



# J'ai perdu mes clés

## Matériel

- Fiche reproductible n°39, p.207-214.

## Disposition

- Les participants circulent librement dans un espace délimité.

## Objectifs

- Exprimer une demande claire et précise, en tenant compte de ses besoins.
- Entendre une demande et y répondre en fonction de ses possibilités.
- Expérimenter la collaboration.

## Déroulement

- L'animateur mélange soigneusement les deux séries de cartes, en veillant à ce que les paires « maison/clé » soient complètes.
- Il distribue le même nombre de cartes à chaque participant.
- Au signal de l'animateur, les participants circulent librement dans l'espace délimité et se rencontrent.
- A ceux qu'ils croisent, ils demandent s'ils ont la clé ou la maison qui formerait une paire avec une de leurs cartes. Si c'est le cas, un échange de carte a lieu entre les deux participants.
- Chacun tente de former un maximum de couples de cartes : une maison avec la clé qui lui correspond exactement.
- L'activité se termine lorsque toutes les paires de cartes ont été reconstituées.

## Pistes de réflexion

L'animateur questionne les participants sur le déroulement de l'activité :

- Ont-ils tous le même nombre de cartes à la fin ?
- Qui en a le plus ? Qui en a le moins ? Comment expliquer ces différences ?
- Ont-ils facilement identifié les cartes dont ils avaient besoin ?
- Comment ont-ils procédé pour les échanges ? Quelles difficultés ont-ils rencontrées dans ces échanges ?
- Certains ont-ils eu l'occasion ou l'envie d'aider les autres dans leur recherche ?

## Notes à l'animateur

- L'animateur peut établir un lien avec la réalité : il n'est pas toujours facile de savoir comment satisfaire un besoin, de demander clairement à l'autre ce qui nous manque, d'obtenir une réponse qui convienne. Il nous arrive parfois de vivre une situation difficile, d'avoir plusieurs besoins en souffrance et de ne pas savoir à qui nous adresser ou comment obtenir une aide. Heureusement, il arrive aussi qu'on ait en soi toutes les compétences pour satisfaire ses besoins.
- L'animateur établit éventuellement un lien entre les divers comportements lors du jeu et les différentes attitudes en situation de conflit (compétition, repli, accommodation, coopération), surtout si elles correspondent à des façons de procéder qui ont déjà été constatées dans la dynamique du groupe.
- Il évoque les caractéristiques d'une demande claire : positive, concrète, réalisable.



# Abracadabra

## Matériel

- Un jeu de 40 cartes par sous-groupe (fiche reproductible n°40, p.215-219).
- Un jeu de 40 cartes par sous-groupe réparties en 8 thèmes : les marqueurs, la bousculade, la solitude, la médisance, le bruit, le pique-nique, le bulletin, l'anniversaire. Chaque thème contient 5 cartes : avec la description d'un fait, avec un jugement, avec l'expression des sentiments et des besoins, avec une demande mal formulée, une demande correctement formulée.
- Un tableau récapitulatif des solutions pour l'animateur (fiche reproductible n°41, p.220).

## Disposition

- Les participants travaillent en sous-groupes (5 ou 6).

## Objectifs

- Distinguer le fait (description objective) du jugement.
- Ancrer l'expression des sentiments et des besoins.
- Approfondir la formulation d'une demande claire.

## Déroulement

### Premier temps :

- L'animateur répartit les participants en sous-groupes de 5 ou 6 personnes et leur distribue un jeu de cartes.
- Avant de lancer le jeu, il rappelle les notions travaillées jusque là :
  - La description objective des faits plutôt que le jugement.
  - L'expression des sentiments et des besoins.
  - Les critères de formulation de la demande : concrète (en termes d'actions visibles), positive (ce que je veux, plutôt que ce que je ne veux pas) et réalisable.

### Second temps :

- Il explique les règles du jeu.
- Le plus jeune distribue 5 cartes à chaque joueur. Il fait une pile avec les cartes restantes, faces cachées, qui constituent la pioche. Il retourne la première carte de la pioche et la pose, face visible, à côté de la pioche, afin de constituer le talon. Cette carte sert de base de départ.
- Le participant situé à gauche du donneur joue en premier : il recouvre la carte supérieure du talon par une carte du même thème, ou qui a une formulation semblable. Par exemple, si la carte supérieure du talon appartient au thème « L'anniversaire » et que sa phrase est un jugement, il peut jouer n'importe quelle carte appartenant au thème « L'anniversaire » ou jouer n'importe quelle carte sur laquelle un jugement est indiqué.
- Si le participant ne possède pas de carte lui permettant de jouer, il tire la carte supérieure de la pioche. Si cette carte peut être jouée, il la pose sur le talon. Sinon, il passe son tour et conserve cette carte supplémentaire.
- Si la pioche est épuisée avant la fin d'une partie, le talon est mélangé, à l'exception de la dernière carte, et la partie se poursuit.
- Lorsqu'un participant joue son avant-dernière carte, il dit « Abracadabra » à voix haute pour indiquer aux autres qu'il ne lui reste plus qu'une carte à faire disparaître. S'il oublie et qu'un autre participant le lui fait remarquer avant que son voisin de gauche ait joué, il est pénalisé et pioche une carte.
- Le premier participant qui s'est débarrassé de toutes ses cartes a gagné.



## Pistes de réflexion

Lorsque les différents groupes ont eu l'occasion de jouer une ou deux parties, l'animateur interrompt l'activité et les interroge sur les difficultés qu'ils ont éventuellement rencontrées :

- Ont-ils facilement identifié les formulations ?
- Ont-ils distingué les faits des jugements ?
- Ont-ils différencié les demandes correctement formulées de celles qui ne l'étaient pas ?

## Notes à l'animateur

- Pour ancrer le processus, l'animateur peut distribuer les cartes d'un thème à chaque sous-groupe. Il leur demande de créer un message clair (cfr p.118) selon les trois étapes : faits, sentiments et demande claire.
- Au-delà du jeu, l'animateur peut attirer l'attention sur le fait qu'en situation de conflit, l'expression d'un fait objectif accompagné d'un sentiment et d'un besoin, aura un impact plus favorable qu'un jugement. De même, une demande concrète, positive et réalisable a davantage de chances d'être entendue, voire satisfaite.

# Et si tu demandais ?



## Matériel

- Fiche reproductible n°42, p.221.

## Disposition

- Les participants sont répartis en sous-groupes de 3, 4 participants.

## Objectif

- S'entraîner à formuler des demandes concrètes, positives et réalisables.

## Déroulement

- L'animateur distribue une situation à chaque sous-groupe.
- Ensemble, les participants cherchent un maximum de demandes qui pourraient être formulées pour trouver une issue positive au conflit.
- Après leur avoir laissé 10 minutes de réflexion, l'animateur réunit les participants en grand groupe et demande à chaque sous-groupe d'exposer toutes les demandes relatives à leur situation.
- Le groupe vérifie si les demandes sont concrètes, positives et réalisables et les rectifie si besoin est.

## Pistes de réflexion

L'animateur suscite le débat autour de questions telles que :

- Les participants ont-ils rencontré des difficultés dans la formulation d'une demande ? Si oui, lesquelles ?
- Lors d'une situation conflictuelle, quels pourraient être les effets d'une demande clairement formulée (pour soi et pour les autres) ?

## Notes à l'animateur

- Ces situations sont issues de l'activité « J'ai besoin de... » (fiche reproductible n°36, p.200). Les participants peuvent compléter les sentiments et les besoins qu'ils vivraient dans une telle situation.
- Quand l'animateur estime que les participants sont suffisamment outillés, il propose à ceux qui le souhaitent d'exposer une situation qu'ils ont vécue et d'essayer de la travailler en grand groupe.



# Abracadabra

## Cartes

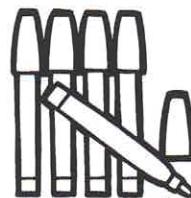


### Les marqueurs



Léa a emprunté mes marqueurs et ne les a pas rebouchés.  
Ils sont secs et n'écrivent plus.

### Les marqueurs



Tu abîmes tout ce que tu touches.

### Les marqueurs



Je suis agacé(e) car j'aime bien avoir mon matériel en ordre de marche.

### Les marqueurs



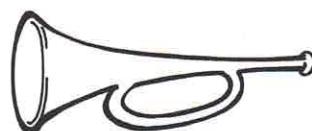
Ne touche plus jamais à mes affaires !

### Les marqueurs



La prochaine fois que tu emprunes mes marqueurs, peux-tu les reboucher ?

### Le bruit



Léo et Léa parlent tous les deux en même temps.

### Le bruit



Vous en faites du boucan !

### Le bruit



J'ai mal à la tête et j'ai besoin de calme.

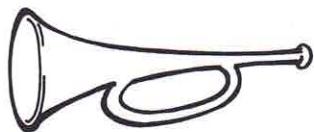


### Le bruit



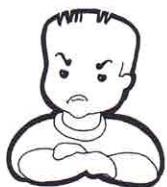
Taisez-vous !

### Le bruit



Seriez-vous d'accord de parler  
chacun à votre tour ?

### La bousculade



Pendant l'entraînement, Léo m'a  
bousculé(e) et il ne s'est pas excusé.

### La bousculade



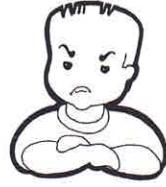
Espèce de brute !

### La bousculade



Je suis en colère parce que j'ai  
besoin de respect.

### La bousculade



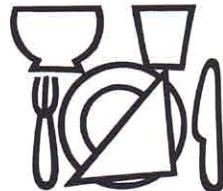
Ne sois plus aussi brutal !

### La bousculade



Peux-tu t'excuser ou m'aider à me  
relever lorsque tu me bouscules ?

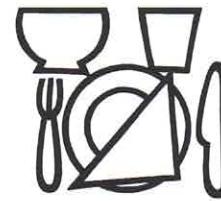
### Le pique-nique



Léa dit à Léo : « J'ai oublié mon  
pique-nique ». Celui-ci mange à  
côté d'elle sans rien dire.

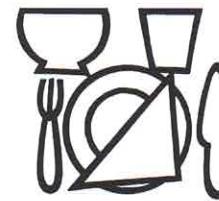


### Le pique-nique



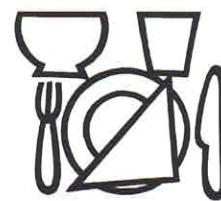
Tu n'es qu'un égoïste !

### Le pique-nique



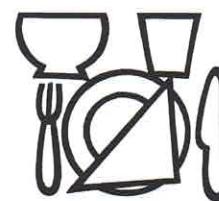
Je me sens mal parce que j'ai très faim.

### Le pique-nique



T'as pas trop de tartines ?

### Le pique-nique



Est-ce que tu serais d'accord de me donner une tartine ?

### La solitude



Léa ne m'a pas parlé aujourd'hui.  
Elle est restée près de  
Manon et Laura.

### La solitude



T'es qu'une lâcheuse !

### La solitude



Je suis triste car tu es ma meilleure amie et que j'ai envie de jouer avec toi.

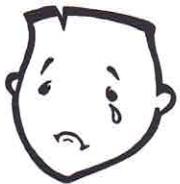
### La solitude



Je ne veux pas que tu me laisses toute seule.

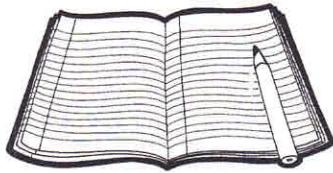


### La solitude



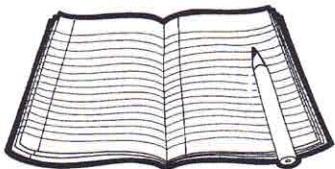
Peux-tu jouer avec moi à la prochaine récré ?

### Le bulletin



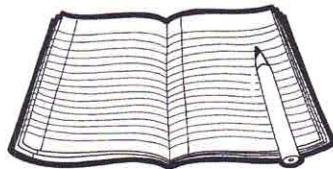
J'ai étudié pendant 3 heures et j'ai obtenu 4/10. Mes parents m'ont privé de TV pendant 3 jours.

### Le bulletin



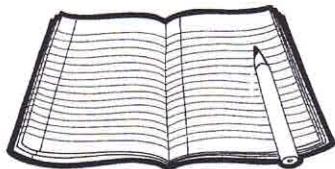
Vous n'êtes jamais contents !

### Le bulletin



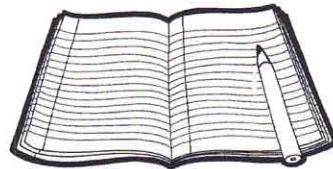
Je suis découragé(e) et j'ai besoin qu'on reconnaissasse mes efforts.

### Le bulletin



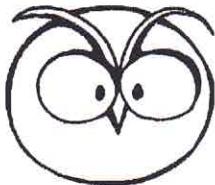
Arrêtez de toujours me critiquer !

### Le bulletin



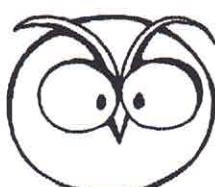
Pourriez-vous me citer trois choses que j'ai réussies ?

### La médisance



Léo m'a accusé(e) d'avoir volé son nouveau crayon alors que je ne l'ai pas pris.

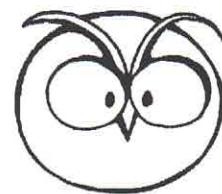
### La médisance



Espèce de sale menteur !

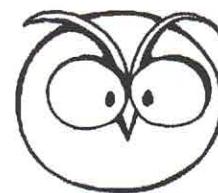


### La médisance



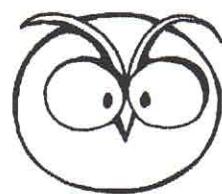
Je suis furieux(se) parce que, pour moi, c'est important de dire la vérité.

### La médisance



Arrête de dire n'importe quoi à mon sujet !

### La médisance



Avant de m'accuser, pourrais-tu vérifier si j'ai vraiment pris ton crayon ?

### L'anniversaire



Pour son anniversaire, Léa m'invite à une soirée « pyjama ». Mes parents ont dit que je ne pouvais pas y aller.

### L'anniversaire



Vous êtes vraiment vieux jeu !

### L'anniversaire



Je me sens frustré(e) parce que j'ai envie de m'amuser avec mes amis.

### L'anniversaire



Cessez de m'interdire de faire ce que j'aime !

### L'anniversaire



Seriez-vous d'accord de me laisser aller à la soirée jusqu'à 22 heures ?



# Abracadabra

## Tableau des solutions

	FAIT	JUGEMENT	EXPRESSION DES SENTIMENTS ET/OU DES BESOINS	DEMANDE MAL FORMULEE	DEMANDE CORRECTEMENT FORMULEE
Les marqueurs	Léa a emprunté mes marqueurs et ne les a pas rebouchés. Ils sont secs et n'écrivent plus.	Tu abîmes tout ce que tu touches.	Je suis agacé(e) car j'aime bien avoir mon matériel en ordre de marche.	Ne touche plus jamais à mes affaires !	La prochaine fois que tu emprunes mes marqueurs, peux-tu les reboucher ?
La bousculade	Pendant l'entraînement, Léo m'a bousculé(e) et il ne s'est pas excusé.	Espèce de brute !	Je suis en colère parce j'ai besoin de respect.	Ne sois plus aussi brutal !	Peux-tu t'excuser ou m'aider à me relever lorsque tu me bouscules ?
La solitude	Léa ne m'a pas parlé aujourd'hui. Elle est restée près de Manon et Laura.	T'es qu'une lâcheuse !	Je suis triste car tu es ma meilleure amie et j'ai envie de jouer avec toi.	Je ne veux pas que tu me laisses toute seule.	Peux-tu jouer avec moi à la prochaine récré ?
La médisance	Léo m'a accusé(e) d'avoir volé son nouveau crayon alors que je ne l'ai pas pris.	Espèce de sale menteur !	Je suis furieux(se) parce que, pour moi, c'est important de dire la vérité.	Arrête de dire n'importe quoi à mon sujet !	Avant de m'accuser, pourrais-tu vérifier si j'ai vraiment pris ton crayon ?
Le bruit	Léo et Léa parlent tous les deux en même temps.	Vous en faites du boucan !	J'ai mal à la tête et j'ai besoin de calme.	Taisez-vous !	Seriez-vous d'accord de parler chacun à votre tour ?
Le pique-nique	Léa dit à Léo : « J'ai oublié mon pique-nique ». Celui-ci mange à côté d'elle sans rien dire.	Tu n'es qu'un égoïste !	Je me sens mal parce que j'ai très faim.	T'as pas trop de tartines ?	Est-ce que tu serais d'accord de me donner une tartine ?
Le bulletin	J'ai étudié pendant 3 heures et j'ai obtenu 4/10. Mes parents m'ont privé de TV pendant 3 jours.	Vous n'êtes jamais contents !	Je suis découragé(e) et j'ai besoin qu'on reconnaissse mes efforts.	Arrêtez de toujours me critiquer !	Pourriez-vous me citer trois choses que j'ai réussies ?
L'anniversaire	Pour son anniversaire, Léa m'invite à une soirée "pyjama". Mes parents ont dit que je ne pouvais pas y aller.	Vous êtes vraiment vieux jeu !	Je me sens frustré(e) parce que j'ai envie de m'amuser avec mes amis.	Cessez de m'interdire de faire ce que j'aime !	Seriez-vous d'accord de me laisser aller à la soirée jusqu'à 22 heures ?