

LA REGULATION

(source : Rieux 2014)

Objectif :

Lors des stages BAFA et BAFD, les équipes mettent souvent en place un temps de régulation quotidien. Il est intéressant de varier les formes de conduite de ces temps pour favoriser l'expression du plus grand nombre. Les stages sont l'occasion de transmettre aux futurs animateurs ces différentes conduites qu'ils pourront réutiliser dans le cadre des ACM.

Différentes façons d'animer les temps de régulation :

Dessins : Une feuille par personne partagée en 2 parties, chacun dessine d'un côté ce qui lui a plu dans la journée écoulée, de l'autre côté ce qui lui a déplu. Puis chacun montre et dit au groupe ce qu'il a dessiné.

Philip 6x6 : 6 items sont soumis à l'évaluation des stagiaires réunis en petits groupes (ex : ambiance dans le groupe, activités proposées dans l'après-midi, relation stagiaires / formateurs, relation stagiaires / reste du monde, conditions d'accueil, veillée). Chaque groupe a 6 minutes pour évaluer chaque item, un rapporteur prend des notes. Compte-rendu en grand groupe, grandes lignes notées dans un tableau.

Post-it : 6 items, 6 post-it par stagiaire. Chaque stagiaire écrit son avis sur ses post-it et vient le placer dans un tableau thématique. Temps de lecture des avis de chacun (lecture individuelle ou collective). Retour sur les points problématiques pour trouver des solutions (dans la foulée de l'exercice ou le lendemain).

Boîte à idée : Une boîte est mise en place au début de la journée. Des papiers sont mis à disposition : je félicite... , je propose... , je trouve dommage que... Chacun peut compléter un ou plusieurs papiers et les glisser dans la boîte. Ils seront lus le soir en réunion.

Bâton de parole : Expression libre, seul celui qui a la parole parle (attention à la gestion du temps, temps de parole limité), 2 tours de parole.

Les porte-parole : Plusieurs porte-parole sont désignés, ils vont voir chaque stagiaire pour les interviewer et proposent un compte-rendu animé de ce qu'ils ont entendu (marionnettes, météo, journal...).

Théâtre forum : En cas de tension particulière par exemple (pipi sur la lunette des toilettes, odeur de marijuana...). Énoncé du problème et jeu.

Billet d'humeur : Demander comment ça va à chacun le matin, tour de table.

Météo : Par petits groupes, on dresse la carte météo du stage et on la présente aux autres. Exemple : grand soleil sur l'ambiance dans le groupe, nuages et quelques éclaircies sur la bouffe...

Débat mouvant : En cas de tension particulière. Poser une affirmation tranchée, chacun se positionne dans l'espace, argumente et peut changer de position. Il faut tester l'affirmation en amont pour vérifier qu'elle peut mettre en lumière des divergences de points de vue.

L'arbre : Chacun se positionne sur un arbre dessiné et explique aux autres pourquoi il s'est mis au niveau des racines, du tronc, des feuilles, des branches ou à côté. Pas de consignes en amont sur la signification de tel ou tel positionnement, chacun va l'interpréter comme il veut.

Photolangage : Des dizaines de photos sont disposées sur le sol. Les stagiaires déambulent pour voir toutes les photos et en choisissent ensuite une qui fait écho à leur ressenti. On peut aussi donner une indication plus précise (exemple : Comment te sens-tu dans le stage ? Qu'est-ce qui t'anime quand t'animes?). Chacun explique son choix aux autres en leur montrant la photo.

Les enveloppes : Chacun écrit une question qui le travaille sur une enveloppe. Les enveloppes tournent et chacun écrit sa réponse sur un papier et la glisse dans l'enveloppe. Les réponses sont lues collectivement.

Content / pas content : Le meneur soumet des items au groupe. Pour chaque item, ceux qui étaient contents avec ce qui s'est passé vont d'un côté de la salle, ceux qui n'étaient pas contents vont de l'autre côté de la salle, ceux qui n'ont pas d'avis vont au milieu. Ceux qui veulent peuvent ensuite expliquer au groupe pourquoi ils ont choisi ce positionnement. Il n'y a pas d'obligation de s'exprimer. Au préalable, l'animateur peut dessiner un smiley souriant sur le sol d'un côté de la salle et un smiley boudeur de l'autre.

Questionnaire anonyme : Un questionnaire est élaboré, chacun y répond individuellement. Les questionnaires tournent et sont lus à haute voix par un autre.

Carte postale : En bilan de stage par exemple, les stagiaires écrivent une carte postale à leur meilleur ami pour lui expliquer ce qu'ils ont vécu de fort pendant ce stage.

L'étoile d'araignée : Des items sont indiqués, chacun met un point plus ou moins proche du centre de l'étoile. Plus on est au centre plus on est satisfait, plus on est proche du pourtour de l'étoile moins on est satisfait. Discussion en groupe sur les points qui paraissent problématiques (là où il y a beaucoup de points à l'extérieur).

Les sentiments : L'animateur dispose partout sur le sol de la salle de réunion plein de petits papiers sur lesquels sont écrits des sentiments / états très divers (joyeux, rassuré, inquiet, stressé, reconnaissant, fatigué, plein d'énergie, découragé, étonné, stupéfait...). Les stagiaires se baladent dans la salle et lisent les petits papiers. Ils s'assoient à côté de l'un d'eux qui correspond bien à ce qu'ils ressentent à l'instant T. Ils expliquent ensuite pourquoi ils ont choisi tel ou tel sentiment.

Communication non verbale : Cette méthode peut être utilisée pour aider les stagiaires à « dire » aux autres des choses un peu difficiles à dire. Exemple : tu parles trop, on t'entend jamais... 4 phrases sont inscrites sur un tableau : « Tu parles trop parfois », « Je suis content d'être avec toi pendant ce stage », « j'aimerais mieux te connaître »... Chaque phrase est représentée par un objet (exemple : cuillers, feutres, ciseaux, verres). Le groupe est assis en cercle. Les objets en quantité sont disposés au milieu du cercle. Le temps se déroule en silence. 5 personnes se lèvent et donnent les objets qu'elles veulent aux gens qu'elles veulent. Une fois qu'elles ont « dit » tout ce qu'elles voulaient, ceux qui ont reçu des objets les remettent au milieu. Tout le monde se rassoit et 5 autres personnes se lèvent pour faire leur distribution de « cadeaux ».