

PHASE 1 :

L'animateur commence par faire élaborer en groupe une définition du terme « question », (par exemple : une question est une phrase interrogative dont le but est d'obtenir une information ou d'entrer en relation avec une autre personne).

Ensuite, il demande aux élèves de réfléchir à "A quoi sert une question?" pour arriver à mettre en évidence que le fait de poser des questions a des effets positifs sur l'autre :

- l'intérêt porté à l'autre
- le souci de comprendre une situation
- l'ouverture d'esprit, la curiosité...
- l'envie de faire avancer la réflexion sur un sujet.

PHASE 2 :

Les exercices peuvent s'inscrire dans le cadre du PAE de l'établissement par le biais d'enquêtes à réaliser et autres ou dans le cadre de sorties pédagogiques "classe découverte".

Suggestion d'un exercice à réaliser en classe en début d'année :

Mettre les élèves par trio, deux en position de journalistes et un en interviewé. Le but est de parvenir à un échange avec des questions portant sur la connaissance du parcours scolaire, du projet de formation, des loisirs...de l'interviewé.

PHASE 3 :

Chaque élève réfléchit à ce qu'il a ressenti lors de l'exercice et restitue oralement ses impressions. L'animateur note sur paperboard toutes les réponses. L'idée est pour l'animateur de montrer aux élèves que les questions ont aidé à construire une relation partagée, tout en permettant à chacun de trouver une place. Ainsi, le but est de mettre en évidence, en se servant des réponses, ce que l'on a "à gagner" quand on se permet de poser des questions.

Prolongation de l'exercice :

Il appartient à l'animateur de ne pas perdre de vue, tout au long de l'année, de remettre les élèves en situation de poser des questions et de valoriser les efforts engagés.

Durée de l'exercice

Matériel nécessaire

Durée de l'exercice : 1h30

Phase 1 = 10 mn

Phase 2 = 20 mn

Phase 3 = 45 mn à 1h

Matériel nécessaire

Tableau ou paperboard

AFFIRMATION DE SOI

A/ ETRE CAPABLE DE S'EXPRIMER

A2/ Oser émettre son avis

S1/ Donne son point de vue personnel

A.A.
A2
S1

D E R O U L E M E N T

PHASE 1 :

Faire réfléchir le groupe sur ce que signifie «donner son avis» sous forme de brainstorming. La réponse fait appel à une position personnelle de l'interviewé sur ses croyances, ses valeurs, son mode de pensée.

PHASE 2 :

L'animateur invite le groupe à regarder un enregistrement du journal télévisé de la veille et propose un thème de discussion choisi dans ce journal.

Puis, il demande aux participants de réfléchir à toutes les idées et arguments qu'ils peuvent avancer sur ce thème.

Les divers arguments sont notés au tableau et chacun repère les arguments qui correspondent à sa façon de penser.

PHASE 3 :

Les jeunes forment à la suite de cela des groupes de discussion de quatre personnes : trois d'entre eux échangent leurs points de vue, le quatrième observe et prend note du nombre d'interventions faites par chacun des trois autres.

EVALUATION :

Dans une dernière phase, l'observateur de chaque groupe rend compte de ce qu'il a noté et les intéressés commentent les observations

Durée de l'exercice

Phase 1 = 30 mn
Phase 2 = 1 heure (vidéo + liste)
Phase 3 = 30 mn avec évaluation

Matériel nécessaire

- Enregistrement d'un journal télévisé de la veille

Commentaires :

☞ Pour la phase 2, l'animateur peut remplacer la séquence vidéo par un article de journal ou par un thème choisi par le groupe.

☞ Le bon déroulement de la phase 3 dépend de l'aptitude des jeunes à respecter les règles de la prise de parole : parler à son tour, laisser les autres s'exprimer, ne pas couper la parole, ne pas monopoliser la parole.

Les observateurs rapporteront dans leur compte-rendu si ces règles ont été respectées ou si leur transgression a empêché certain(s) participant(s) d'exprimer son (leur) point de vue.

PHASE 1 :

Faire identifier par le groupe ce que l'on entend par « parler de soi ». Proposer quelques exemples concrets et chercher dans quelles circonstances on est amené à « parler de soi » et pour quelles raisons c'est quelquefois difficile. Il est question ici de parler de ses expériences.

PHASE 2 :

Chaque jeune tire un carton sur lequel est inscrite une émotion (peur, joie, tristesse) et doit raconter une anecdote où il a éprouvé cette émotion (le jeune a le droit d'échanger son carton s'il n'est pas satisfait de son choix, il dira pourquoi il n'a pas voulu du premier carton à la fin du récit)
Il peut préparer son récit oralement ou par écrit.

PHASE 3 :

Chaque jeune (l'orateur) présente son expérience oralement. Les autres membres du groupe peuvent intervenir à la fin du récit pour poser des questions. L'orateur se réserve la possibilité de ne pas répondre si la question l'embarrasse.

ROLE DE L'ANIMATEUR :

Dans ce type d'exercice, les jeunes peuvent éprouver des difficultés à parler d'eux. L'animateur est là pour faciliter cette expression et peut les aider à aborder leur expérience à travers :

- leurs sensations *
- leurs émotions *
- leurs sentiments *
- leur jugement *

** Signification précise de chacun de ces termes à expliciter !*

Ensuite, l'animateur peut voir avec eux :

- ce qu'ils ont tiré de l'expérience en positif et en négatif,
- ce qu'ils ne feront plus,
- ce qu'ils continueront à faire,
- ce qu'ils feront différemment.

Durée de l'exercice

Matériel nécessaire

Phase 1 : 20 mn
Phase 2 : +/- 20 mn
Phase 3 : 15 mn par jeune évaluation comprise

- Petits cartons portant l'inscription d'une émotion

APPROFONDISSEMENT pour des classes pratiquant l'alternance :

L'animateur laisse à chacun un temps personnel d'écriture sur son bilan de stage en entreprise. Puis, chaque jeune présente au groupe son bilan personnel de stage.

Exemple de bilan * :

- Ce que j'imaginai, ce que j'attendais de mon stage avant de partir,....
- Ce que j'ai découvert,....
- Ce qui m'a le plus intéressé,....
- Ce que je n'ai pas aimé,....
- Ce que je pense de l'accueil qui m'a été fait dans l'entreprise,....
- Ce que je pense des relations que j'avais avec les personnes,....
- Les difficultés que j'ai rencontrées,....
- Des remarques sur mon travail ont-elles été faites ?....
- Quels sont les points sur lesquels je dois faire porter mes efforts ?....
- Ai-je atteint mon objectif de départ ?....
- Est-ce que je vais garder le même projet professionnel après le stage ? (en donner les raisons)....
- Où vais-je effectuer mon prochain stage ?....
- Dans le même domaine professionnel ? dans un autre ?....

** Fiche élaborée par le SAIO de Nantes : « L'insertion pas à pas »*

La communication est un art difficile à maîtriser. Dans les échanges avec les autres, l'individu peut être déstabilisé pour diverses raisons :

- Le message est flou :
 - mal formulé ;
 - manque d'informations pour comprendre ;
 - l'interlocuteur envoie des messages contradictoires entre le niveau verbal et le niveau non verbal (double-bind), ce qui met l'individu mal à l'aise sans qu'il en ait clairement conscience ;
 - plusieurs idées se chevauchent et rendent le sens général peu explicite.
- Le message est agressif.
L'individu se sent attaqué, blessé, injurié.
- Le message contient des informations qui semblent opposées.
- Le message est « manipulateur » (L'individu se sent manipulé, flatté, utilisé).

PHASE 1 :

Le formateur demande aux jeunes de se rappeler les messages, les paroles, les réflexions d'un copain, d'un professeur, d'un parent, d'un patron qui les ont déstabilisés – ou qu'ils ont utilisés pour déstabiliser quelqu'un ! (moquerie, indifférence, agressivité, agacement, etc...)

Exemples : « *Si vous ne vous en sortez pas dans votre travail, vous pouvez sauter par la fenêtre* ».

« *On ne peut faire confiance à personne* »

« *Je ne te crois pas capable de réussir ton examen* » (une mère à sa fille)

« *Je trouve que ta robe est super* » (dit sur un ton ironique ou qui n'est pas sincère)

« *Tu es nul....Tu pouvais beaucoup mieux faire....Tu me déçois* »

« *Je trouve ton comportement inadmissible* »

Puis l'animateur demande à des jeunes volontaires de jouer des jeux de rôles à partir des situations trouvées ci-dessus.

A la fin de chaque jeu de rôle, le jeune agressé présente son vécu (ressenti, éprouvé) au groupe.

Le groupe apporte ses observations, remarques, suggestions (j'aurais fait ainsi...).

PHASE 2 : (voir page suivante)

Durée de l'exercice

Matériel nécessaire

Phase 1 = 1h 15mn environ
Phase 2 = 1h15mn environ

PHASE 2 :

L'animateur évoque les différentes réactions possibles pour « s'armer » ou pour éviter d'être déstabilisé par des messages verbaux ou non verbaux émis par les autres, tels que :

- faire clarifier le message ;
- oser exprimer la contradiction que l'on a décelée
- devant l'agressivité : essayer le calme ou l'humour – sinon, se défendre explicitement ;
- exprimer son ressenti, son vécu sans agresser l'autre : « *cette parole me blesse...* », ou « *je suis triste quand tu dis cela...* ».

L'animateur sera amené à faire la distinction entre la situation, le comportement et la personne.

Lorsque c'est nécessaire, émettre des critiques ciblées sur un comportement est moins déstructurant que des jugements inconditionnels sur la personne.

On peut, ici, utiliser un outil de l'analyse transactionnelle* :

	conditionnel comportement	Inconditionnel personne
positif	J'apprécie votre comportement, votre tenue...	Je t'aime, tu es sérieux, intelligent, beau, courageux...
négatif	Je n'aime pas... Ce n'est pas correct... Telle chose ne va pas...	T'es nul !!! Quel paresseux tu fais ! (on est badigeonné de la tête aux pieds)

Pour réagir à un jugement inconditionnel négatif, on peut amener l'auteur du jugement à rétablir la distinction entre personne et situation :

« *T'es nul* »

Réponse : « *En quoi suis-je nul ?* »

« *Qu'est-ce qui te fait dire que je suis nul,*

précise-moi ce qui te dérange dans mes façons de faire »

* Laurence GENAIN, Martine LEROND, *Pratiques de l'analyse transactionnelle*, Editions DE VECCHI.

Commentaire :

☞ Cet exercice est difficile à mettre en place et à conduire : en effet, les acteurs sont amenés à s'exposer publiquement.

☞ L'animateur doit donc agir avec prudence et doigté et éviter les remarques qui tiendraient du jugement de valeur.