

Marie-Aimée Adélaïde, éducatrice spécialisée de l'Adapei : « Optimiser le potentiel des jeunes »

Propos recueillis par X. M.

Vendredi 08 mai 2015



Marie-Aimée Adélaïde, éducatrice spécialisée, propose avec l'équipe éducative de l'institut médico-professionnelle une méthode innovante de technique psycho-corporelle. (X.M./France-Antilles)

Marie-Aimée Adélaïde, éducatrice spécialisée de l'Adapei (1) , à l'Institut médico-professionnel de Pelletier, intervient au sein d'une équipe pluridisciplinaire. Elle propose aux jeunes de cette institution, une méthode innovante : la METHODE EDUCATIVE 3 C (Concentration - Calme Contrôle).

Vous proposez une nouvelle méthode pour aider les jeunes de l'Institut médico-professionnel (IMPro) de Pelletier. Qu'est-ce que la méthode 3C ?

C'est une méthode éducative qui donne à l'enfant des outils efficaces afin de mieux gérer son monde intérieur, ses émotions, ses pensées mais aussi ses attitudes physiques. Elle vise à développer l'attention et la concentration, à lutter contre l'agressivité, à retrouver le calme, le bien-être, à développer toutes ses potentialités et sa créativité. C'est une technique psychocorporelle spécialement adaptée aux enfants, reposant sur des valeurs et attitudes de vie positives comme le respect, la tolérance, la bienveillance.

D'où vient cette méthode ?

Elle a été créée par Michèle Dreidemy, qui l'a utilisée avec succès, d'abord en milieu hospitalier avec des enfants malades. Elle adapte sa méthode pour d'autres jeunes en difficulté. Depuis 10 ans, elle forme différents professionnels (enseignants, travailleurs sociaux, personnels médicaux et paramédicaux entre autres). Elle dispense sa formation en Martinique, dans d'autres départements français et à l'étranger.

Pourquoi avoir introduit la méthode éducative 3C à l'IMPro ?

Cet établissement de l'Adapei accueille des jeunes, filles et garçons, de 14 à 20 ans. Sa mission est de faciliter l'inclusion des jeunes dans leur milieu de vie ou dans le monde du travail ordinaire

ou adapté. Ces jeunes sont encadrés par des professionnels, qui par leurs méthodes vont les aider à mettre en place des stratégies pour optimiser leur potentiel.

Dans une démarche de recherche de prestations adaptées aux besoins des jeunes, je suis actuellement en formation avec Michèle Dreidemy. La ME3C est un des outils utilisés à l'IMPro, pour aider ces jeunes, en pleine phase d'adolescence, à devenir des adultes responsables, créatifs et équilibrés. Je pratique avec des groupes restreints ou en individuel, en fonction de la problématique de chaque jeune.

Pour les groupes, les séances se déroulent chaque semaine, au Centre d'action sociale et éducative (Case) de Pelletier qui se trouve à proximité de l'institution. Ce changement de lieu introduit les jeunes dans une autre dynamique. Ce qui leur permet d'entrer plus aisément dans l'esprit de la méthode : Respect - Silence - Écoute Attention.

Quels sont les effets sur les jeunes ?

La méthode 3C est un outil moderne, efficace et surtout très apprécié des jeunes. Certains jeunes expriment avec facilité leur ressenti : ils prennent conscience des tensions et des émotions envahissantes. Ils se sentent plus en confiance. Ils affectionnent particulièrement la relaxation, dans ce monde toujours en mouvement et bruyant. Par cette pratique, ils apprécient le silence, ils expérimentent la détente mentale et la paix intérieure. Ils font l'apprentissage de la tolérance et de l'empathie. Au fur à mesure des séances, ils porteront un autre regard sur eux-mêmes et sur le monde extérieur. Certains jeunes s'approprient la méthode et pratiquent les exercices à la maison en cas de besoin. Ils retrouvent plus facilement le calme quand ils sont en difficulté, les conflits ont diminué et sont moins intenses. Ils écoutent davantage et respectent leur tour de parole au moment des échanges. Ces changements sont également observés par leurs parents et leurs encadrants. (1) Adapei : Association départementale des amis et parents des personnes handicapées mentales.



LAMENTIN Méthode 3C à l'Adapei

La semaine dernière, une quinzaine d'éducateurs de l'Adapei (Association départementale de parents et amis de personnes handicapées mentales), émanant des

divers établissements, ont pris part à une formation à la méthode éducative 3 C au centre Padma, quartier Long-Pré au Lamentin. Intitulée « Pour un dévelop-

pement équilibré de l'enfant et de l'adolescent », cette formation s'est déroulée sur 5 jours et a été dispensée par Michèle Dreidemy, fondatrice de la méthode, assistée

de Maryline Sylvestre et Ketty Tuin. Ces 3 C renvoient à Concentration, Calme et Contrôle. « Nous nous sommes concentrés sur les enfants en leur dispensant

cette formation, afin de répondre aux multiples questions et situations pour lesquelles les parents n'avaient pas de solutions », explique Michèle Dreidemy.

enfants, reposant sur des valeurs et attitudes de vie positives comme le respect, la tolérance, la bienveillance.

Tout au long de ces deux jours de formation, la pratique était au rendez-vous pour le personnel de l'Adapei qui a pu exposer son expérience. Ce personnel est confronté, au quotidien, à différentes formes de handicaps.

X.M.



Deux jours de formation et d'échanges fructueux pour le personnel de l'Adapei. (Photos X.M./France-Antilles)



Les trois formatrices à la méthode 3C (de gauche à droite) : Maryline Sylvestre, Michèle Dreidemy et Ketty Tuin.

DES VALEURS POSITIVES

« Depuis l'instauration de cette méthode, les résultats ont été satisfaisants et confortés par les avis positifs des parents », enchaine la créatrice de la méthode. « Aujourd'hui, nous poursuivons notre route, auprès des enseignants, de moniteurs, de praticiens de santé, sans omettre les parents avec les journées spéciales parents qui leur sont dédiées, dans le but d'aider leurs enfants à la maison ». La méthode 3C est une technique psychocorporelle, spécialement adaptée aux

► Ce jeudi 4 février, à 19 heures, une conférence gratuite sera donnée au Squash Hôtel, à Fort-de-France. Réservations et renseignements : 0596.72.80.80. / 0696.06.74.34.

► Le prochain stage d'initiation à la méthode 3 C se déroulera les 5 et 6 mars 2016, au Centre Padma, quartier Long-Pré au Lamentin. Renseignements : 0696.77.32.62. / 0696.06.74.34.