

Transmission de pensées



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.

NOTE À L'ANIMATEUR

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.

OBJECTIFS

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

MATÉRIEL

-

DISPOSITION

-

PISTES DE RÉFLEXION...

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.