



**Promotion
Santé**
Centre-Val de Loire

TECHNIQUES POUR FAVORISER LA DYNAMIQUE DE GROUPE



en promotion de la santé



www.frapscentre.org



Avant-propos

Les techniques proposées dans cette partie, ont pour objectif de stimuler l'énergie du groupe, de relancer la participation et de favoriser l'implication active des participants tout au long d'une séance. Ces techniques contribuent à renforcer la cohésion, la motivation et la créativité, tout en permettant à l'animateur de gérer la dynamique de groupe. Les propositions peuvent être utilisées comme intermèdes courts pour remettre du mouvement, détendre l'atmosphère ou stimuler la réflexion de façon ludique. Adaptables à différents contextes et publics, elles invitent à jouer, participer, coopérer et bouger, tout en gardant le fil conducteur de la séance.

Pour ces techniques, le nombre optimal de participants est compris entre 12 et 20. Toutefois, il est possible d'adapter en fonction de votre groupe.

Sommaire



A. Pour briser la glace

- A.1 Le jeu des différences
- A.2 Il était une fois
- A.3 Le message voyageur
- A.4 Le décompte ♥

B. Pour dynamiser.

- B.1 Les 3 questions
- B.2 La cocotte ♥
- B.3 Le dé des échanges

C. Pour coopérer

- C.1 La guerre des chaises
- C.2 Le stylo coopératif ♥
- C.3 Les statues des émotions
- C.4 Le gardien d'empathie
- C.5 Dadoo Village
- C.6 L'île déserte
- C.7 Le tableau vivant
- C.8 Fais-moi un dessin
- C.9 Le nœud humain

D. Pour réguler le temps de parole

- D.1 Le bâton de parole
- D.2 Le ticket de parole
- D.3 Échange autour d'un ballon
- D.4 Le chrono collectif
- D.5 À l'écoute de l'autre
- D.6 Les images symboles

E. Pour réguler le volume sonore

- E.1 Les niveaux sonores
- E.2 La demande de silence
- E.3 Le baromètre sonore..

F. Pour constituer des groupes

- F.1 Les techniques de classement
- F.2 Salade de fruit
- F.3 Les Post-it® de couleur
- F.4 Les expressions françaises
- F.5 Les personnages célèbres ♥
- F.6 Les puzzles
- F.7 Les 7 familles





A | Pour briser la glace



A.1 | Le jeu des différences

Cette technique met en évidence l'importance de l'observation et de l'attention aux détails. Elle favorise les discussions sur la perception, la concentration et la coopération entre participants.



Objectifs

- Développer l'observation et l'attention aux détails
- Favoriser la concentration et la mémoire visuelle
- Créer un moment ludique et convivial pour dynamiser le groupe

Matériel
Aucun



Taille du groupe

6-20 participants



Durée

Environ 5 minutes

Étape 1

Les participants se mettent en binôme, face à face. Pendant une trentaine de secondes, chaque participant observe attentivement son binôme pour mémoriser le plus de détails possibles.

Étape 2

Les participants se tournent ensuite dos à dos. Chacun change un petit élément de son apparence : retrousser une manche, déboutonner un gilet, enlever un bijou, déplacer un accessoire... L'idée est de garder un changement simple et visible.

Étape 3

Les binômes se retrouvent face à face. À tour de rôle, chacun doit repérer le changement chez son partenaire. On peut ensuite recommencer avec d'autres détails ou en variant les règles.



Conseils :

- Choisir des changements visibles.
- Encourager la créativité et l'humour.

A.2 | Il était une fois ...

Cette technique peut servir de réveil pédagogique pour se réapproprier des notions abordées précédemment.



Objectifs

- Restituer des notions abordées précédemment
- Construire collectivement

Matériel

Aucun



Taille du groupe

5-20 participants



Durée

Environ 25 minutes

Étape 1

L'animateur demande aux participants de former un cercle.

Étape 2

Les participants sont ensuite invités à raconter une histoire en commun, à tour de rôle.

L'animateur commence le tour de parole en disant "il était une fois..." et complète sa phrase. Le participant à sa droite prend ensuite la parole pour raconter la suite de l'histoire, et ainsi de suite, jusqu'à ce que tous les participants se soient exprimés.

Si à la fin du tour, l'histoire n'est pas finie, on peut poursuivre le temps de jeu, si nécessaire.

Exemples :

- raconter la journée de formation de la veille,
- raconter la dernière intervention à laquelle ils ont participé tous ensemble ...



Conseil : Veiller à préciser le cadre : durée, nombre de tours, répartition du temps de parole...

A.3 | Le message voyageur

Cette technique permet de prendre conscience de la transformation possible d'un message lorsqu'il circule de personne en personne. Elle permet de sensibiliser les participants à l'importance d'une communication claire et fidèle.

Objectifs

- Communiquer avec les autres participants
- Renforcer la cohésion
- Sensibiliser à l'importance de l'écoute

Matériel

Aucun



Taille du groupe

5-20 participants

Durée

Environ 20 minutes

Étape 1

Pour commencer, l'animateur demande au groupe de former un cercle.

Étape 2

L'animateur chuchote une phrase à l'oreille de la personne située à sa droite. Il peut adapter la phrase en fonction du thème abordé pendant l'intervention.

Chaque participant répète ensuite la phrase à l'oreille du suivant. Il ne doit ni redire la phrase une deuxième fois, ni répondre à une demande de clarification.

Le dernier participant annonce la phrase à voix haute. L'animateur la compare alors avec la phrase initiale.

Étape 3

Pour finir, l'animateur peut proposer un bilan autour des questions suivantes :

- Qu'avez-vous remarqué sur la déformation du message ?
- Quelles stratégies auraient permis une meilleure transmission ?



Conseils :

- Veiller à rappeler la règle du chuchotement discret pour ne pas être entendu par les autres.
- Choisir une phrase adaptée au public : ni trop simple, ni trop complexe.

A.4 | Le décompte

Cette technique de coopération met en avant la communication, la coordination et l'importance du travail d'équipe.

Objectifs

- Stimuler la concentration
- Développer la coopération
- Dynamiser le groupe

Matériel

Aucun

Étape 1

L'animateur demande aux participants de se placer debout en cercle.

Étape 2

Le groupe doit compter à voix haute, dans l'ordre, du chiffre 1 jusqu'au nombre le plus élevé possible. Une seule personne parle à la fois. Personne ne sait qui va dire le prochain chiffre. Si deux personnes parlent en même temps, ou si l'ordre est rompu, on recommence depuis 1. Le but est d'aller le plus loin possible ensemble, en s'écoutant et en se synchronisant.



Conseil : Rappeler au groupe que l'objectif est collectif, que l'erreur est possible et qu'il faut surtout s'amuser en jouant ensemble.



Taille du groupe

5-20 participants

Durée

Environ 15 minutes



B | Pour dynamiser



B.1 | Les 3 questions

Cette technique peut servir de réveil pédagogique pour se réapproprier des notions abordées antérieurement.



Objectifs

- Restituer des notions abordées précédemment
- Favoriser la communication entre les participants
- Permettre l'expression de questions

Matériel
Aucun



Taille du groupe
6-20 participants



Durée
Environ 35 minutes

Étape 1

L'animateur constitue des groupes de 3 ou 4 participants.

Étape 2

L'animateur demande à chaque groupe de réfléchir à 3 questions pour réactiver les connaissances sur un précédent apport de contenu. Il peut s'agir de la précédente journée de formation, de la dernière intervention à laquelle les participants ont assisté, etc.

Étape 3

Chaque groupe va ensuite poser ses 3 questions à un autre groupe qui y répondra. C'est ensuite à ce groupe de poser ses 3 questions. Et ainsi de suite, jusqu'à ce que toutes les questions soient posées.

Étape 4

L'animateur conclut en reprenant les notions principales.



Variantes :

- Les questions peuvent également porter sur un concept qui va être abordé dans la séquence et pour lequel le groupe s'interroge.
- L'animateur peut demander aux groupes de thématiser les questions : 1 question amusante, 1 question difficile, insolite, dessinée...

B.1 | Les 3 questions - Annexe

Groupe 1



Temps 1 :

Le groupe 1 pose ses questions au groupe 2 qui y répond.

Groupe 2



Temps 2 :

Le groupe 2 pose ses questions au groupe 3 qui y répond.

Groupe 3



Temps 3 :

Le groupe 3 pose ses questions au groupe 4 qui y répond.

Groupe 4



Temps 4 :

Le groupe 4 pose ses questions au groupe 1 qui y répond.

B.2 | La cocotte ♥

Cette technique peut servir de réveil pédagogique pour se réapproprier des notions abordées antérieurement. Elle peut également être utilisée pour un temps d'échange entre les participants (sur les pratiques professionnelles, les habitudes de santé...)

Objectifs

- Restituer des notions abordées précédemment
- Favoriser la communication entre les participants
- Cadrer les échanges
- Permettre à tous de s'exprimer

Matériel

Annexe

 **Taille du groupe**
4-20 participants

 **Durée**
Environ 20 minutes

Étape 1

L'animateur distribue une cocotte à chaque participant et les guide dans le pliage à réaliser. Vidéo pour réaliser le pliage :

[TUTO: RÉALISER UNE COCOTTE EN PAPIER – UN JEU ORIGAMI – SIMPLE & RAPIDE](#)

Étape 2

L'animateur invite ensuite les participants à se mettre en binôme et donne un temps de jeu limité.

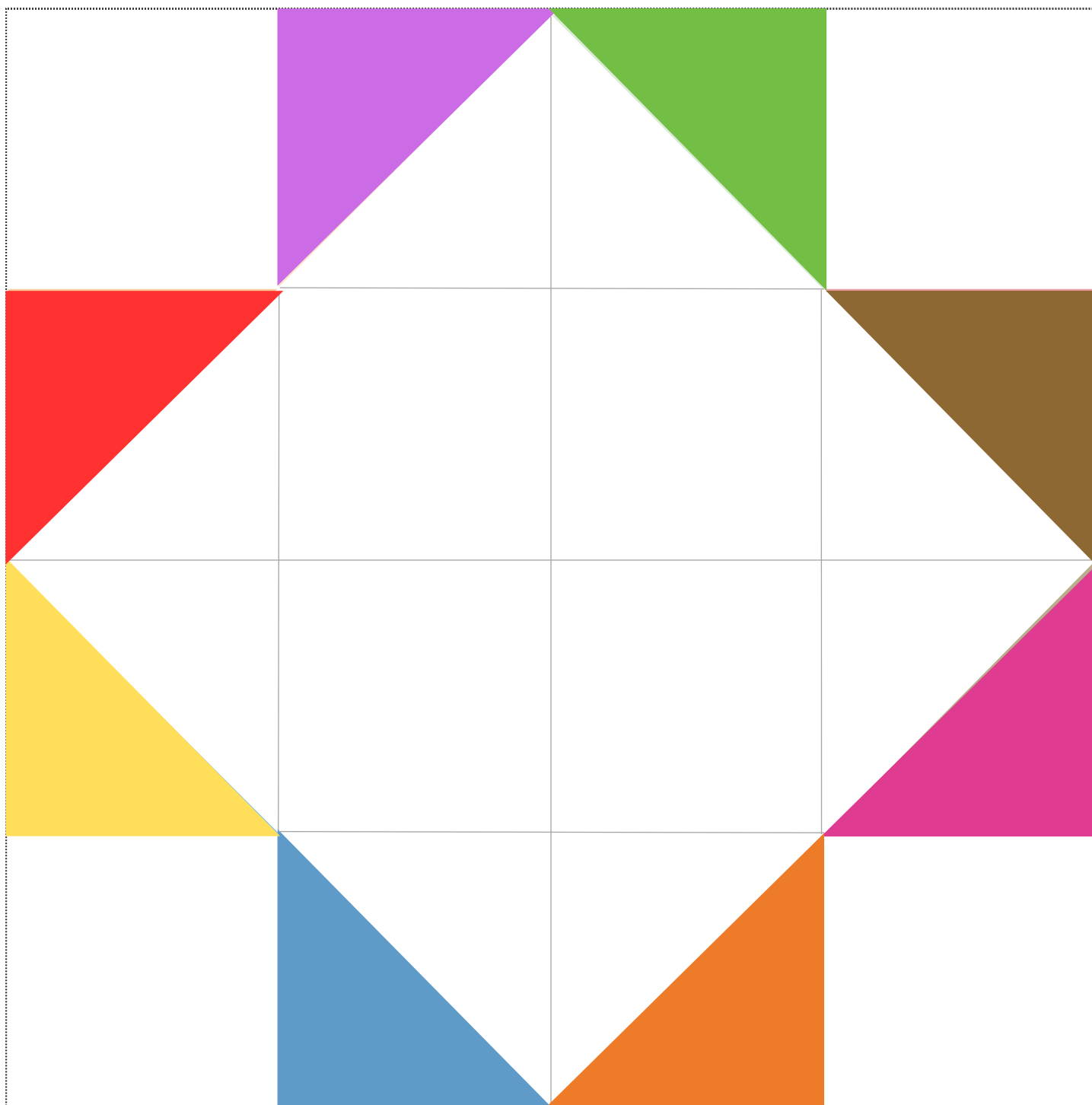
Un des participants (le meneur) demande à l'autre (le joueur) de choisir un nombre. Le meneur tourne la cocotte autant de fois que le nombre indiqué. Le joueur choisit une couleur affichée ou un symbole puis le meneur pose la question correspondante.

On inverse ensuite les rôles jusqu'à écoulement du temps.



Variante : Les participants peuvent réaliser les questions de la cocotte eux-mêmes. Il faudra alors prévoir plus de temps.

B.2 | La cocotte - Annexe 1/2



B.2 | La cocotte - Annexe 2/2



B.3 | Le dé des échanges

Cette technique peut servir de réveil pédagogique pour se réapproprier des notions abordées précédemment. Elle peut également être utilisée pour un temps d'échange entre les participants (sur les pratiques professionnelles, les habitudes de santé...)



Objectifs

- Favoriser l'échange en binôme ou en groupe
- Dynamiser les échanges
- Aborder un thème de façon ludique

Matériel

- 1 dé par binôme (ou un gros dé pour le groupe) - Annexe
- Une grille de questions associée aux chiffres du dé (1 à 6)

Étape 1

L'animateur propose aux participants de constituer des binômes. Il donne ensuite un dé et une grille de questions à chaque binôme.

Exemple de grille :

- 1 = Ton plus beau souvenir
- 2 = Une technique pour t'apaiser quand tu es stressé ou en colère
- 3 = Ton humeur du jour
- 4 = Une qualité que tu apprécies chez les autres
- 5 = Un défi que tu aimerais relever
- 6 = Question libre (le binôme invente)

Étape 2

Un participant lance le dé et répond à la question correspondante au chiffre obtenu. Puis on inverse les rôles et on continue jusqu'à la fin du temps imparti.



Conseils :

- Adapter les questions au public
- Garder un ton léger : le jeu sert de prétexte pour lancer la discussion



Variantes :

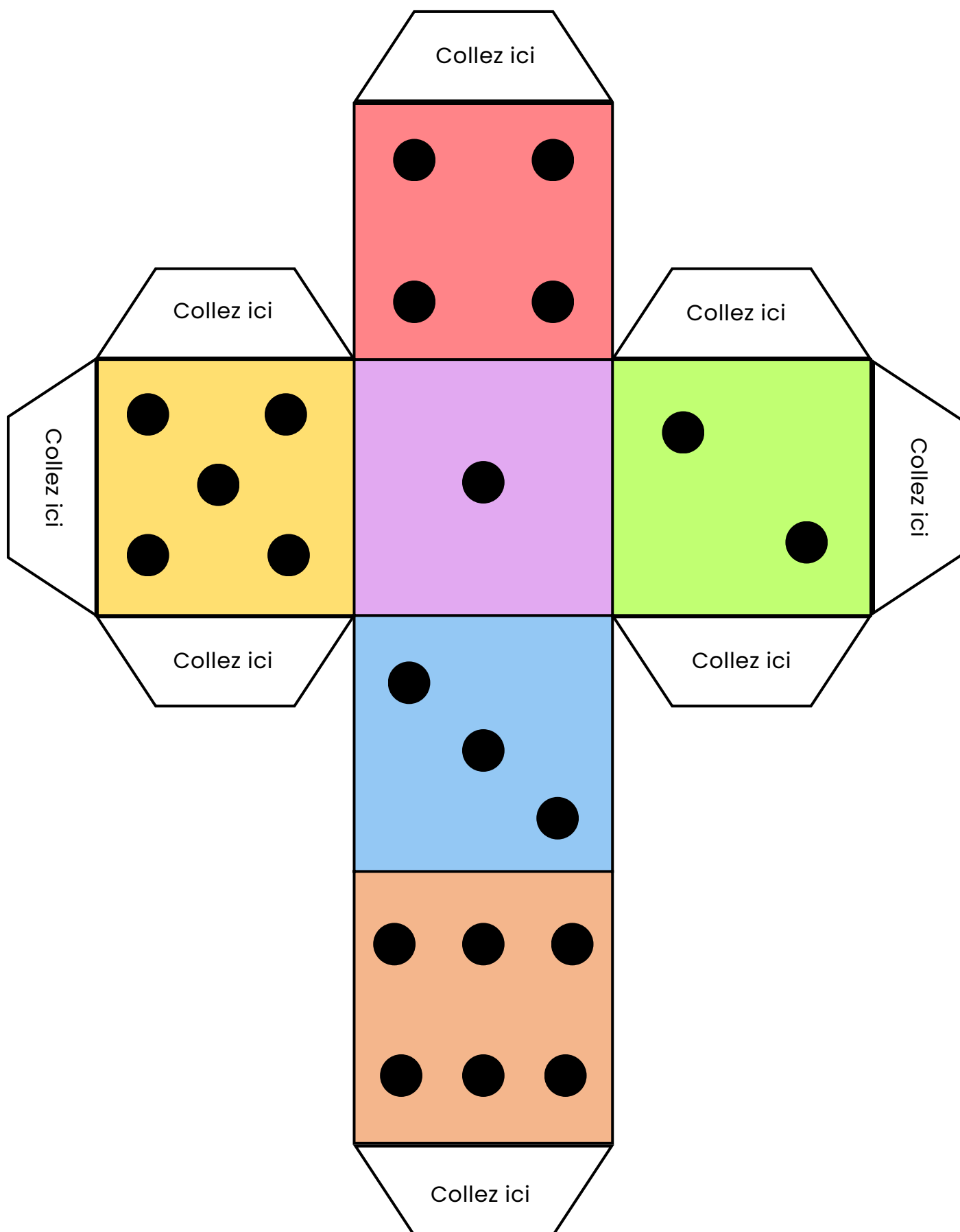
- L'animateur peut personnaliser les questions en fonction du thème de l'atelier.
- L'animateur propose de jouer en groupe entier avec un gros dé en mousse.
- L'animateur donne un temps limité pour répondre (ex. 30 secondes).

 **Taille du groupe**
4-15 participants

 **Durée**
Environ 20 minutes

 **Alternatives numériques**
[Classroomscreen](#)
(widget dé)

B.3 | Le dé des échanges - Annexe





C | Pour coopérer



C.1 | La guerre des chaises - 1/2

Cette technique permet de comprendre les relations et les leviers d'efficacité d'un travail de coopération. Elle met également l'accent sur l'importance de la communication.

Objectifs

- Favoriser la coopération
- Mettre en évidence l'importance du collectif pour atteindre un but commun

Matériel

- Chaises
- Un espace dégagé et sécurisé

 **Taille du groupe**
6-20 participants

 **Durée**
Environ 40 minutes

Étape 1

Avant toute interaction, l'animateur dispose des chaises dans un espace délimité (1 chaise par participant)

Étape 2

L'animateur constitue ensuite 3 équipes et donne à chacune une mission secrète à accomplir :

- Equipe 1 : "vous devez retourner toutes les chaises"
- Equipe 2 : "vous devez mettre les chaises en cercle"
- Equipe 3 : "vous devez assembler les chaises 2 par 2"

Chaque équipe doit réussir sa mission ! L'animateur indique que les participants ne pourront pas se parler une fois entrés dans l'espace délimité.

Étape 3

Au bout de 5 minutes, l'animateur fait sortir de l'espace l'équipe 1 et 2 et leur demande de se dire mutuellement quelle est leur mission. Une fois ces indications échangées, ces 2 équipes réintègrent l'espace et l'animateur relance le temps de jeu pour 5 minutes.

C.1 | La guerre des chaises - 2/2

Étape 4

À la fin du temps de jeu, l'animateur réunit les 3 équipes et leur demande d'échanger sur leurs missions respectives.

À ce moment soit les équipes comprennent que les 3 missions sont complémentaires et qu'elles peuvent donc toutes réussir en coopérant, soit elles restent sur leur stratégie initiale, et essaient de réussir sans tenir compte des missions des autres.

L'animateur relance à nouveau le temps de jeu pour 5 minutes.

Étape 5

L'animateur arrête le jeu et propose un temps de bilan en posant les questions suivantes :

- Avez-vous réussi votre mission ?
- Avez-vous pris en compte les missions des autres équipes ?
- Qu'est-ce qui vous a aidé à réussir votre mission ?
- Qu'est-ce qui a freiné la réussite de la mission ?



Conseil : En fonction des relations dans le groupe et du temps disponible, raccourcir les temps de jeu.

C.2 | Le stylo coopératif ❤️

Plusieurs participants doivent écrire ou dessiner ensemble en tenant un même stylo à plusieurs. Cette technique met en lumière la coopération, l'écoute et la coordination nécessaires pour atteindre un objectif commun.

Objectifs

- Développer la coopération
- Travailler la coordination et la communication
- Partager un moment ludique

Matériel

- 1 gros feutre ou crayon
- Du bolduc ou de la ficelle
- Possibilité d'acheter un stylo coopératif déjà fabriqué.



Taille du groupe

4-10 participants



Durée

Environ 30 minutes

Étape préalable

Fabriquer l'outil : attacher plusieurs ficelles à un gros feutre, en prévoyant une ficelle par personne.

Étape 1

Scotcher une feuille de paperboard sur une table. Chaque participant tient une ficelle à distance. Ensemble, ils doivent guider le feutre pour écrire un mot ou tracer une forme sur une feuille.

Étape 2

Le groupe coopère, s'organise et ajuste sa coordination pour réussir à écrire ou dessiner lisiblement.



Variantes :

Il est possible de :

- Former des équipes et proposer un mot à écrire en compétition.
- Donner un temps limité pour écrire un mot ou faire un dessin.
- Complexifier en ajoutant plusieurs mots à enchaîner.



Conseil : Insister sur la coopération et l'écoute mutuelle : l'objectif est de réussir ensemble, pas d'aller vite ni que le mot soit parfait.

C.3 | Les statues des émotions

Cette technique permet au groupe de travailler sur l'empathie et l'attention portée à chacun.

Objectifs

- Sensibiliser à l'importance de l'empathie dans le groupe
- Favoriser la coopération dans le groupe

Matériel

Aucun



Taille du groupe

5-25 participants



Durée

Environ 25 minutes

Étape 1

L'animateur propose aux participants de déambuler dans un espace délimité. Il déclenche un signal sonore et demande aux participants de s'immobiliser.

Étape 2

L'animateur désigne ensuite une personne et lui demande de mimer une émotion. À la fin du mime, l'animateur nomme l'émotion. Il va ensuite venir toucher l'épaule de chaque participant figé. Ils devront alors imiter la même émotion.

Étape 3

L'animateur lance à nouveau le signal sonore et tous les participants se figent à nouveau. Il désigne alors un autre participant pour mimer une autre émotion, le tour de jeu reprend ainsi de suite.

C.4 | Le gardien d'empathie

Cette technique permet au groupe de travailler sur l'empathie et l'attention portée à chacun.

Objectifs

- Favoriser l'empathie dans le groupe
- Travailler la coopération et l'entraide

Matériel

Petits papiers
à piocher



Taille du groupe

5-25 participants



Durée

Environ 20 minutes

Étape 1

L'animateur distribue aux participants différents rôles à l'aide de papier à piocher :

- "gardien d'empathie" : vous devez repérer la personne qui vous semble la plus en difficulté et prendre sa place.
- vous devez rester accroupi
- vous devez garder les bras tendus en avant,
- vous devez tenir en équilibre sur un pied
- vous devez vous asseoir sans appui, en "chaise invisible"
- vous devez vous tenir sur la pointe des pieds
- vous devez vous pencher légèrement en avant avec les mains sur les genoux

Étape 2

L'animateur lance le chrono pour un temps délimité et demande à chaque participant de tenir son rôle. Quand le premier "gardien d'empathie" a pris la place du participant qui lui semble le plus en difficulté, ce dernier devient le nouveau "gardien d'empathie" et ainsi de suite.

Étape 3

Quand le temps est écoulé, l'animateur peut proposer un temps de bilan autour des questions suivantes :

- Comment avez-vous choisi la personne à aider ?
- Était-ce toujours évident de voir qui était "le plus en difficulté" ?
- Qu'avez-vous ressenti quand quelqu'un est venu vous remplacer ?



Conseil : Adapter les différents rôles à distribuer en fonction des capacités des participants.

C.4 | Le gardien d'empathie - Annexe

Vous devez rester accroupi.	Vous devez garder les bras tendus en avant.
Vous êtes "gardien d'empathie". Vous devez repérer la personne qui vous semble la plus en difficulté et prendre sa place.	Vous devez vous tenir sur la pointe des pieds.
Vous devez tenir en équilibre sur un pied.	Vous devez vous pencher légèrement en avant avec les mains sur les genoux.
Vous devez vous asseoir sans appui, en "chaise invisible".	

C.5 | Dadoo village - 1/2

Cette technique permet d'encourager la coopération. Elle peut être utilisée en amont d'une intervention portant sur une thématique de santé, afin de prendre conscience de nos différences.

Objectifs

- Favoriser l'empathie dans le groupe
- Travailler la coopération et l'entraide

Matériel

Deux espaces distincts
Feuilles de papier
Crayon
Règle
Colle / Ruban adhésif



Taille du groupe

6-20 participants



Durée

Environ 60 minutes

Étape 1

L'animateur présente le jeu de rôle et le déroulement de l'animation aux participants, sans en dévoiler l'objectif, afin de laisser les participants dans une phase de découverte.

Étape 2

L'animateur répartit les participants en deux groupes dans deux espaces différents ; un groupe "villageois" (2/3 du groupe) et un groupe "ONG" (1/3 du groupe). Il distribue aux deux groupes leurs textes respectifs, **jointes en annexe** et laisse le temps à chaque groupe de se préparer.

Étape 3

Un volontaire de l'ONG part en mission d'exploration dans le village pour une durée de 5 minutes. À son retour, il fait un rapport au reste de son équipe. L'équipe devra alors ajuster sa stratégie. L'animateur sera attentif à ce retour.

C.5 | Dadoo village - 2/2

Étape 4

Toute l'équipe de l'ONG part à la rencontre des villageois. L'animateur mettra à disposition des participants de l'ONG le matériel nécessaire, et observera attentivement le jeu de rôle, sans intervention. Une fois les 20 minutes de jeu écoulées, l'animateur y mettra un terme, même si le pont n'est pas construit (la construction du pont n'est pas le but premier de cette animation).

Étape 5

L'animateur lance le débat sur ce que les participants ont vécu. Il les interrogera sur les éventuelles incompréhensions, causées par la différence de culture. L'animateur fait réfléchir les participants sur des questions de culture, de mode de communication... et clôturera la séance en interrogeant les participants sur le vécu de l'animation.



Conseil : Adapter les différents rôles à distribuer en fonction des capacités des participants.



Variantes

L'animateur peut adapter son discours en fonction des futures thématiques à travailler. Par exemple, s'il prévoit une animation auprès des adolescents sur la Vie Affective et Sexuelle, il peut orienter son discours sur les différences entre les hommes et les femmes.

C.5 | Dadoo village - Annexe 1/2

Texte pour les villageois

Vous êtes habitants d'un village isolé quelque part dans le monde. Votre village est séparé de la ville par une rivière tumultueuse et il vous faut marcher 24 heures pour transporter vos malades à l'hôpital. Des volontaires d'une organisation non gouvernementale (ONG) ont proposé de vous aider à construire un pont qui réduira ce temps de transport à 2 heures. Vous acceptez cette proposition et décidez de coopérer. Les volontaires de l'ONG et vous partagez la même langue. Vous avez des traditions et des tabous très anciens que vous respectez strictement.

Vos traditions :

L'hospitalité est très importante pour vous. Accueillir les étrangers est un rituel qui prend du temps. Vous devrez définir ce rituel entre vous. Vous devez toucher la personne à qui vous parlez. Il est très irrespectueux de parler à quelqu'un sans le toucher. Toutes les décisions sont prises collectivement après de longues discussions rassemblant tous les membres de la communauté. Vous vous réunissez à chaque fois qu'il faut prendre une décision. La plus vieille femme du village, Dadoo, est la seule personne habilitée à communiquer les décisions collectives aux étrangers. Les autres villageois peuvent parler aux étrangers, mais ne peuvent pas leur communiquer les décisions.

Personne ne peut négocier seul avec les étrangers, pas même Dadoo.

Vous aimez travailler mais pas plus de trois minutes. Après trois minutes de travail, il vous faut méditer. Le rituel et la posture de méditation sont à définir entre vous. Chaque personne médite aussi longtemps qu'il/elle en ressent le besoin. À chaque fois qu'une jonction du pont sera construite, vous la décorez avec du papier pour la mettre sous la protection de vos dieux. Si ce rituel n'est pas accompli, le travail ne peut pas continuer. Vos traditions sont évidentes pour vous et vous les appliquez sans les expliquer.

Vos tabous :

Le premier tabou est de parler des tabous.

Serrer la main est un tabou.

Déranger quelqu'un pendant sa méditation est un tabou.

Il est tabou pour les femmes de toucher les règles et les crayons.

Il est tabou pour les hommes de toucher les ciseaux et la colle.

Les tabous ne peuvent pas être rompus.

Si un étranger vient à proposer à un villageois de transgresser un tabou, ou si un villageois n'en tient pas compte, tous les membres du village émettent des claquements de langue pour manifester leur désapprobation, mais n'en parlent pas.

C.5 | Dadoo village - Annexe 2/2

Texte pour l'équipe de l'ONG

Vous êtes une équipe de volontaires d'une ONG internationale.
Vous partez en mission dans un village isolé quelque part dans le monde.

Ce village est séparé de la ville par une rivière tumultueuse. Pour transporter leurs malades jusqu'à l'hôpital, les villageois doivent marcher pendant 24 heures. Votre mission est d'aider les villageois à construire un pont, qui leur permettra d'atteindre la ville en 2 heures. Vous voulez leur apprendre les techniques de construction pour qu'ils puissent être autonomes à l'avenir. Les villageois vous attendent et sont prêts à coopérer. Vous respectez leur culture. Vous n'avez pas de problème de communication, vous parlez la même langue. Le pont doit être construit avec des rubans de papier. Les morceaux du pont sont attachés les uns aux autres avec de la colle ou du ruban adhésif. Le pont doit former une bande de 5 mètres de long. Vous avez à votre disposition : du papier, une paire de ciseaux, un crayon, une règle, de la colle ou du ruban adhésif. Vous ne pouvez rien utiliser d'autre. Vous élaborerez une stratégie d'exploration pour aller à la rencontre des habitants du village :

Vous décidez d'envoyer dans un premier temps, un volontaire en mission.
Durée de la mission : 5 minutes, rapport au reste de l'équipe : 5 minutes.
Dans un second temps, le groupe entier de l'ONG, ira à la rencontre des villageois (durée de la mission : 10 à 15 minutes).

C.6 | L'île déserte

Cette activité s'appuie sur la technique de Delphes, visant à développer la coopération entre les participants.

- **Objectifs**
- Encourager la prise de décision et la résolution de problème
 - Travailler la coopération

Matériel

Feuilles de papier Stylo

 **Taille du groupe**
4-20 participants

 **Durée**
Environ 20 minutes

Étape préalable

L'animateur présente l'activité :

"Bonne nouvelle ! Vous partez en voyage sur une île déserte... Cependant, vous ne pouvez emporter que 5 objets avec vous. Il va donc falloir réfléchir à ce qui vous semble indispensable."

Étape 1

Les participants réfléchissent individuellement aux 5 objets qu'ils souhaitent emporter.

Étape 2

Les participants se placent en binôme, et ne doivent conserver que 5 objets communs.

Étape 3

Les participants se placent en groupe de 4, afin de ne sélectionner, encore une fois, que 5 objets. Au fur et à mesure, l'animateur double le groupe en fonction du nombre de participants, jusqu'à ce que la décision finale soit collective.

A la fin de l'activité, l'animateur propose le débriefing suivant :

- "Est-ce que cette activité était facile/difficile ?"
- "Par quelles stratégies êtes-vous passé pour trouver une solution ?"
- "Vous êtes-vous senti décisionnaire ou démissionnaire ?"



Variantes :

L'animateur peut choisir les objets en fonction d'une thématique particulière. Par exemple, en formation sur les compétences psychosociales : "Quels objets emporteriez-vous pour animer une séance sur la régulation des émotions ?"

C.6 | L'île déserte -Annexe



Nous partons sur une île déserte...

Nous pouvons emporter 5 choses essentielles.
Mais il faut nous mettre d'accord !
La place est limitée sur le bateau ...

1

Tout seul,
Je choisis et j'entoure ce que je voudrais emporter :

- | | |
|-------------------------|--------------------|
| Une télé | Un jeu de cartes |
| Des livres | Un couteau |
| Des bonbons | Des médicaments |
| Des vêtements chauds | Une bouteille |
| Des sous-vêtements | Du papier |
| Un parapluie | Un crayon |
| Une photo de ma famille | Un maillot de bain |
| Un GPS | Du savon |
| Du pain | Un ballon |
| Des fruits secs | Un smartphone |

2

En groupe,
je note ici la liste
de ce que nous
avons retenu

C.7 | Le tableau vivant

Cette technique coopérative invite les participants à reproduire collectivement une œuvre d'art en utilisant leur corps, leurs expressions et les objets disponibles pour créer un « tableau vivant ».

Objectifs

- Favoriser la coopération et l'intelligence collective
- Renforcer la cohésion du groupe

Matériel

Images d'œuvres d'art
Un smartphone
Quelques objets ou accessoires

 **Taille du groupe**
8-28 participants

 **Durée**
Environ 35 minutes

Étape 1

L'animateur constitue des groupes de 4 à 8 personnes. Il fait piocher à chaque équipe 1 image d'œuvre d'art.

Étape 2

Les participants observent attentivement l'image et doivent reproduire la scène en :

- prenant eux-mêmes la place des personnages
- utilisant les objets disponibles autour d'eux.

L'animateur laisse à chaque équipe un temps de préparation.

Étape 3

Lorsque tout est en place, l'animateur photographie chaque tableau vivant. On compare ensuite la photo avec l'œuvre originale.

L'animateur propose un temps d'échange autour des questions :

- Comment avez-vous coopéré pour organiser la scène ?
- Qu'est-ce qui a été facile ou difficile ?



Variante : L'animateur peut proposer une remise de prix pour conclure l'activité : le prix de l'émotion, le prix de la créativité, le prix de l'acrobatie, le prix du fou rire garanti...

C.7 | Le tableau vivant - Annexe

Liste de tableaux

- Le radeau de la Méduse (Géricault)
- La liberté guidant le peuple (Delacroix)
- Le déjeuner sur l'herbe (Manet)
- Guernica (Picasso)
- Les joueurs de cartes (Cézanne)
- Les danseuses (Degas)
- Le bal du moulin de la Galette (Auguste Renoir)

Adaptées pour les jeunes publics :

- Illustrations de BD (Astérix, Tintin, Les Schtroumpfs, Pokémon...)
- Affiches de films connus (Harry Potter, Star Wars, Disney)

C.8 | Fais-moi un dessin

Cette technique favorise la cohésion, sensibilise à l'écoute et à la communication claire, tout en permettant la concentration.



Objectifs

- Favoriser la cohésion
- Favoriser l'écoute et la communication

Matériel

Feuilles de papiers
Stylos/feutres

 **Taille du groupe**
4-16 participants

 **Durée**
Environ 35 minutes

Étape 1

L'animateur constitue des binômes. Il met à disposition des participants des feuilles de papier ainsi que des stylos/feutres.

Étape 2

Les binômes se placent dos à dos. L'un des deux participants dessine un dessin très simple sur sa feuille.

Étape 3

Le participant devra détailler son dessin, trait par trait, sans faire de geste et sans dire ce qu'il représente, afin que son binôme le reproduise. L'animateur propose ensuite d'inverser les rôles.

Étape 4

Les participants se montrent leurs dessins. L'animateur instaure un temps d'échange autour des questions :

- Qu'est-ce qui a été facile ou difficile ?
- Était-il évident de donner des consignes claires ? pourquoi ?
- Dans quel rôle vous êtes-vous senti le plus à l'aise ?
- Qu'est-ce qui a favorisé la réussite ? Qu'est-ce qui vous a mis en difficulté ?



Variante EN VISIO : L'animateur divise les participants dans des sous salles, et propose la restitution en plénière.

C.9 | Le nœud humain

Cette technique coopérative invite les participants à se démêler d'un nœud formé avec leurs bras sans jamais se lâcher les mains. Elle favorise la communication, la confiance et l'entraide au sein du groupe.

Objectifs

- Favoriser la coopération et l'intelligence collective
- Renforcer la cohésion du groupe
- Favoriser la résolution collective d'un problème

Matériel

Aucun

Étape 1

Les participants se mettent debout et forment un cercle.

Étape 2

Chaque participant tend ses bras vers le centre. L'animateur demande ensuite aux participants d'attraper les mains de deux personnes différentes (pas celles à côté de lui). Le groupe se retrouve ainsi emmêlé en un "nœud humain".

Étape 3

L'animateur demande ensuite aux participants de se démêler sans jamais se lâcher les mains, jusqu'à reformer un ou plusieurs cercles.

Étape 4

L'animateur propose un temps de débriefing en posant la question : Comment avez-vous pu résoudre collectivement ce problème ?



Taille du groupe

5-20 participants



Durée

Environ 30 minutes



Variantes :

- Le groupe doit se démêler sans parler.
- Relever le défi en un temps donné.
- Les yeux fermés pour une partie du groupe.
- Pendant qu'un groupe joue, un autre observe et analyse la coopération.



Conseils :

- Veiller à la sécurité physique.
- Vérifier que tous les participants soit à l'aise avec le contact physique.
- Favoriser la communication et l'écoute plutôt que la vitesse.



D | Pour réguler le temps de parole



D.1 | Le bâton de parole

Cette technique consiste à donner la parole à une seule personne à la fois. Elle favorise l'écoute active, le respect des tours de parole et une expression équitable de chacun.

Objectifs

- Cadrer les échanges
- Permettre à tous de s'exprimer

Matériel

Un bâton ou
un micro

Étape 1

Avant toute interaction, l'animateur explique que seule la personne qui dispose du « bâton de parole » peut s'exprimer.

Étape 2

Le bâton circule entre les participants, soit ils se le passent à tour de rôle, soit une personne demande à l'avoir en levant la main.



Variantes :

- Un autre objet peut être utilisé : des clés, un micro (cf. annexe)...
- La personne qui a l'objet peut désigner la prochaine personne.



Durée

En continu pendant
la séquence d'animation

D.1 | Le bâton de parole - Annexe



Proposition pour la variante 'micro'
(à imprimer 2 fois pour le recto/verso)



D.2 | Le ticket de parole

Cette technique consiste à attribuer à chaque participant un temps de parole limité, symbolisé par des tickets de parole. Elle aide à réguler les échanges et à garantir une participation équilibrée entre tous.

Objectifs

- Cadrer les échanges
- Permettre à tous de s'exprimer

Matériel

Tickets
Chronomètre

⌚ Durée

En continu pendant
la séquence d'animation

Étape préalable

L'animateur prépare des petits tickets de paroles et une ou des phrases de débat. Il à chaque participant 3 tickets (plus ou moins selon le temps disponible).

Étape 1

L'animateur précise les règles :

- Chaque participant doit poser un ticket de parole pour parler (2 min maximum par ticket).
- Il faut donc laisser une personne exposer son point de vue jusqu'au bout avant de prendre la parole à son tour.

Étape 2

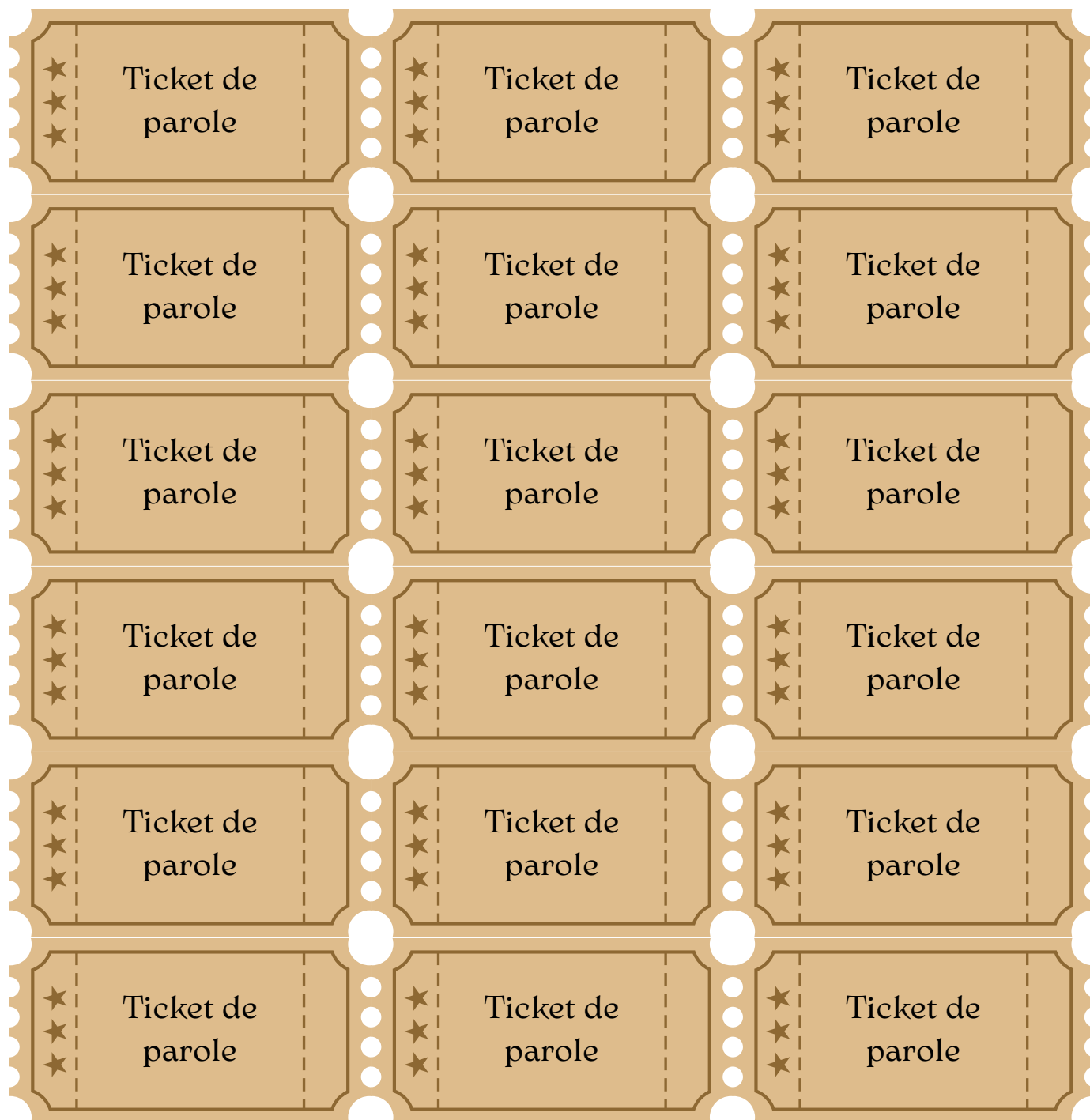
L'animateur annonce le sujet du débat et les participants en discutent. Il est le garant du temps.



Variantes :

- Des objets de petites tailles peuvent être utilisés pour remplacer les tickets : petits cailloux, légos, trombones...
- Les participants ont la possibilité de céder leurs tickets à d'autres participants.

D.2 | Le ticket de parole - Annexe



D.3 | Echange autour du ballon

Cette technique consiste à se passer un ballon pour désigner la personne qui prend la parole. Elle rend la gestion du temps de parole ludique et favorise une participation dynamique et équitable du groupe.

Objectifs

- Favoriser le débat et l'écoute
- Permettre de répartir la parole
- Mobiliser les personnes

Matériel

Un ballon

Étape 1

Demander aux participants de se mettre en cercle autour de l'animateur.

Celui-ci dispose d'un ballon qui lui permettra de répartir la parole. Seule la personne qui est en possession du ballon peut parler.

Étape 2

L'animateur pose une question ou lance un sujet de débat puis il donne le ballon à l'un des participants qui doit ainsi s'exprimer sur le sujet.

Étape 3

Après avoir répondu, le participant relance le ballon à l'animateur ou un autre participant qui souhaite s'exprimer.

⌚ Durée

En continu pendant la séquence d'animation



Variante : Tout objet qui se lance facilement peut être utilisé à la place du ballon.

D.4 | Le chrono collectif

La technique du chrono collectif a pour but de chronométrer le temps total de parole du groupe afin d'encourager une gestion partagée du temps. Elle favorise la prise de conscience du rythme des échanges et une meilleure répartition de la parole.



Objectifs

- Développer la gestion collective du temps et la co-responsabilité dans la discussion
- Encourager une parole partagée et consciente

Matériel

Chronomètre
ou téléphone

⌚ Durée

En continu pendant
la séquence d'animation

Étape 1

L'animateur annonce au groupe qu'il dispose d'un temps global. Aucun tour n'est imposé : chacun s'exprime librement durant le temps commun.

Étape 2

L'animateur pose une question pour lancer un sujet de débat. Il met également en route le chronomètre. Le groupe doit s'autoréguler pour que chacun ait une place dans le temps imparti. L'animateur intervient s'il y a besoin de recentrer les échanges et en fin d'activité pour animer un retour du groupe.

Exemple :

- Avez-vous pu prendre la parole comme vous le souhaitiez ?
- Vous êtes vous senti écouté ?

✳ Alternatives numériques

[Classroomscreen](#)

(widget minuteur
ou chronomètre)

[Wooclap](#)

(minuteur)

D.5 | À l'écoute des autres

Cette technique invite à écouter vraiment l'autre avant de réagir. En reformulant ce que l'on a compris avant de s'exprimer à son tour, chacun apprend à écouter avec attention et à ralentir le rythme.



Objectifs

- Encourager l'écoute active et la reformulation
- Favoriser une circulation apaisée de la parole

Matériel

Aucun

Étape 1

L'animateur propose à un participant de s'exprimer sur un sujet sur un temps restreint.

Étape 2

La personne qui souhaite s'exprimer ensuite reformule en une phrase ce qu'elle a compris, puis ajoute son propre point de vue. La parole continue de cette façon dans le groupe.



Conseil : L'animateur veille à ce que la reformulation soit bienveillante et fidèle.

⌚ Durée

En continu pendant
la séquence d'animation

D.6 | Les images symboles

Outil collectif simple et symbolique, le signal de régulation permet au groupe de s'autoréguler dans la prise de parole. Il instaure un climat d'écoute et de respect mutuel en donnant à chacun la possibilité de contribuer à la qualité des échanges.



Objectifs

- Coopérer pour réguler en douceur les prises de parole
- Permettre à chacun de participer à la gestion du temps et de l'attention.

Matériel

1 éventail pour chaque participant

Durée

En continu pendant la séquence d'animation

Étape 1

En début de séance, l'animateur remet un éventail des images symboles à chaque participant. Il prend le temps d'expliquer la signification de chaque symbole.

Étape 2

Quand quelqu'un estime que la parole déborde ou s'enchaîne trop vite, il utilise son éventail en montrant l'image correspondant à son ressenti. Le groupe s'arrête alors. L'animateur recentre et les échanges peuvent reprendre calmement. Ce signal devient un outil collectif d'attention et de respect du rythme.



Variantes :

L'animateur peut aussi faire le choix d'utiliser avec le groupe :

- un signal sonore : une petite clochette ou un carillon doux, un tambourin, un triangle ou un bâton de pluie ou un objet à bruit que l'on active pour indiquer qu'on souhaite ralentir...
- un signal gestuel : Lever la main pour signifier, croiser les bras, poser la main sur le cœur, les mains sur la tête...



Conseil : Proposer 6 images maximum sur l'éventail.

D.6 | Les images symboles - Annexe 1/3

Images à imprimer et à assembler en éventail



*"Je ressens trop de tension,
apaisons les échanges."*



*"Je suis fatigué, faisons
une pause."*



*"Je suis d'accord,
j'approuve ce qui se dit."*



*"Arrêtons-nous un
instant, j'aimerais
revenir sur ce point."*

D.6 | Les images symboles - Annexe 2/3

Images à imprimer et à assembler en éventail



*"Je ne suis pas d'accord ou
mal à l'aise."*



*"J'ai une idée ou une
proposition à ajouter."*



*"Je ne comprends pas.
J'aimerais une explication."*



*"Ce qui vient d'être dit me
touche ou me semble juste."*

D.6 | Les images symboles - Annexe 3/3

PROPOSITION DE GESTES SYMBOLIQUES POUR LA VARIANTE

- **Secouer les deux mains vers le haut** : je suis d'accord, j'approuve ce qui vient d'être dit, je partage l'opinion de la personne. Cela signifie « bravo » en langue des signes.
- **Secouer les deux mains vers le bas** : au contraire, je ne suis pas d'accord.



Ce geste n'est pas toujours utilisé car il est un marqueur assez fort d'opposition, et il peut être nécessaire de prendre la parole pour expliquer pourquoi on n'est pas d'accord.

- **Lever la main** : je souhaite prendre la parole.
- **Faire un triangle au-dessus de sa tête avec ses doigts** : je demande le silence.
- **Secouer ses index en va-et-vient, en direction de la personne qui parle** : je souhaite faire une intervention rapide en réaction à ce qui se dit.



Ce sont des prises de parole assez courtes, qui ont pour but de compléter ou de signaler les limites de ce qui est en train d'être dit. Attention à ne pas faire un usage abusif de ce signe qui permet de court-circuiter des demandes de prise de parole.

- **Faire des cercles avec ses mains comme pour imiter un moulin à eau** : il faut avancer dans la discussion et abréger l'intervention.
- **Former un T avec ses mains (c'est un signe prioritaire)** : je souhaite prendre la parole pour un élément technique qui ne concerne pas le débat en cours. Ex : signaler l'heure, signaler qu'une voiture gêne, etc.

**Conseil :**

Ces techniques sont particulièrement adaptées :

- pour des animations auprès de grands groupes ou de classes (plus de 15 participants).
- pour des enfants et des jeunes.



E | Pour réguler le volume sonore



E.1 | Les niveaux sonores

Cette technique permet au groupe d'adapter sa voix selon l'activité en cours. Chaque niveau est symbolisé par un pictogramme ou un animal-totem pour rendre la régulation simple, ludique et facilement mémorisable.

Objectifs

- Amener le groupe à adapter son volume sonore selon l'activité en cours.
- Favoriser la conscience collective du bruit et l'écoute mutuelle.

Matériel

Annexe

⌚ Durée

En continu pendant la séquence d'animation

Étape 1

L'animateur présente l'échelle des volumes au groupe et explique à quoi correspond chaque niveau.

Étape 2

Avant chaque consigne, l'animateur indique le niveau sonore attendu en montrant l'image à l'aide du pointeur.

Si le bruit monte, l'animateur peut montrer à nouveau le pictogramme correspondant au niveau souhaité.

Progressivement, les participants apprennent à s'autoréguler eux-mêmes.



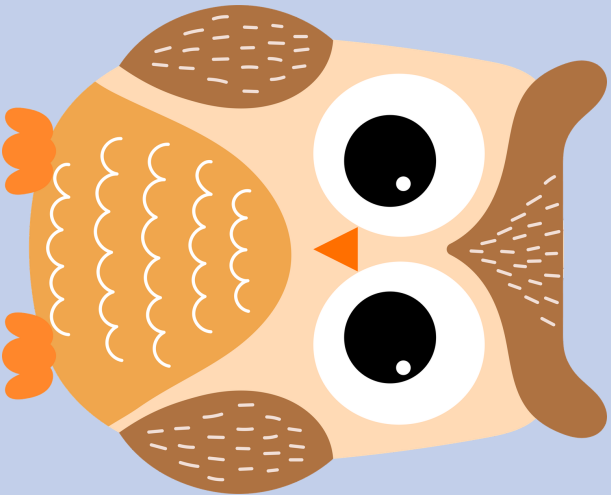
Conseils :

- Féliciter le groupe quand il s'ajuste bien.
- Souligner la qualité d'écoute obtenue grâce à cette attention collective.

E.1 | Les niveaux sonores - Annexe 1/3

NIVEAU 1

Silence total

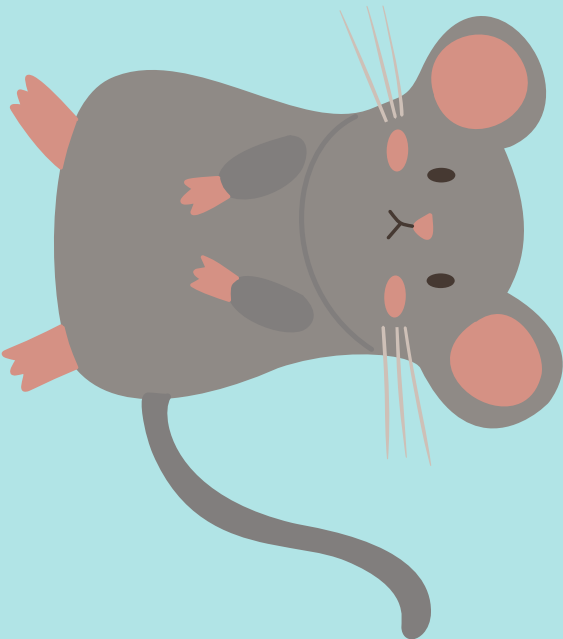


Hibou Silencieux

Temps d'écoute, travail individuel, consigne silencieuse

NIVEAU 2

Chuchotement

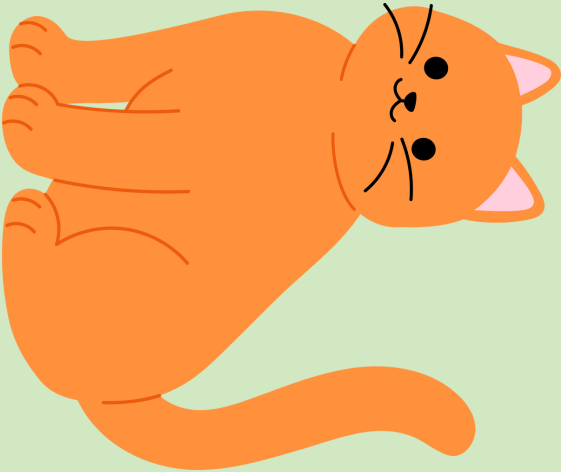


Souris Discrète

Travail en binôme ou petit groupe

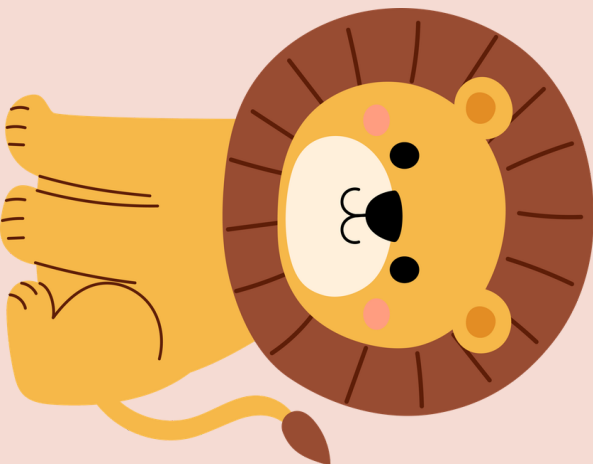
E.1 | Les niveaux sonores - Annexe 2/3

NIVEAU 3
Voix normale



Chat Communicatif
Partage en groupe, mise en commun

NIVEAU 4
Voix forte



Lion Puissant
Jeux dynamiques, activités collectives

E.1 | Les niveaux sonores - Annexe 3/3



E.2 | La demande de silence ♥

Le signal collectif silencieux permet au groupe de se recentrer grâce à un geste ou un signe convenu. Il favorise l'attention partagée et la régulation douce du bruit ou du rythme.

Objectifs

- Faire redescendre le bruit sans crier ni interrompre verbalement.
- Favoriser la conscience collective du bruit et l'écoute mutuelle.

Matériel

Aucun

Étape 1

L'animateur définit un geste collectif en début d'activité : par exemple, lever la main, croiser les bras, ou faire un signe "silence".

Étape 2

Quand une personne fait le geste pour demander de baisser le volume sonore, l'animateur va reproduire le geste afin que tous les autres participants le reproduisent également, jusqu'à ce que le calme revienne. Ce signal devient une régulation douce et visuelle du volume.

⌚ Durée

En continu pendant
la séquence d'animation

E.3 | Le baromètre sonore

Le baromètre sonore permet à l'animateur de réguler le volume sonore du groupe. Il favorise l'écoute, la concentration et une régulation collective du volume.

Objectifs

- Faire prendre conscience au groupe du niveau sonore.
- Permettre au groupe d'ajuster collectivement le niveau sonore.

Matériel

Annexe

Étape 1

L'animateur explique le code au début de la séance (ex. : 1 = chuchotement, 3 = discussion normale, 5 = trop fort).

Étape 2

En fonction du volume sonore, l'animateur déplace l'aiguille du baromètre. Il peut demander au groupe de réajuster le volume si besoin.

Le groupe va s'autoréguler pour revenir au volume sonore attendu.

🕒 Durée

En continu pendant
la séquence d'animation

🌐 Alternatives numériques

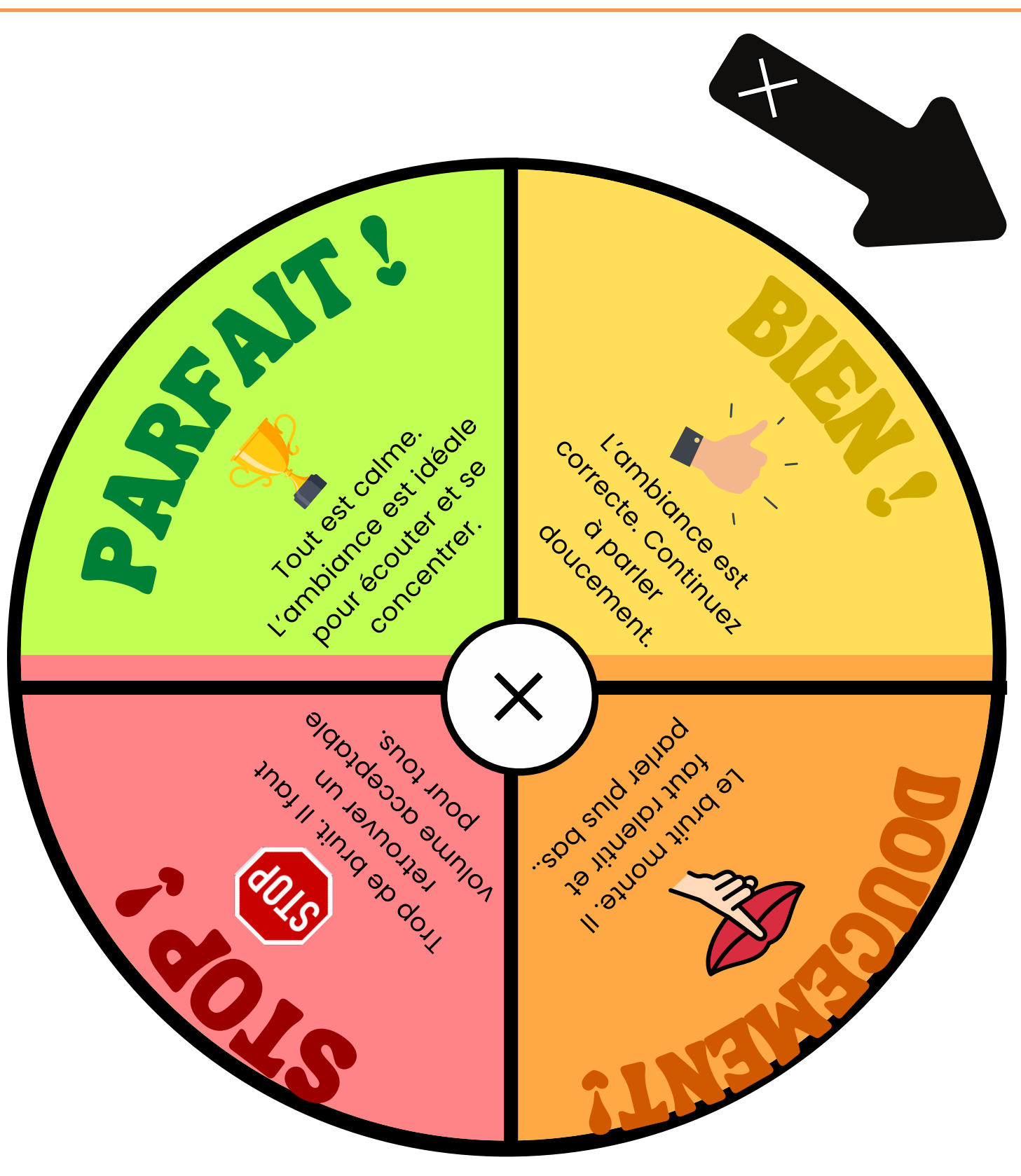
shhht.lalilo.com

bouncyballs.org

Classroomscreen

(widget niveau sonore)

E.3 | Le baromètre sonore - Annexe





F | Pour constituer des groupes



F.1 | Les techniques de classement

L'animateur propose aux participants de se ranger en ligne en fonction d'un critère : taille, âge, heure de coucher de la veille, durée du trajet pour aller au travail ... Il va ensuite constituer les groupes : les 3 premières personnes ensemble ou alors 1 sur 2, etc...

L'animateur propose aux participants de se regrouper en fonction d'un critère : musique préférée, lieu de vie, mois de naissance... L'animateur pourra ensuite constituer les groupes en fonction de ces regroupements.

F.2 | Salade de fruits

L'animateur annonce au groupe qu'il va faire une salade de fruits ! Il va ensuite effectuer un tour de table des participants en leur attribuant personnellement, à l'oral, un nom de fruit : pomme, poire, raisin, kiwi... Tous les participants auxquels l'animateur a donné le fruit pomme vont alors se mettre ensemble, tous les kiwis ensemble, etc.



Variantes :

L'animateur peut aussi faire le choix d'utiliser un autre découpage des groupes à la place des fruits :

- 1, 2, 3, 4 : tous les 1 ensemble, tous les 2 ensemble, etc...
 - ou des éléments en lien avec le sujet de son intervention (par exemple pour une intervention sur le sommeil, il peut choisir : oreiller, tisane, pyjama, couette douillette...)
-

F.3 | Les Post-it® de couleur

Avant l'intervention, l'animateur place sous les tables ou au dos des chaises, à l'emplacement de chaque participant, des Post-it® de couleurs différentes (autant de couleurs que de groupes à constituer). Au moment de l'intervention, il proposera aux participants de découvrir la couleur qui leur a été attribuée et de rejoindre les autres membres de son groupe.



Variante : Les gommettes

Utiliser des gommettes à la place des Post-it®.

F.4 | Les expressions françaises

L'animateur prépare les étiquettes "Expressions françaises". Lors de l'intervention, il les distribue aléatoirement aux participants en les invitant à communiquer pour comprendre comment les groupes sont constitués. Lorsque chaque expression a été recomposée, les groupes sont alors constitués.



Conseil : Tout type d'image peut être utilisé. Il suffit de découper l'image choisie en autant de morceaux que nécessaire.



F.4 | Les expressions françaises - Annexes

F.4 | Les citations - Annexes

F.4 | Les expressions françaises - Annexe 1/2

Pour constituer des groupes de 2

En avril,	ne te découvre pas d'un fil.
En mai,	fais ce qu'il te plaît.
Il n'y a pas de mauvais temps,	il n'y a que des mauvais vêtements.
Avoir les yeux	plus gros que le ventre.
Mettre les pieds	dans le plat.
Avoir le coeur	sur la main.

Pour constituer des groupes de 3

Quand le chat	n'est pas là	les souris dansent.
Il ne faut pas	vendre la peau	de l'ours.
L'habit	ne fait pas	le moine.
Chassez le naturel	il revient	au galop.

F.4 | Les expressions françaises - Annexe 2/2

Pour constituer des groupes de 4

Petit à petit,	l'oiseau	fait	son nid.
Tout vient	à point	à qui	sait attendre.
Il ne faut pas	mettre la charrue	avant	les boeufs.
Mieux vaut	prévenir	que	guérir.

F.4 | Les citations- Annexe1/3

Pour constituer des groupes de 2

“La vie est un mystère qu'il faut vivre,
et non un problème à résoudre”
Gandhi

« Si on veut obtenir quelque chose que l'on n'a jamais eu,
il faut tenter quelque chose que l'on n'a jamais fait. »
Périclès

“Qui veut faire quelque chose trouve un moyen,
qui ne veut rien faire trouve une excuse”
Proverbe arabe

“La beauté est dans les yeux
de celui qui regarde”
Oscar Wilde

F.4 | Les citations- Annexe 2/3

Pour constituer des groupes de 3 et plus...

"Entre ce que je pense, ce que je veux dire, ce que je crois dire,

ce que je dis, ce que vous avez envie d'entendre, ce que vous entendez,

ce que vous comprenez... il y a dix possibilités qu'on ait des difficultés à communiquer.

Mais essayons quand même..."
Bernard Werber

« Le bonheur n'est pas toujours

dans un ciel éternellement bleu,

mais dans les choses les plus simples de la vie. »
Confucius

« La vie,

ce n'est pas d'attendre que les orages passent,

c'est d'apprendre à danser sous la pluie. »
Sénèque

F.4 | Les citations- Annexe 3/3

Pour constituer des groupes de 3 et plus...

“Choisissez un travail que vous aimez,

et vous n'aurez pas à travailler

un seul jour de votre vie”
Confucius

“Le premier savoir

est le savoir de mon ignorance :

C'est le début de l'intelligence”
Socrate

F.5 | Les personnages célèbres

L'animateur prépare les cartes "Personnages célèbres". Il les distribue aléatoirement aux participants en les invitant à communiquer afin de former les groupes. Lorsque chaque duo, trio ou quatuor a pu reconstituer les étiquettes, les groupes sont constitués.



F.5 | Les personnages célèbres - Annexes

F.6 | Les puzzles

L'animateur prépare les cartes 'Puzzles'. Il les remet aléatoirement aux participants en les invitant à communiquer pour constituer les groupes. Chaque puzzle complété constitue un groupe.



Conseil : Tout type d'image peut être utilisé. Il suffit de découper l'image choisie en autant de morceaux que nécessaire.



F.6 | Les puzzles - Annexes

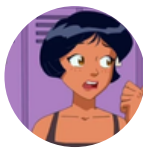
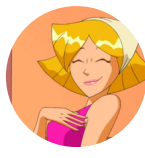
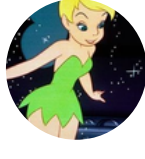
F.5 | Les personnages célèbres- Annexe - 1/4

Pour constituer des groupes de 2

PUMBAA		TIMON	
MARIO		LIUGI	
TIC		TAC	
TITI		GROSMINET	
TINTIN		MILOU	
TOM		JERRY	
ASTÉRIX		OBÉLIX	
SASHA		PIKACHU	
BOULE		BILL	

F.5 | Les personnages célèbres- Annexe - 2/4

Pour constituer des groupes de 3

TOULOUSE		MARIE	
BERLIOZ		HARRY	
HERMIONE		RON	
RIRI		FIFI	
LOULOU		SAM	
ALEX		CLOVER	
NIF NIF		NAF NAF	
NOUF NOUF		PETER PAN	
WENDY		CLOCHETTE	

F.5 | Les personnages célèbres- Annexe - 3/4

Pour constituer des groupes de 4

LEONARDO		MICHELANGELO	
DONATELLO		RAPHAEL	
JOE		JACK	
WILLIAM		AVERELL	
LYNETTE		GABY	
BREE		SUSAN	
JOIE		COLÈRE	
PEUR		TRISTESSE	

F.5 | Les personnages célèbres- Annexe - 4/4

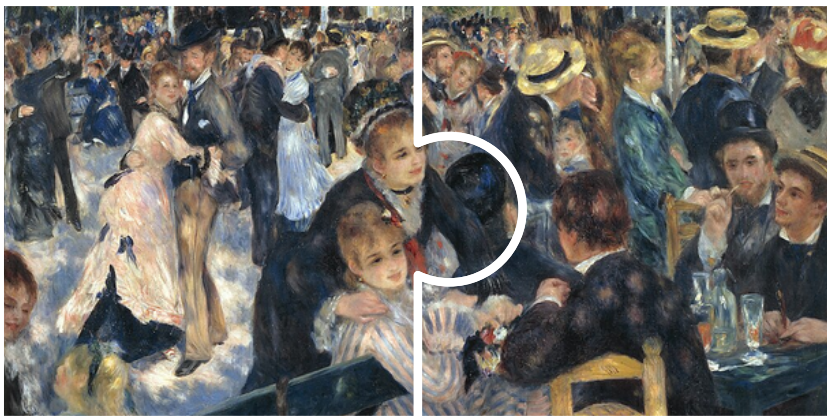
Pour constituer des groupes de 4

ATHOS		PORTOS	
ARAMIS		DARTAGNAN	

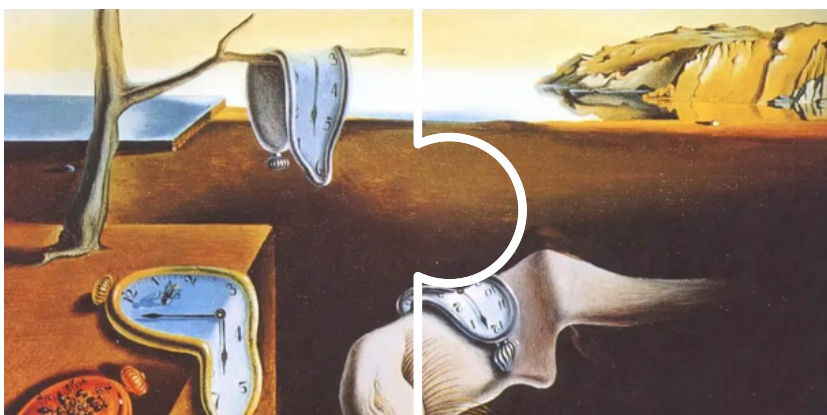
F.6 | Les puzzles- Annexe - 1/5



Impression, Soleil levant, Claude Monet, 1872.



Le bal du moulin de la Galette, Auguste Renoir, 1876.



La persistance de la mémoire, Salvador Dali, 1931.

F.6 | Les puzzles- Annexe - 2/5



La laitière, Johannes Vermeer, 1657-1658.

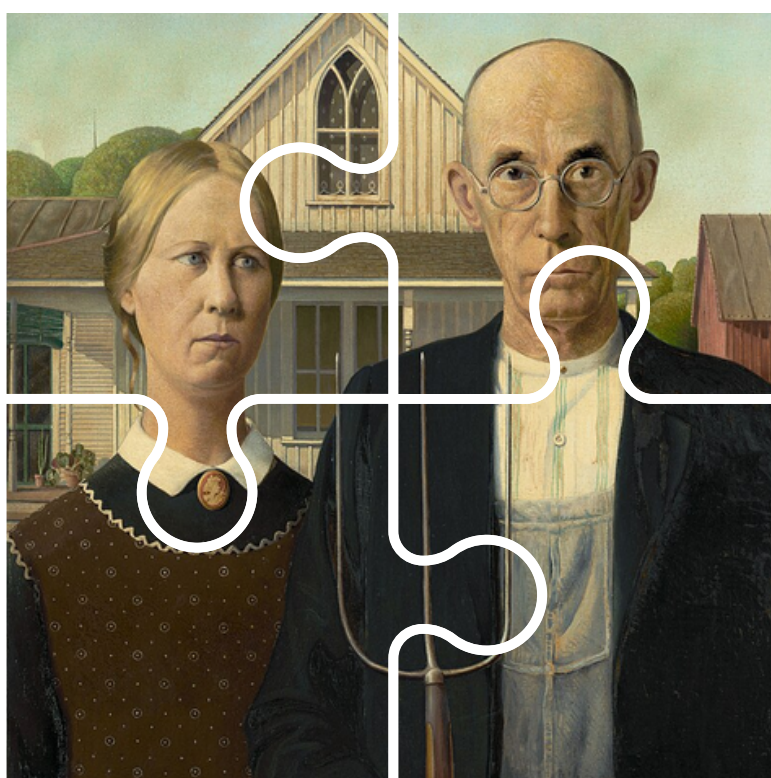


La liberté guidant le peuple, Eugène Delacroix, 1830.

F.6 | Les puzzles- Annexe - 3/5

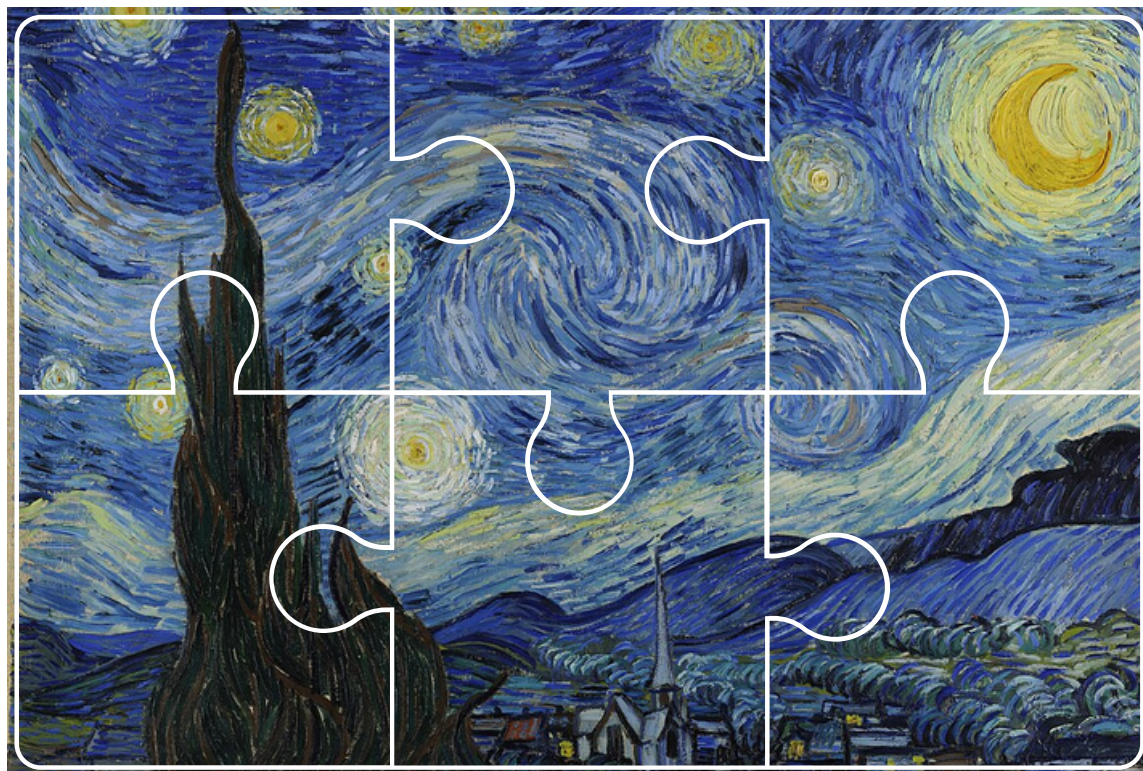


Les demoiselles d'Avignon, Pablo Picasso, 1906-1909.

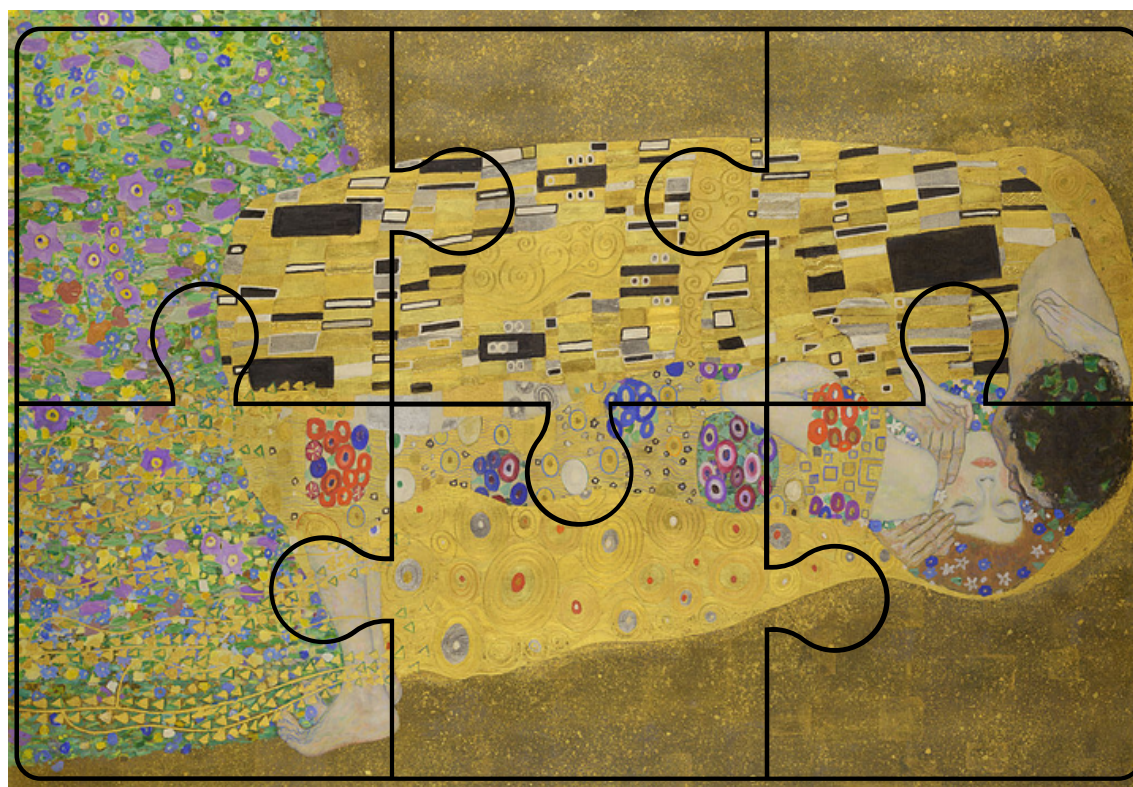


American Gothic, Grant Wood, 1930.

F.6 | Les puzzles- Annexe - 4/5



La nuit étoilée, Vincent Van Gogh, 1889.

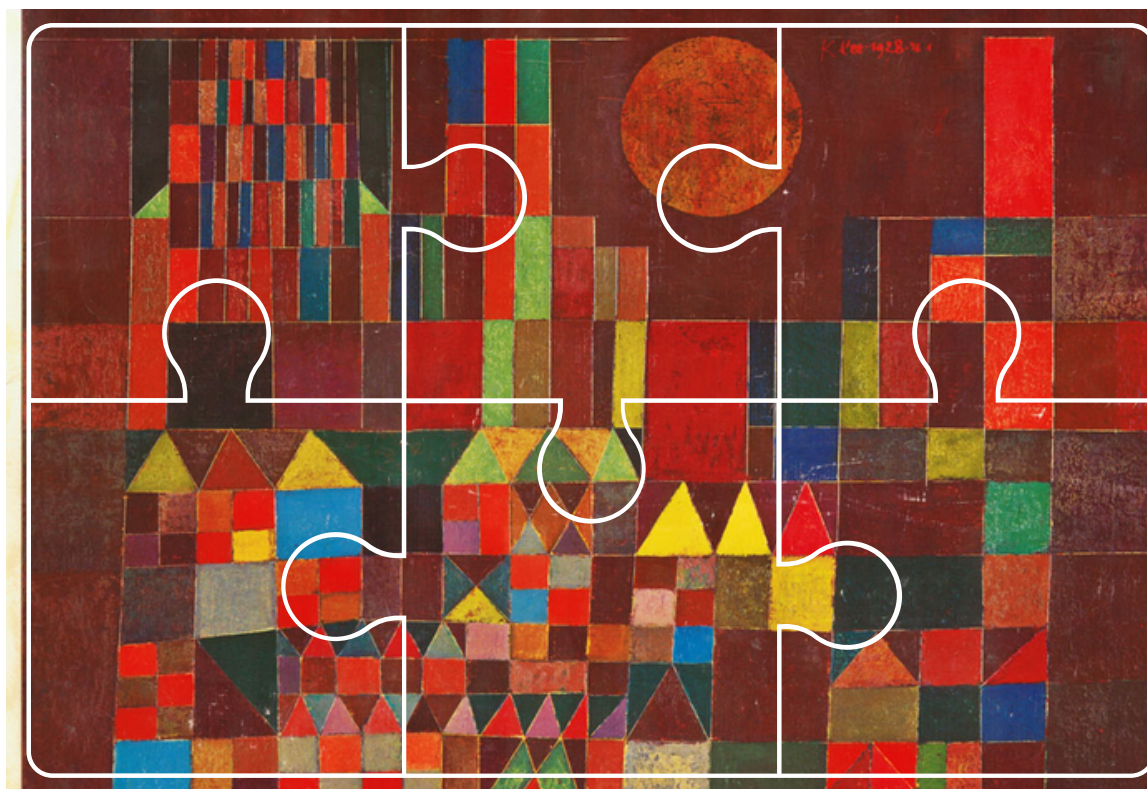


Le baiser, Gustav Klimt, 1908.

F.6 | Les puzzles- Annexe - 5/5



Jaune-rouge-bleu, Vassily Kandinsky, 1925.



Château et soleil, Paul Klee, 1928.

F.7 | Les 7 familles

L'animateur prépare les cartes "7 familles". Il choisira autant de familles qu'il veut de groupes. Il en va de même pour le nombre de personnes par groupe. Lors de l'intervention, il les distribue aléatoirement aux participants en les invitant à communiquer pour comprendre comment les groupes sont constitués. Quand chaque duo, trio ou quatuor ont pu être recomposés, les groupes sont alors constitués.



Variante : Le jeu de carte classique

Utiliser un jeu de cartes à la place du jeu des 7 familles.

TECHNIQUES POUR FAVORISER LA DYNAMIQUE DE GROUPE



Fédération Régionale des Acteurs en Promotion de la Santé

FRAPS Promotion Santé Centre-Val de Loire
54 rue Walvein - 37000 TOURS
02 47 37 69 85 - contact@frapscentre.org

www.frapscentre.org

Suivez-nous sur   



Avec le soutien financier de

