

La Volte

Collectif d'éducation populaire

Partage Faourette

Maison des chômeurs et centre social associatif

Séminaire de rentrée

30 & 31 août 2021

Compte-rendu d'intervention

JOUR 1

✓ Introduction

Présentation de la Volte (Cf. www.collectif-lavolte.org), du déroulé de la journée et proposition d'un cadre de travail (écoute, bienveillance, confidentialité, équivalence des participant-es, participation et non-participation, adaptation et expérimentation...).

✓ Tour d'ouverture

Météo du jour : check température « Corps & Esprit »

Intentions : prendre le temps de partager avec quelle énergie, dans quel état d'esprit chacun-e arrive. Cela permet de se décharger de tout le positif ou négatif que chacun-e peut amener avec soi. L'objectif est aussi de partager son état émotionnel au reste du groupe, qui pourra en tenir compte dans le reste de la session (énergie haute, mauvaise nouvelle, stress,...). Le cas échéant, cette prise de température individuelle et collective peut permettre de réadapter le contenu de la réunion,...

Consignes : En cercle, tout le monde est invité à partager son niveau d'énergie en montrant le chiffre correspondant avec les 5 doigts d'une main. 0 étant un niveau d'énergie minimum et 5 un niveau maximum. Une main représente notre énergie physique (le corps), l'autre notre humeur (l'esprit). Puis, on propose aux personnes ayant les niveaux d'énergie les plus faibles de verbaliser s'ils/elles le souhaitent.

✓ Intentions & attentes

Intérêts : Permettre la libre expression des besoins et attentes de chacun pour ces deux jours. Elaborer un programme au plus proche des besoins du groupe dans son ensemble.

Consignes : en deux sous-groupes, chaque participant-e est invité-e à exprimer ses envies, besoins et attentes pour les deux jours de séminaires. Dans un deuxième temps, après une présentation du programme tel qu'établi à l'instant T, chacun-e peut venir proposer des compléments ou des ajouts à celui-ci via des papiers collants (en fonction de ce qu'il-elle a exprimé ou entendu lors du temps d'échange précédent).



✓ Entrée en matière

Les Bambous collaboratifs

Intérêts : Expérimenter le lâcher-prise, cultiver notre attention et nos capacités de coordinations (en silence !), (se) faire confiance.

Consignes : Par groupe de 5 personnes, chacun.e soutient la tige de bambou avec ses deux index. L'objectif est d'arriver à poser ensemble la tige de bambou au sol sans devoir discuter. Puis un temps de débriefing est proposé : *qu'est qui s'est passé ? Qu'ai-je ressentis ?* Etc.



✓ Bilan de l'année écoulée

Le Pense-Ecoute

Intérêts : Entrer dans une thématique. Prendre le temps de s'écouter penser soi-même, de mûrir sa réflexion, d'aller au bout de ses pensées avant un temps collectif. Se concentrer et se centrer sur l'objet de la rencontre ou du temps de travail suivant. Travailler l'écoute réelle (ne pas couper la parole, ne pas réagir). Faciliter la rencontre de l'autre, créer du lien et favoriser le respect. Très utile pour faciliter l'expression du ressenti personnel (plus facile en binôme qu'en grand groupe).

Consignes : En binôme, chacun-e dispose d'un temps donné (3 minutes est un minimum) pour répondre à une question. Celui-elle qui a la parole est donc le « penseur », l'autre est dans l'écoute et le silence et ne peut interrompre la personne (ou uniquement pour un besoin de compréhension). Il y a aura des blancs dans le monologue et c'est normal. Puis, on échange les rôles. Il n'y a pas de restitution en groupe, ce qui vise à libérer la parole.

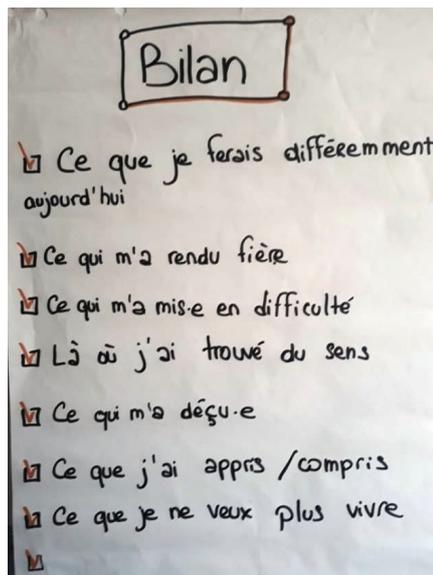
Variante : proposer un pense-écoute en marchant (la marche stimule la réflexion et aide à vivre les silences qui sont pourtant nécessaires). On peut aussi enchaîner plusieurs « Pense Écoute » avec le même partenaire, en proposant une restitution collective du dernier élément discuté (penser à ce qu'il nous apparaît judicieux de partager en grand groupe et ce qu'il nous apparaît judicieux de laisser dans l'intimité du binôme) ou enchaîner plusieurs « Pense Écoute » en changeant de partenaire à chaque fois.

Consigne proposée : **Comment j'ai vécu mon année à Partage Faurette ?**

Parole libre

Intérêt : permettre à chacun-e d'exprimer son ressenti, son vécu de l'année écoulée. Prendre le temps de se dire (à soi-même et aux autres) ce qui a marqué cette année. Ancrer un vécu collectif.

Consignes : Avec l'aide d'une banque de questions, en cercle, un temps de réflexion individuelle (*qu'est-ce que je souhaite partager au groupe ?*) précède une prise de parole par personne. Puis la discussion est laissée libre afin de permettre les questions, réactions, etc.



✓ Faisons-nous confiance !

La Balade d'aveugle

Intention : éprouver sensoriellement ma confiance envers mon groupe, cultiver le lâcher-prise.

Consignes : se mettre en binômes. L'un sera « l'aveugle » (et ferme donc les yeux) et l'autre « le guide ». Le guide doit guider l'aveugle (plutôt en silence) et prendre soin de lui. Puis on échange de rôle : l'aveugle devient guide et le guide devient aveugle.

Variante : le/la photographe : Proposer par un tapotement sur l'épaule à la personne d'ouvrir les yeux le temps de faire une "photo" de ce qu'elle voit devant elle.

✓ Ma place, mon rôle au sein de Partage Faourette

La métaphore de l'avion

Intention : Faire un pas de côté pour conscientiser et exprimer sa place dans le collectif en répondant à la question : *si Partage Faourette était un avion, quel serait mon rôle ou ma fonction ?* Chacun.e est invité.e à choisir un ou plusieurs rôles que l'on trouve ordinairement dans ou autour d'un avion afin d'exprimer la place qu'il-elle pense avoir au sein du collectif.

Dedans : Pilote – Copilote – Hôtesse ou Stewart – Touriste charter – Passager Business class – Passager.e clandestin.e – passager 1ere classe – etc.

Dehors : Mécanicien.ne – Tour de contrôle – Douane – Météorologue – Bagagiste – Agence de voyage – Constructeur d'avion – etc.

✓ Se projeter : moi et Partage Faourette dans 5 ans

Atelier d'écriture

Intérêts : Alternier les modes d'expressions. Offrir à chacun.e un temps de réflexion personnelle précédant un partage au groupe. Le passage par l'écriture permet de structurer la pensée et ainsi d'offrir au groupe une expression plus claire (précise, argumentée,...).

Consigne : Chacun.e est invité.e écrire un texte commençant par un *incipit* proposé. A la fin des temps d'écriture, chacun.e pourra lire ce qu'il ou elle aura écrit, sans réaction ni justification.

Consignes de l'atelier :

> *Je serai toujours à Partage Faourette dans 5 ans parce que...*

> *Je ne serai plus à Partage Faourette dans 5 ans si...*

✓ Développer l'interconnaissance

Le speed dating de Valentine

Intérêts : Nourrir les relations interpersonnelles. Apprendre à se connaître de manière décalée, en interrogeant différentes facettes de nos personnalités ou de notre vécu. Prendre le temps de poser les questions qu'on ne se pose jamais.

Consignes : Chaque participant.e dispose d'un temps individuel pour réfléchir aux questions qu'i-el souhaite poser à chacun.e des membres du groupe. I-el peut autant poser une question personnalisée à chaque personne ou choisir de poser la même question à tout le monde. Les participant.es sont ensuite invité.es à se rencontrer de manière informelle pour se poser ces questions. Les réponses doivent être spontanées et rapides (moins de 3min). Il n'y a aucune restitution de ces temps là.

✓ Clôture : évaluation intermédiaire

Pépité-râteau

Intérêts : Offrir la possibilité à chacun.e de livrer au groupe ce qu'il-elle a vécu, ressentis. Evaluer ce qui a bougé, ce qui nous a fait grandir, ce qui nous a bousculé ou perturbé, etc.

Consigne : Chaque participant.e est invité.e à livrer une pépité (ce qu'il-elle a aimé, ce qui l'a touché, ce qu'elle a appris ou compris, ...) et un râteau (un échec, un moment mal vécu, un regret ,...).

✓ Soirée jeu !

Jeu semi-coopératif : *Le Pacman*

Intérêts : Développer de l'esprit d'équipe, de l'analyse stratégique de situations, de la communication, de l'attention à soi et aux autres, prendre des risques individuels pour servir le groupe, nourrir le lâcher prise, éprouver les notions de leader et de souteneur, développer de la coordination, ...

Consigne : Installer une « forêt de chaises » dans la pièce (de manière totalement aléatoire). Chaque participant·e est assis·e sur une chaise, moins une chaise laissée libre et une personne qui est « le Pacman ». L'objectif du Pacman est d'aller s'asseoir sur la chaise, les autres doivent l'en empêcher en se déplaçant d'une chaise à une autre. Le Pacman ne peut se déplacer qu'à une vitesse constante (et plutôt lente), tous·tes les autres peuvent se déplacer aussi vite que nécessaire. Leur seule contrainte : une fois que l'on s'est levé d'une chaise, on ne peut pas s'y rasseoir immédiatement.

Variante : différentes consignes complémentaires peuvent être expérimentées : en silence, en nommant un·e chef·fe, etc.

Dynamiseur : *bouclier -bombe*

Consignes : Les participant·es circulent librement dans l'espace défini. Chacun·e choisit secrètement une personne qui sera sa *bombe à confettis* et une autre qui sera son bouclier. A la fin du compte à rebours, chacun·e fige sa position, le but étant d'être positionné·e dans l'espace de façon à ce que *la personne bouclier* soit située entre nous et la *personne bombe à confettis*.

Variante :

> Même principe de circulation dans l'espace et de compte à rebours ; mais on choisit d'être le bouclier d'une personne tierce que l'on cherche à protéger de la bombe à confettis.

> *Les deux amoureux* : mêmes principes sauf qu'il s'agit de réussir à se positionner à équidistance de deux personnes.

JOUR 2

✓ Introduction

D'où on part ? Ou on va ?

Un temps pour recontextualiser la formation-accompagnement, clarifier la trajectoire pédagogique proposée pour atteindre nos objectifs et expliciter les partis-pris de la journée (notamment vis-à-vis des propositions faites précédemment).

✓ Tour d'ouverture

Météo positionnée

Intentions : prendre le temps de partager avec quelle énergie, dans quel état d'esprit chacun-e arrive. Cela permet de se décharger de tout le positif ou négatif que chacun-e peut amener avec soi. L'objectif est aussi de partager son état émotionnel au reste du groupe, qui pourra en tenir compte dans le reste de la session (énergie haute, mauvaise nouvelle, stress,...). Le cas échéant, cette prise de température individuelle et collective peut permettre de réadapter le contenu de la réunion,...

Consignes : se positionner dans l'espace selon l'humeur du moment (soleil, éclairs, nuageux,...). Chacun-e prend la parole à son tour en expliquant en quelques mots comment il-elle se sent ici et maintenant.

✓ Jouons !

Les mimes improbables

Intérêts: Réveiller les corps et les esprits, entrer dans de la créativité, mémoriser les prénoms,...

Consignes : une personne commence à mimer une action. Lorsqu'une autre personne lui demande : « *mais qu'est-ce que tu fais ?* », elle répond tout à fait autre chose que ce qu'elle était en train de mimer. Ceci devient alors la consigne de mime de celui-elle ayant posé la question. Et ainsi de suite...

✓ Creuser des sujets de fonds

Le premier jour, différents thèmes ou sujets de réflexion et de débat sont apparus. Nous proposons ici au groupe de s'emparer de certains de ces sujets de manière ludique afin de produire de la matière pouvant introduire un temps de discussion collective.

Création de saynètes

Intérêts : produire de la matière à (penser, débattre, décider,...) de manière ludique et à partir de situations vécus ou projetés. S'exprimer collectivement par le corps et sortir ainsi du tout-intellectuel. La mise en scène peut permettre de faire émerger (y compris inconsciemment) des sujets ou problématiques concrètes que nous n'aurions pas nécessairement identifiés par le seul usage de nos cerveaux...

Consignes : A partir des différents sujets proposés, des sous-groupes se forment autour de l'un ou l'autre de ces sujets. Il s'agit ensuite pour chaque groupe de s'approprier librement le sujet choisi et de créer et produire une saynète (environ 5 min) pour le reste du groupe.

Variantes : pour renforcer le coté ludique (avec le risque que la forme prenne le pas sur le fond), on peut, lors de chaque saynète, s'imposer des contraintes (muet, « vu par des enfants », en langage soutenu, en chantant, ...).

Sujets proposés :

- > *C'est l'histoire d'un burn out (ou pas)...*
- > *Comment j'ai réussi à ne pas tuer le/la militant.e en moi en étant salarié.e...*
- > *C'est l'histoire d'un.e habitant.e qui ne vient plus au centre social...*
- > *C'est l'histoire d'une équipe où on se dit (vraiment) tout...*
- > *C'est l'histoire d'un contre social qui désobéit...*
- > *Et si la rue nous appartenait vraiment...*



✓ Comment faire pour *faire politique* au sein de Partage Faourette ?

Un temps d'échange et de débat autour du *politique* pouvant impliquer ici les questions de sens, d'engagement, de militantisme, etc.

Le Bocal à poissons

Intérêts : Permettre l'expression de tou-te-s sans que cela soit la cohue. Lancer un débat avec des « expert-es » tout en laissant la place à chacun-e de pouvoir s'exprimer (en prenant la place des expert-es).

Consignes : Trois ou quatre personnes sont regroupées au centre (=les poissons) pour discuter et débattre. Les autres sont positionnées autour et réduites au silence. Lorsqu'un-e des « spectateur·trices » souhaite prendre part au débat, il vient prendre la place de l'un des poissons (en lui faisant un signe, comme une légère tape sur l'épaule).

✓ Jouons !

Le Passage d'énergie

Consignes : Faire circuler l'énergie ! Un geste associé à un son permet de faire circuler l'énergie au sein du groupe (positionné en cercle).

Variante : Rio de Janeiro, boule de feu, acrobate, ascenseur,... et toutes celles que vous voudrez inventer !

✓ L'utopie collective ou comment libérer nos imaginaires

Intérêts : S'autoriser à rêver ; se libérer pour un temps des contraintes et des limites afin de se donner un cap, une direction. Créer des récits désirables comme moteur de nos actions.

Consignes : on forme deux équipes. Chacune dispose d'un temps donnée pour imaginer la plus belle utopie du collectif sous la forme : « dans 3 ans, Partage Faourette ça serait trop bien parce que ... ». Puis on échange ces utopies sous la forme d'une *Battle* d'imaginaires.

Compléments : cette consigne peut être le prélude à différents temps de travail collectif, par exemple en capitalisant les éléments suivants : *que retenons-nous de nos utopies ? Lesquelles souhaitons-nous poursuivre ? Comment faire (concrètement) pour nous en rapprocher ? Quelles forces extérieures nous empêcheraient de les atteindre ? Avons-nous pu identifier des désaccords ? Si oui, comment pouvons-nous nous emparer de ces visions différenciées (le sens et la direction) de la structure ?*

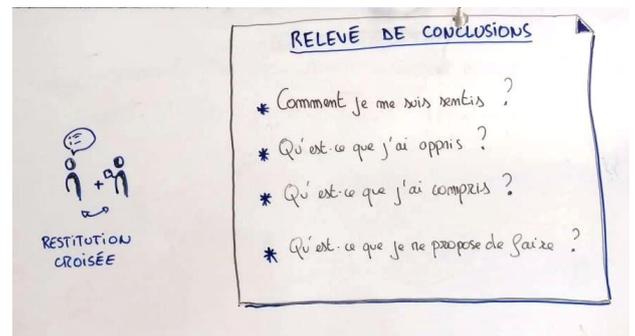
✓ Bilan & clôture

Le Relevé de conclusion

Intérêts : un exercice de bilan permettant de capitaliser les apprentissages et de se projeter dans l'action. Sans oublié la dimension émotionnelle !

Consignes : en binôme, chacun réponds aux 4 questions suivantes. La restitution en plénière s'effectuer de façon croisée (je restitue ce que mon binôme m'a raconté et inversement).

- *Comment je me suis sentis ?*
- *Qu'est-ce que j'ai appris ?*
- *Qu'est-ce que j'ai compris ?*
- *Qu'est-ce que je me propose de faire ?*



La Cible

Intérêts : que chacun-e puisse définir les critères d'évaluation qui lui apparaissent pertinents. Obtenir une vision globale et collective de la satisfaction d'un groupe.

Consignes : Dans un premier temps, les participant-es définissent leurs propres critères d'évaluation. Puis chacun-e se positionne individuellement en inscrivant un point pour chaque critère selon son degré de satisfaction. Les nuages de point formés ainsi donnent une vision globale et collective de la satisfaction du groupe. On peut ensuite interroger les écarts en invitant les participant-es à commenter leur contribution.

