

# BOÎTE À OUTILS

«La nature nous a donné une langue et deux oreilles,  
afin que nous écoutions le double de ce que nous disons.»

Zenon de Citium

## Transmission de pensées

### Objectifs de l'activité

- Ecouter l'autre dans son expression verbale, non verbale.
- Mettre des mots sur les sentiments.
- S'initier à l'écoute active.

### déroulement

Les participants se placent deux par deux. L'un pense à quatre souvenirs : une expérience merveilleuse, une triste, une terrifiante, une apaisante (ou une colérique). On les appelle A, B, C, D.

Puis, il se concentre d'abord sur A, puis il annonce qu'il passe à B, C, puis D pendant que son partenaire regarde son visage.

Ensuite, il pense à nouveau aux quatre moments, mais dans le désordre. L'autre doit deviner à quel événement songe son partenaire.



### Variantes

Si l'animateur voit, sent qu'exprimer ses sentiments est très difficile pour certains, il peut proposer cet exercice : une personne est assise et 4 autres sont debout autour d'elle. La 1ère pose une question, la seconde tape dans les mains, la 3ème donne un calcul, et la dernière mime un geste de la vie courante. Alors seulement la personne assise répond à la question, tape des mains, résout le calcul et reproduit le geste mimé.

Nous tenons à préciser que cette activité se trouve dans le concept «J'écoute» du livre «Jeux coopératifs pour bâtir la paix» de l'Université de Paix paru aux éditions Chronique sociale.

### Jeux coopératifs pour bâtir la paix

Adaptation par l'Université de Paix de 2 ouvrages de Mildred Mashedor

Cet ouvrage propose de pratiquer la coopération en s'amusant. Il regroupe plus de 300 jeux et sports coopératifs, sans perdants ni gagnants. Leur but est de développer la confiance en soi, le respect de l'autre, la cohésion du groupe et la solidarité.

Ce livre s'adresse aux enseignants mais aussi aux parents et à toute personne travaillant avec des enfants de 3 ans et plus.

Éd. Chronique sociale et UP - 275 pages - Prix : 18,90 € - (A) 18 €

