

## **CONSEIL** *Quel est le secret des personnes qui arrivent mieux à gérer les crises? Il est peut-être possible de le résumer en trois lignes.*

*Le service de consultation de Formation Berne reçoit sans cesse des appels d'enseignant-es et de directions d'école pour qui la crise actuelle constitue un véritable défi. Les restrictions dues à la pandémie ont en effet des répercussions lourdes à tous les niveaux du quotidien scolaire et les perspectives incertaines concernant les assouplissements proches ou le durcissement des mesures sont démoralisantes. Dans ce contexte, les frustrations exprimées sont souvent ancrées plus profondément que dans la simple privation de normalité. Nous sommes actuellement tous et toutes dépassé-es par la situation, que nous ressentons comme – parfois tout à fait - inacceptable. Cette crise exige beaucoup de nous, à plusieurs niveaux.*

*Et de temps en temps, en tant que conseillers, nous avons quelqu'un au bout du fil qui paraît bien mieux gérer ces défis que nous autres. On se demande alors avec étonnement quel peut bien être son secret. Comment est-ce possible que certain-es d'entre nous arrivent même à gérer cette épreuve avec une certaine légèreté? Dans la conversation, il s'avère que certaines personnes possèdent le don rare d'identifier justement le type de défi dont ils ont besoin dans les contraintes contre lesquelles elles ne peuvent rien.*

*Pour parvenir à cela, elles réagissent tout d'abord aux événements sur lesquels elles n'ont aucune influence avec une sérénité saine. Elles reconnaissent qu'il existe des situations avec lesquelles il est nécessaire de s'arranger, car s'y opposer n'y changerait tout simplement rien. En outre, elles parviennent à identifier soudain des opportunités de changement dans les moments difficiles. Elles considèrent*

*par exemple avec intelligence une limitation qui leur est imposée comme une opportunité de se concentrer sur autre chose et cherchent de nouvelles voies au lieu de se confiner à celle qu'elles suivaient jusqu'à présent. Elles ressentent les contraintes comme des moments qu'elles doivent assumer. Et elles ont l'intelligence d'y réagir avec courage. Car là où l'on attend quelque chose d'elles se cache un potentiel libérateur. La pression de la crise, la voie bloquée, la solution qui fonctionnait encore hier, mais plus aujourd'hui – autant d'éléments qui appellent à tenter une autre solution. Une crise peut également ouvrir des portes sur un changement judicieux.*

*Une conclusion qui s'est depuis bien longtemps généralisée. Néanmoins, elle ne révèle son efficacité séduisante que lorsqu'on est à même de la mettre en œuvre de manière systématique. Les personnes qui y parviennent ne sont*

*certainement pas naïves. Elles ne manquent pas d'identifier le sérieux de la situation et n'enjolivent pas non plus bêtement la gravité du moment. Mais elles ont trouvé une manière fascinante de tirer le meilleur parti d'une crise avec un juste mélange de sérénité et de courage pour le changement. Nous devrions les considérer comme des modèles (et encore plus lorsqu'il s'agit d'enseignant-es et de directeurs ou directrices d'école).*

*Le théologien américain Reinhold Niebuhr a résumé cette conclusion de manière intelligente et concise en trois lignes et nous donne ainsi un conseil bien adapté à cette crise:*

*«Donnez-moi la sérénité d'accepter les choses que je ne peux changer, le courage de changer les choses que je peux, et la sagesse d'en connaître la différence.»*

---

### **Nous sommes là pour vous**

#### **Roland Amstutz, avocat**

Tél. 031 326 47 40

[roland.amstutz@bildungbern.ch](mailto:roland.amstutz@bildungbern.ch)

#### **Kaspar Haller, avocat, enseignant, coach et médiateur**

Tél. 031 326 47 36

[kaspar.haller@bildungbern.ch](mailto:kaspar.haller@bildungbern.ch)

#### **Heures de conseil :**

**Lundi**, 9.30 – 11.30 / 14.30–16.30 h

**Mercredi**, 9.30 – 11.30 / 14.30–16.30 h

**Jeudi**, 9.30 – 11.30 h

---

#### **Votre contact francophone :**

#### **Alain Jobé, enseignant, coach et médiateur**

Tél. 031 326 47 57

[alain.jobé@formationberne.ch](mailto:alain.jobé@formationberne.ch)

#### **Horaires :**

**Mardi à vendredi**: 14 – 17 h (sauf en cas de séance)