Parcours introspectif_Conseil d'unité_Fiche 1

- Durée : 1h10 ou 1h25
- Lieu : Avant les fêtes de fin d’année
- Type d'activité : Activités de sens/valeurs
- Tranche d'âge : Adultes (à partir de 18 ans)

Description

Déroulement :

Étape 1 : Explication de l’activité (5 min)

Au préalable, l’animateur dispose les consignes de tous les stands (Annexe 1.2.) ainsi que les annexes nécessaires dans différents endroits, idéalement, répartis sur plusieurs pièces.

- Chaque participant reçoit une feuille de couleur sur laquelle est imprimé un gabarit pour réaliser en fin de parcours un dodécaèdre (Annexe 1.1.).
- L’animateur explique que celui-ci les accompagnera au fil de l’activité. Les participants commencent par compléter deux premières cases vierges. Sur la première, les participants y inscrivent leur prénom, sur la deuxième une information sur eux que peu de gens présents connaissent.
- Répartis par groupe de trois, les participants se déplacent librement d’un poste à l’autre. Seules contraintes, il faut être passé par le 4A avant de passer au 4B, par le 5A avant le 5B et il faut terminer par le poste 9. À chaque étape, les participants complèteront une case du dodécaèdre.

Étape 2 : De poste en poste (50 min)

- **Poste 1 : Ce qui compte pour moi**

Placer les priorités de sa vie sur une échelle

- **Poste 2 : Cocktail du bonheur**

Choisir trois phrases, trois ingrédients-clés pour réaliser son cocktail du bonheur.

(Annexe 1.3.)

- **Poste 3 : Make a wish**

Éradiquer un concept à l’aide d’une baguette magique.

- **Poste 4A : Questionnaire**

Compléter un questionnaire qui servira au poste « Liberté »

(Annexe 1.4.)

- **Poste 4B : Liberté**

Mener une réflexion, seul et par trio, sur la liberté en se nourrissant d’expériences, d’extraits d’article et du questionnaire complété précédemment.

(Annexe 1.5.)

- **Poste 5A : Monde meilleur**

Identifier une valeur essentielle pour créer un monde meilleur. Pointer des moments où les valeurs scoutes ont orienté des choix.

- **Poste 5B : Happy New Year !**

Sur base de la valeur choisie au poste 5A, prendre une bonne résolution d’action.

- **Poste 6 : Baden-Powell**

Sélectionner une citation de Baden-Powell particulièrement évocatrice.

(Annexe 1.6.)

- **Poste 7 : Passion**

S’inspirer de la vie de personnes qui ont sacrifié leur vie pour une idée et s’interroger ce pour quoi on serait prêt à donner sa vie.

(Annexe 1.7.)

- **Poste 8 : Roue de vie**

Sur une roue, évaluer son degré de satisfaction dans différents domaines de sa vie. Imaginer la situation idéale et en tirer des conclusions.

(Annexe 1.8.)

- **Poste 9 : Mur d’humeurs**

Choisir un personnage représentant son état d’esprit du moment.

(Annexe 1.9.)

Étape 3 : Fabriquer son dodécaèdre (15 min)

Une fois le parcours terminé, déterminer un lieu pour s’y installer. Toutes les cases sont complétées, les participants peuvent alors réaliser leur dodécaèdre. Enfin, des élastiques sont à leur disposition pour en faire une boule de Noël. Ces boules peuvent servir à décorer un sapin présent dans le local ou peuvent être ramenées chez eux.

Pour aller plus loin : S’arrêter pendant un instant (15 min)

L’animateur aura créé un espace confortable, éventuellement avec une musique chill, pour que les participants puissent s’installer lorsqu’ils ont terminé l’animation. Cela leur permet de se poser après toutes ces discussions, réflexions. Pendant ce temps, les participants, qui sont en train de faire l’activité, peuvent la terminer à leur aise.

Pour clôturer, l’animateur propose à tout le groupe de regarder un coucher du soleil, un ciel étoilé, un feu, de mettre de la bonne musique…

Pour un effet encore plus intense, si l’environnement le permet, l’animateur peut prévoir des lanternes volantes, également appelées chinoises ou thaïlandaises. Offrir une lanterne à quelqu’un peut signifier lui vouloir le meilleur, elle est symbole de chance et certains disent que les problèmes s’envolent avec la lanterne. Ceux qui le souhaitent peuvent faire un vœu au moment de l’envoi des lanternes.

Matériel :

• Annexe 1.1. : Gabarit de dodécaèdre (1 par participant, à imprimer sur feuilles de couleur)
• Bic (1 par participant)
• Élastique (1 par participant)
• Annexe 1.2. : Consignes des différents postes (1 exemplaire)
• Annexe 1.3. : Cocktail du bonheur (1 exemplaire)
• Annexe 1.4. : Questionnaire (1 par participant – Attention, plusieurs questionnaires sur une A4)
• Annexe 1.5. : Expériences (1 exemplaire à imprimer en recto/verso)
• Annexe 1.6. : Citations (1 exemplaire)
• Annexe 1.7. : Personnes inspirantes (1 exemplaire)
• Annexe 1.8. : Roue de vie (1 par participant – Attention, quatre roues sur une A4)
• Annexe 1.9. : Mur d’humeurs (1 exemplaire)

Créée le : 07/12/2021
Mise à jour le : 06/10/2022
Auteur : Les Scouts