

OUTILS

Outils brefs

pour briser la glace et se connaître

La carte des valeurs

Discipline artistique : arts visuels

Objectifs : se rencontrer et former le groupe.

Matériel : Une carte de type index (8 cm x 13 cm) par personne (ou tout autre support de format « fiche »)

Déroulement : À l'aide de la liste des besoins de la Communication Consciente*, les participant-e-s sélectionnent trois besoins qui les représentent, qui leur sont fondamentaux.

Sur une carte, les participant-e-s écrivent les trois besoins qu'ils et elles ont sélectionnés, puis sur l'autre côté, elles font un collage de tissus, de rubans, de carton (éviter les images de revues pour que les participant-e-s se concentrent sur les formes, les couleurs, les textures). La carte est ensuite plastifiée.

Suite à la création de leur carte, les participant-e-s la présentent au groupe en disant la phrase : « Je m'appelle... Les trois besoins qui sont pour moi des valeurs, qui motivent ma vie, qui font mon essence sont ... » à laquelle une autre personne répond sous la même forme : « Tu t'appelles... Les trois valeurs qui motivent ta vie et qui font ton essence sont... »

*Vous pouvez créer une liste des besoins à partir de celle-ci :

https://spiralis.ca/spiralis/wp-content/uploads/2016/06/2016-03_LISTE-S-B.pdf

Rédaction : Caroline Laplante

Source / référence : Le SoulCollage. <http://www.soulcollage.com/>

Les brefs outils suivants ont été recensés et/ou rédigés par Suzanne Boisvert et Johanne Chagnon.

La silhouette (autoportrait)

Si l'espace le permet, chaque personne s'étend sur une grande feuille de papier, dans la position qu'elle souhaite, et fait tracer le contour de son corps par une autre personne. On peut aussi tracer le contour d'une silhouette humaine sur un plus petit format. Puis chaque personne ajoute couleurs, mots, dessins, images, etc. à sa silhouette, et qui la représentent – même une photo de son visage. Elle peut également répondre à certaines questions, par exemple : quelle couleur me représente le mieux? Quel est mon plus grand rêve? Quelle est ma plus grande peur?

Mouvements du quotidien

Invitez les participant·e·s à continuer la phrase « Aujourd'hui j'ai... ». Par exemple : « j'ai brossé mes cheveux, je me suis fait une toast, j'ai téléphoné à... ». Demandez de joindre le geste à la parole.

Le jeu de noms

Le groupe est disposé en cercle. Chaque personne dit son nom, puis exécute un mouvement qui la représente. Tout le monde reproduit son mouvement. Et ainsi de suite jusqu'à ce que chaque personne se soit présentée.

Se présenter autrement - en rythme

Tout le monde se place en cercle. Une personne commence en tapant un rythme simple avec ses mains. Tout le groupe reprend le rythme jusqu'à ce qu'il le maîtrise bien. On reprend le rythme, puis ensuite une personne dit son nom, que tout le monde reprend en chœur. Le jeu se poursuit de la même manière avec la personne à droite (ou gauche) de la première qui dit son nom après le rythme et que le groupe reprend, et ce, jusqu'à ce que tout le monde dans le cercle se soit nommé.

Le jeu des questions

Chaque personne répond à des questions sur une feuille (sans écrire son nom). Exemples : trois valeurs importantes ?, ses attentes face au projet ?, ses loisirs ?, son film préféré ?, etc. Une fois ceci terminé, les feuilles sont mélangées et distribuées. On essaie de deviner à qui appartient la feuille reçue.