



Le processus d'échange de jeunes

Pour toute personne qui décide de participer à un échange, qu'il s'agisse d'un échange scolaire, d'une mission en volontariat ou d'un stage à l'étranger, le processus se déroule en trois étapes : la préparation, l'échange proprement dit et le retour. Ces trois phases vous sont présentées plus en détail dans cet article.

La préparation

Tout échange débute par une préparation. À ce stade, il s'agit en premier lieu de se poser plusieurs questions fondamentales: Où ai-je envie d'aller? Quelle langue ai-je envie d'apprendre? Combien de temps mon séjour doit-il durer? Quelles sont mes possibilités en matière de financement? Quel est exactement mon objectif? Une fois ces questions essentielles plus ou moins clarifiées, il s'agit dans un second temps de s'informer sur les différentes organisations et possibilités d'échange, et de choisir un programme adapté. Ce choix s'effectuera principalement en fonction des objectifs personnels. Au cours de cette phase initiale, on examinera également la possibilité de bénéficier d'une bourse, au cas où les moyens financiers ne permettraient pas de participer à un échange.

L'inscription à un programme marque un premier jalon et ouvre la phase de préparation proprement dite. Celle-ci dure généralement plusieurs mois et nécessite de s'armer de patience. Après l'inscription, l'organisation d'échange vérifie l'aptitude effective à participer au programme choisi. Cette vérification prend essentiellement la forme d'entretiens personnels et d'ateliers lors desquels les élèves intéressé(e)s sont préparé(e)s à leur échange de manière ludique, par le biais de différentes activités. La préparation comprend également des démarches telles qu'une visite médicale et un renouvellement du passeport. Selon le pays et le programme choisis, il est en outre recommandé de suivre un cours de langue dès avant le départ, et de se renseigner sur les spécificités, la culture, la religion et la politique du pays où l'on va se rendre.

L'échange

L'échange, qui peut être considéré comme la deuxième étape du processus global d'échange, s'articule autour de deux axes principaux : l'expérience émotionnelle et l'acquisition de compétences. Les débuts d'un échange de jeunes se déroulent toujours dans un climat d'euphorie. Les élèves nourrissent de nombreuses attentes et accueillent la nouveauté avec enthousiasme. Mais cette euphorie est dans la plupart des cas de courte durée. Survient ensuite ce qu'on appelle un « choc culturel », qui peut être considéré comme un processus d'assimilation de nouvelles conditions et d'un nouveau mode de vie. Après cette baisse de moral, la situation se normalise et le/la jeune s'adapte à sa nouvelle situation.

Outre le vécu émotionnel, qui ne cesse d'évoluer tout au long de l'échange, l'acquisition de compétences personnelles constitue un élément essentiel de l'échange. Prendre part à un échange, c'est non seulement apprendre une nouvelle langue, mais aussi acquérir des compétences culturelles. La participation à un échange permet d'accroître la confiance en soi et l'autonomie, et de renforcer sa capacité à adopter une perspective différenciée vis-à-vis de points de vue étrangers.

La gestion du rapport à l'autre et l'acquisition de nouvelles compétences dépendent du suivi assuré durant l'échange. Celui-ci prend des formes différentes selon l'organisation et le programme d'échange choisi. Pour les échanges de courte durée, l'accompagnement s'effectue dans le cadre d'un groupe rassemblant d'autres élèves en échange venus de différents pays; pour les échanges plus longs, en revanche, l'accompagnement prend généralement la forme d'un suivi personnel. Chaque élève est alors pris en charge par une personne qui devient son interlocuteur/-trice, son coach durant l'échange, mais également son médiateur/sa médiatrice dans les situations difficiles.

Le retour

Troisième étape de l'échange, le retour est un aspect central souvent sous-estimé du processus d'échange de jeunes. Comme durant la deuxième phase, les élèves subissent à leur retour un choc culturel inversé. Beaucoup rencontrent des difficultés à se réadapter à leur pays d'origine et à partager leur expérience avec leur famille et leurs proches. Il est donc tout aussi important de proposer un suivi adapté après un retour d'échange. De nombreuses organisations proposent des « camps » lors desquels les élèves de retour d'échange peuvent partager leurs expériences et leurs émotions et y réfléchir avec d'autres élèves ayant également bénéficié de programmes d'échange. Souvent, les jeunes de retour interviennent à titre bénévole, ce qui les aide également à travailler sur leurs propres impressions. Ils/elles accompagnent des jeunes qui passent une année en Suisse dans le cadre d'un échange, participent à l'organisation d'événements informatifs et renseignent les élèves intéressé-e-s par les programmes d'échange.