



## < boîte à outils...

*Miroir, mon beau miroir... dis-moi si je peux suivre les mouvements de l'autre ?  
Une activité pour sensibiliser les enfants (et les adultes) à l'importance  
et au plaisir de s'écouter...*

### Le miroir...

#### Objectifs de l'activité

- Etre à l'écoute de l'autre de manière non-verbale
- S'approcher de l'autre

#### Matériel

- Musique lente

#### Déroulement

Les participants se placent deux par deux, en se faisant face. Ils rapprochent leurs paumes, sans que les mains se touchent, comme si un miroir les séparait. Un des participants commence lentement, au rythme de la musique, un mouvement des mains. L'autre imite ce mouvement, de façon à ce que leurs déplacements soient synchronisés. C'est ensuite au tour de l'autre participant de diriger la danse des mains.



#### Variante

Chaque couple de participants reçoit deux baguettes chinoises. Les participants, face à face, placent l'extrémité d'une baguette entre l'index de la main gauche de l'un et l'index de la main droite de l'autre. Ils font de même pour positionner l'autre baguette entre les index restés libres. L'un des participants débute un mouvement, suivi par l'autre, en restant attentifs de ne pas laisser tomber les baguettes.

#### Prolongement

Quelques pistes de réflexion à poser après l'activité :

- A-t-il été facile de suivre le rythme du partenaire ? Pourquoi ?
- Comment vous êtes-vous senti durant cette activité ?
- Quelle(s) ressemblance(s) ou différence(s) y a-t-il entre cette danse face à face et une conversation entre deux personnes ?

Nous tenons à préciser que cette activité illustre le concept "A l'écoute du verbal et du non-verbal" du livre "Graines de médiateurs... Médiateurs en herbe" de l'Université de Paix paru aux éditions Memor.