

Unité 1 : Principes et techniques d'animation

Bienvenue à l'unité 1

Dans cette unité, nous approfondirons les principes clés de la facilitation. Veuillez visionner trois excellents exemples de courtes vidéos que vous pouvez utiliser pour illustrer la confidentialité, l'empathie et le recadrage linguistique. Chacune d'entre elles est pratique, facile à intégrer et offre des occasions d'apprentissage claires.

Ce module dans son ensemble est conçu pour les éducateurs d'adultes et les animateurs communautaires qui souhaitent créer des environnements d'apprentissage inclusifs et favorables.

Confidentialité

Introduction et limites de la confidentialité

Instructions : regardez la vidéo suggérée et réfléchissez à l'aide des questions ci-dessous.

Questions de réflexion :

- Quelles sont les principales limites de la confidentialité identifiées dans la vidéo (ce qui doit rester privé, ce qui doit être divulgué) ?
- En quoi ces limites peuvent-elles être différentes ou plus complexes lorsque l'on travaille avec des groupes de migrants ou de réfugiés ?
- Choisissez un aspect de votre travail : que diriez-vous aux participants (ou aux clients) au sujet de la confidentialité dans ce contexte ?



Lien vers la vidéo :
<https://youtu.be/Zj4mN1hOgFA>

Confidentialité

Consigne de l'activité :

- Rédigez une brève « déclaration de confidentialité » (1 à 2 phrases) que vous feriez au début d'une discussion sur la santé mentale avec des participants migrants ou réfugiés.
- Par deux (ou en ligne), mettez en scène le début de la séance : en tant qu'animateur, vous lisez la déclaration de confidentialité, et l'autre personne pose une question sur ce qui se passe si quelqu'un partage quelque chose de très grave. Entraînez-vous à répondre de manière claire et respectueuse.
- Après le jeu de rôle, réfléchissez : avez-vous le sentiment d'avoir fixé des limites claires ? La question du participant a-t-elle été traitée de manière à ce qu'il se sente en sécurité et bien informé ? Que pourriez-vous améliorer ?

Empathie

Communiquer avec empathie

Instructions : regardez la vidéo suggérée et réfléchissez à l'aide des questions ci-dessous.

Questions de réflexion :

- Quels comportements ou expressions dans la vidéo ont contribué à créer de l'empathie ? (par exemple, reconnaître les sentiments, marquer une pause, poser des questions avec douceur)
- Pensez à une situation récente où vous avez animé une discussion sur un sujet sensible et où vous avez remarqué que les participants étaient mal à l'aise : quelles réponses empathiques auriez-vous pu utiliser ?
- Qu'est-ce qui pourrait empêcher d'exprimer de l'empathie au sein d'un groupe aux origines culturelles diverses (barrières linguistiques, stigmatisation, normes différentes) ?



Lien vers la vidéo :
https://youtu.be/8tyFJTzYtY?si=05LQqMRbD8knCi_8

Empathie

Consigne de l'activité :

- Choisissez une affirmation susceptible d'être exprimée lors d'une discussion de groupe (par exemple : « J'ai honte de parler de la façon dont la guerre m'a affecté »). Écrivez comment vous répondriez par une phrase empathique (par exemple : « Merci de partager cela. J'imagine qu'il faut du courage pour dire cela... »).
- En petits groupes, jouez à tour de rôle le rôle du « participant » et de l'« animateur ». L'animateur utilise une réponse empathique, et le participant donne son avis : s'est-il senti écouté ? Quelle expression ou quel ton lui a semblé sincère ?
- Après l'exercice, notez dans votre journal : que ferez-vous la prochaine fois pour approfondir votre empathie ? Quel défi allez-vous surveiller (par exemple, rester présent, ne pas se précipiter pour régler les problèmes, écouter sans juger) ?

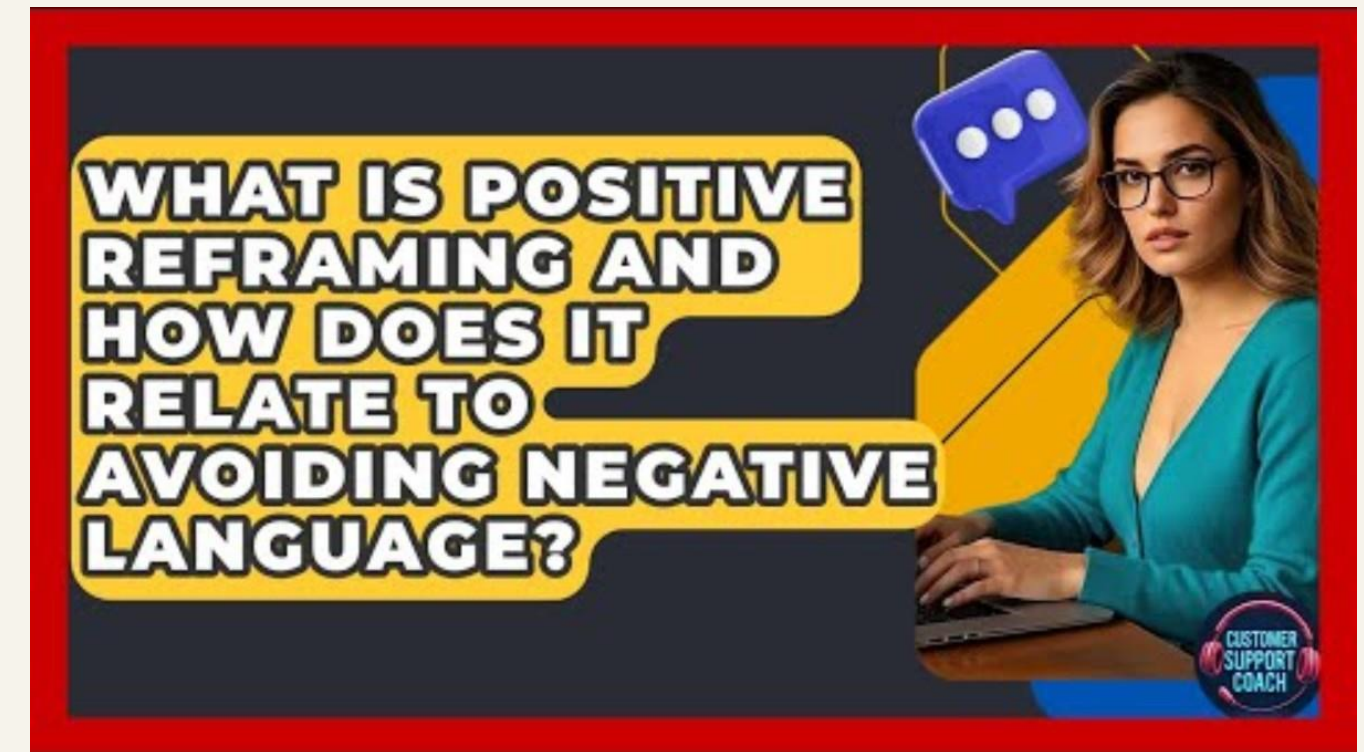
Recadrer le langage

Qu'est-ce que le recadrage positif ?

Instructions : regardez la vidéo suggérée et réfléchissez à l'aide des questions ci-dessous.

Questions de réflexion :

- Dans la vidéo, quels exemples de reformulation du langage vous ont marqué ?
- En quoi la manière dont l'animateur formule ses propos influence-t-elle le sentiment de sécurité des participants lorsqu'ils s'expriment ?
- Dans le cadre de discussions sur la santé mentale avec des migrants/réfugiés : quels types d'expressions courantes pourraient nécessiter un recadrage (par exemple, « Tu ne devrais pas être triste » vs « C'est compréhensible que tu sois triste ») ?



Lien vers la vidéo :
<https://youtu.be/aD0yN7SoYaU?si=mPGAhnnoApPskzZ>

Repenser le langage

Consigne de l'activité :

- Prenez trois phrases couramment utilisées par les animateurs et réécrivez-les pour en faire une version plus encourageante et reformulée. Exemple : Original : « Il ne faut pas trop parler du traumatisme. » Reformulé : « Nous pouvons explorer ce dont vous vous sentez prêt à parler, et c'est vous qui décidez du rythme. »
- En binômes : partagez vos phrases originales et reformulées, puis discutez de la version qui favorise le plus l'ouverture et expliquez pourquoi.
- Choisissez une animation que vous prévoyez d'animer prochainement : rédigez 2 ou 3 phrases reformulées que vous utiliserez à des moments clés (par exemple, lorsqu'une personne se replie sur elle-même, lorsqu'une personne domine la discussion, lorsqu'une révélation sensible est faite). Après la session, réfléchissez : le langage reformulé a-t-il fait une différence ? Que pourriez-vous améliorer ?