupait moins de l'activité, elle regardait et allait vers les autres. Elle restait calme, et après elle décide de parler l'après-midi.
- Moi, je trouve que si elle avait envie de parler, elle pouvait parler.
- Non, c'est comme si elle avait envie, mais pas envie.
- On peut décider de parler ou de ne pas parler. L'après-midi, elle parle parce qu'elle est toute seule avec les enfants.
- L'après-midi elle a aidé des enfants à ne plus être seuls, alors que le matin elle ne les aurait pas aidés si elle avait parlé avec le groupe.
- Le matin, peut-être qu'elle n'était pas prête. C'est comme si elle avait envie, mais pas le matin.
- C'est parce qu'elle est timide.
- C'est quoi la timidité ?
- C'est quand tu as peur et que ne t'oses pas parler.
- Tu as peur et aussi t'es triste, t'as un peu les deux mélangés.
- Tu as peur et tu ne sais pas quoi dire. Tu préfères réfléchir avant de parler de peur qu'on se moque de toi.
- La timidité, ça fait rester dans son coin.
- La timidité c'est ne pas oser dire ce qu'on a en tête, et avoir peur du jugement des autres.
- Ce n'est pas facile de parler quand on a peur. Les gens ne font pas semblant d'être timides.
- Elle parlera quand elle sera décidée
- Mais si on se moque d'elle, elle n'osera plus parler.
- Elle peut essayer, et après elle va s'habituer...
- Elle peut aller voir une psy pour ne plus avoir peur du regard des autres.
- Ça va quand même être dur.
- Elle devrait aller voir un « psychopathe » ?
- Non, elle peut décider d'aller voir un docteur avec qui elle parlera. Un psychologue. Y'en a à Locquirec, c'est la maman de mon meilleur copain.
- Ce n'est pas de sa faute. Elle n'a peut-être pas envie d'être timide.
- Si tout le monde parle en même temps, elle restera timide.
- Quand tu es timide tu oseras parler chez toi mais pas à l'école. Tu n'es pas timide dans ta chambre ou dans un coin.
- Avec ta meilleure copine on n'est pas timide, tu peux lui faire confiance. Tes copains ne vont pas se moquer de toi.
- Moi, j'avais une amie, mais elle s'est moquée de moi. Elle raconte ma vie à

tout le monde.

- On peut aussi devenir timide à cause de quelque chose qu'on a vécu. Si ton papa est mort par exemple, et bien tu peux devenir timide.
- On peut aussi être choqué par des événements et après on n'ose plus parler.
- Mais Lina elle a besoin de quelqu'un qui lui fasse confiance !
- Mais elle a déjà Zoé comme meilleure copine et pourtant elle est quand même timide !
- Sa copine Zoé, elle parle beaucoup avec d'autres mais elle a aussi besoin qu'on l'écoute.
- Il ne faut pas parler tout le temps parce qu'après c'est agaçant. Faut pas couper la parole.
- Moi, j'aime bien parler tout le temps, même si je ne réfléchis pas avant.
- A l'école, si on parle trop les gens ne peuvent pas se concentrer. Ça peut les énerver et du coup, ils vont plus te parler.
- Ça dépend des situations. Il ne faut pas parler tout le temps. Si tu dis quelque chose que tu ne penses pas vraiment mais que tu le dis quand même, après tu regrettes. On risque de blesser des gens.
- Il faut du temps. Quand on va chez des invités, au bout d'un moment je suis plus timide.
- C'est agaçant de parler tout le temps. Si t'es au téléphone et que tu dis tout ce que tu veux, ça va peut-être finir en dispute.
- Si tu envoies des textos à quelqu'un que tu n'aimes pas, tu fais semblant pour qu'il soit content. Et d'un coup, tu dis, non ! je te déteste. Bah, voilà, tu voulais faire plaisir et du coup, ça finit en dispute.
- On ne doit pas dire tout le temps la vérité, des fois ça peut blesser les autres.
- On n'est pas obligé de dire tout ce qu'on pense, mais on est obligé de penser tout ce qu'on dit.
- On doit réfléchir avant de parler.
- Les gens qui parlent tout le temps, ils font des histoires.
- Moi, des fois, j'ai peur de parler, mais la nuit je peux parler à mon doudou.

