

# Fiche Atelier WEP 2022

<b>Nom actuel de l'atelier sur le planning</b>	<b>Courbe du volontariat</b>
<b>Nom original pour le planning participant</b>	
<b>Outil(s) utilisé(s)</b>	Courbe + mots émotions/situation (45')
<b>Temps</b>	1h30
<b>Objectifs pédagogiques</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifier la courbe du volontariat possible</li> <li>• Prendre du recul sur l'expérience qui va être vécu</li> <li>• Anticiper sur les potentielles difficultés ou émotions qui vont être vécu</li> </ul>
<b>Déroulé de l'atelier / description des différentes phases</b>	<p>Grand groupe - 5'</p> <p>Présentation de la courbe du volontariat et des intentions de l'atelier et du déroulement</p> <p>Petite équipe (3équipes)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mettre les mots sur la Carte volontariat - 25' (Prendre en photo individuellement)</li> <li>• Quels moyens d'anticiper ces difficultés au vue de son caractere AVANT / PENDANT (Temps individuel + Temps en petit groupe) - 10'</li> <li>• Debriefing des facilitateurs (5')</li> </ul>
<b>Matériel</b>	<p>1 Facilitateur par groupe (3)</p> <p>Affiche Courbe + Feuille mot/groupe</p> <p>Paper Board + Feutres (1/groupe)</p> <p>Espace central avec chaises et mur pour accrocher Courbe Volontariat</p> <p>Espace équipe (3 espaces autour de l'espace central, avec 1 table et autant de chaise que de personnes par equipe (6/equipe)</p>
<b>Espace</b>	

## Le choc culturel

« J'ai décidé de partir au Maroc car je pensais que ce serait moins dépaysant compte tenu de l'influence française et que cela faciliterait donc ma première expérience dans l'humanitaire, comparé à d'autres pays. Contrairement à mes attentes le dépaysement a été total ! Dès le soir de mon arrivée, l'entrée dans la médina a été un choc et je me suis immédiatement retrouvée dans une ambiance que je n'avais jamais rencontrée nulle part ailleurs. »

Clarisse Bernardon,  
volontaire Projects Abroad, Maroc



En faisant vos bagages, vous allez emporter vos affaires de toilettes, quelques vêtements, votre appareil photo, etc. Mais vous allez aussi emporter quelque chose d'invisible que vous ne pouvez pas ranger dans votre valise, ni déclarer à la douane : votre **bagage culturel**.

### LE BAGAGE CULTUREL

Dans ce bagage culturel que vous emmenez sans en avoir forcément conscience, il y a des notions, des réflexes, des façons de penser et d'agir, des réactions, qui apparaissent à vos yeux comme « normaux ». Mais ce qui est « normal » dans une culture ne l'est pas forcément dans une autre. Certaines notions ne sont pas universelles !

#### Exemple :

- **Ici** : votre voisin fait trop de bruit, il porte atteinte à votre tranquillité. Il est normal que vous lui demandiez d'en faire moins.
- **En Inde** : la notion de respect de la tranquillité d'autrui est totalement différente : votre famille d'accueil n'aura peut-être pas le réflexe de respecter votre grasse matinée quand

## Le choc culturel

toute la famille est réveillée, ou les voisins de mettre la télé moins fort parce que vous allez vous coucher.

■ **Pourquoi ?** : Peut-être parce qu'ici, l'individu est plus important que la communauté, alors que c'est le contraire là-bas.

Dans leurs bagages, les occidentaux emmènent souvent avec eux des notions comme :

- L'importance de l'intimité et de l'individu par rapport au groupe
- La ponctualité, l'importance du temps
- L'autonomie
- Le matérialisme et la propriété
- La place de la femme
- La représentation de la famille
- Etc...

Quelques exemples vécus par nos volontaires :

### Récit d'un mariage Indien (newsletter Inde Octobre 09)

« Néanmoins ce que j'ai pu voir est assez similaire à ce que nous connaissons, on se lève, on s'assoit, on récite des psaumes et on chante. Cela jusqu'à l'échange des vœux et des alliances. Bien évidemment pas de « vous pouvez embrasser la mariée » à la fin, christianisme ou pas, l'Inde fait passer avant tout ses propres traditions. (...) Il est vrai que je m'attendais à quelque chose de plus festif. Peut être pas à une beuverie à la française animée par un disque jockey raté une fois le soir tombé mais je ne sais pas... Il manquait quelque chose, tout le monde était bien trop calme pour un mariage. Je n'ai pas ressenti cette ambiance festive vraiment flotter dans l'air. Cette fois, c'étaient vraiment les rites et les traditions qui ont donné vie à ce jour. »  
Anthony Virenque, Inde

« Les journées sont assez longues, les premiers temps j'étais ravie d'avoir emmené de la lecture, mais finalement on s'habitue aussi au rythme lent, aux heures qui passent sans qu'on les compte (oui, j'étais partie sans montre, et la batterie de mon téléphone ne tient pas 4 semaines, eh non... et ma famille avait deux horloges mais plus de piles...). Au fur et à mesure, j'ai trouvé à occuper tout ce temps... »  
Aurore Dericq, projet Nomade, Mongolie

## LE CHOC CULTUREL

Lorsque votre système de valeurs – que vous considérez sans doute comme « normal » puisque c'est celui dans lequel vous vivez depuis toujours – entre en conflit avec un système de valeurs différent, ce conflit peut engendrer des incompréhensions et des malaises. Parmi les symptômes du choc culturel, il peut y avoir :

- Une sensation de déracinement
- Une envie de se retrouver seul(e) ou seulement avec d'autres étrangers
- Un refus de s'intégrer à la communauté
- Un sentiment d'injustice ou de non-reconnaissance
- De la frustration, de la colère ou de l'ennui
- Etc.

### Rassurez-vous :

- 1- C'est normal (et oui, le choc culturel est bien universel : souvent les Japonais le ressentent à Paris !) : ce n'est pas un échec ou une expérience négative.
- 2- Ça passe ! Et c'est justement cette expérience qui permet d'apprendre, d'avancer, et

## Le choc culturel

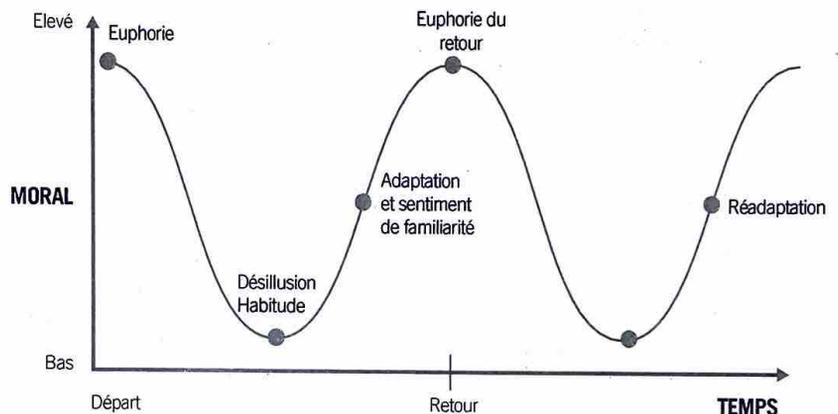
d'accroître son ouverture d'esprit

### Les étapes :

Bien que les périodes d'adaptation et l'intensité des ressentis varient suivant les personnes, suivant la durée du séjour et la culture locale, il est probable que vous passiez par les étapes suivantes :

- 1- L'euphorie de l'arrivée et l'excitation du nouveau : tout paraît fascinant, vous réalisez enfin votre rêve, tout vous est étranger et à découvrir, vous êtes sur un petit nuage.
- 2- L'habitude : vous vous êtes fait au lieu, aux gens qui vous entourent, et certains aspects négatifs commencent à apparaître (les autres volontaires ou les membres de la famille ronflent, des incompréhensions avec les locaux ressortent...).
- 3- Vous réalisez que votre expérience prendra fin prochainement, et vous commencez à en voir tous les aspects positifs.

### Courbe du choc culturel



Notez que votre retour peut aussi engendrer un choc culturel inversé... Lisez la page « Le retour » pour plus d'information.

### Limiter le choc culturel

Si le choc culturel est nécessaire et inévitable, il est cependant tout à fait possible d'en limiter les aspects négatifs :

- Accepter ces effets du choc culturel
- Se renseigner avant le départ : savoir que dodeliner de la tête en Inde veut dire oui, que mâcher des feuilles de coca au Pérou n'est pas se droguer, qu'au Sénégal, le thé se prend en 3 fois, peut éviter des situations d'incompréhension et des maladroites.
- Apprendre quelques mots de la langue du pays
- Ne pas craindre de faire des erreurs, et ne pas hésiter à demander de l'aide
- Etre dans l'observation et l'écoute
- Essayer d'avoir un esprit positif, ouvert, et d'être souple aux changements
- Eviter de considérer les différences culturelles de manière négative ou critique
- Limiter ses attentes et avoir des objectifs réalistes
- Garder en tête que le choc culturel n'est pas un échec personnel
- Prendre l'imprévisible comme il vient !!

## Le choc culturel est la succession de différentes étapes

L'ajustement au nouveau contexte culturel ne va pas se faire du jour au lendemain. Et même si les chercheurs pensent que cette période de transition dure de six mois à un an, ils s'empressent de préciser que tout dépend de l'individu, de sa préparation à l'expatriation, de son histoire individuelle et d'une multitude d'éléments externes. Autrement dit, il n'y a pas de schéma classique en terme de choc culturel, celui-ci étant un processus strictement individuel.

Chaque personne vivra donc cette étape de manière différente. Cette courbe et ce découpage en quatre temps sont purement théoriques car chaque individu va vivre cette transition de manière différente et pas forcément de manière aussi systématique.

Toujours selon les chercheurs, cette période d'**adaptation culturelle** d'un individu aurait la forme d'un « U » et peut se découper en quatre phases :

1. **La phase lune de miel** : il s'agit de la période pendant laquelle l'individu découvre son nouvel environnement. Tout est vécu avec intérêt et émerveillement. La curiosité est souvent le moteur de l'action et les différences culturelles sont perçues de manière positive et exotique.
2. **La phase critique** : Tout ce qui précédemment enchantait l'individu commence à entamer sa confiance en provoquant chez lui une attitude de rejet et un regard très critique à l'égard du pays d'accueil et de sa culture. C'est le choc culturel en tant que tel.
3. **La phase d'ajustement** : tout commence à faire sens aux yeux de l'individu expatrié, qui fait preuve d'une plus grande ouverture d'esprit à l'égard de son nouvel environnement, facilitant ainsi l'ajustement.
4. **La phase d'adaptation** : le niveau de bien-être revient à la normale et le dépasse même peut-être. Ce qui pouvait être étrange au début du séjour devient normal et passe des lors quasiment inaperçu. L'individu se sent finalement à l'aise dans son nouvel environnement.