

# JOUR 1 :

## « Qui suis-je ? »

**1) Temps en grand groupe :** Respiration, Chants et présentation des temps de partage

**2) Animation brise-glace :** brin de jasette (10 mn environ) en grand ou petit groupe - à voir sur place

> **matériel :** musique, quelques questions

> **mise en place :** les jeunes se déplacent sur la musique dans une grande pièce, quand la musique s'arrête ils se mettent par deux et ont 30 secondes environ pour répondre ensemble à la question posée, puis on recommence avec quelqu'un d'autre à chaque fois...

> **Idées :**

- qu'est-ce que tu aimes faire de ton temps libre ?
- quelle qualité tu apprécies/ quel défaut tu détestes chez les autres ?
- quelle est ta qualité préférée-pourquoi ?
- Si vous pouviez avoir de très bonnes places pour un concert, qui iriez-vous voir ?
- si tu avais un superpouvoir, lequel choisirais-tu ?
- qu'est-ce qui te met en colère ?
- À quoi ressemble une journée parfaite pour toi ?
- dans quel pays aimerais-tu vivre ?
- Quel métier tu ne voudrais jamais faire ?
- Si tu pouvais voyager dans le temps, à quelle époque voudrais-tu vivre ?

### 3) PROPOSITIONS d'animation pour le temps d'échange : Qui suis-je ?

Réfléchir sur les différentes « couches » qui me constituent : il y a d'abord mon apparence (look, style...) – ma personnalité (ce que je donne à voir aux autres : comment je suis avec les autres, mes protections, mes masques... qui sont liées à mon histoire et à mon éducation...) – et il y a le « cœur » de ma personne, le « noyau » c'est-à-dire ce que je suis à l'intérieur (mes qualités, mes points faibles, ma sensibilité, mes valeurs)

#### ANIMATION proposée :

- soit à l'oral sous forme d'échange étape par étape : apparence, personnalité, le « cœur »
  - soit par écrit d'abord (sur des feuilles A4 où chacun dessine un bonhomme et écrire autour), puis partage en groupe. Chacun dresse son portrait et le présente au groupe
  - Dire/ajouter sur le papier : ce qu'on attend de moi (d'une autre couleur) :  
Parfois la famille, les amis, les parents, les profs ont des attentes. Ils attendent de –moi- que je sois comme ceci ou comme cela, ils ont des projets pour moi (professionnels, études, comportements, engagements...) et projettent parfois leur succès ou leurs échecs sur nous, parfois même on peut essayer de vouloir nous changer
- discussion : ressens-tu ces pressions sur toi ? ou autour de toi ? comment les vis-tu ? comment les gères-tu ?

#### Alternatives ou ajout :

- PORTRAIT/Présentation : dessiner son portrait et ajouter tout autour : mes qualités, mes points faibles, succès, erreurs, ce que j'aime/ce que je n'aime pas, mes centres d'intérêts, ce que j'aime faire, fratrie... puis chacun se présente au groupe de partage / échanges

- **PRESSION DU GROUPE** : est-ce que j'arrive à rester moi-même dans le groupe (famille, amis, sports...) ou est-ce que je suis tentée de me conformer au groupe ? Pourquoi ?

Présenter l'expérience de ASCH sur les effets du groupe sur nous Elle nous montre à quel point nous pouvons être sensible à la pression d'un groupe, au point de faire des choix qui vont à l'encontre de l'évidence.

<https://sciencetonnante.wordpress.com/2013/04/22/l'experience-de-asch-sur-le-conformisme/>

L'expérience ASCH consistait à démontrer le pouvoir du conformisme sur les décisions d'un individu au sein d'un groupe. C'était un psychologue qui dans les années 50 a invité des étudiants de 17-25 ans pour passer un test. Tous les participants étaient au courant de l'expérience sauf un. Les complices et le sujet étaient devant des lignes de différentes longueurs et devaient répondre à différentes questions. Au début tout le monde répondait correctement, puis tous les complices donnaient unanimement la mauvaise réponse. Les résultats de cette expérience ont montré que la plupart des sujets répondaient correctement sans influence extérieure, mais qu'un grand nombre (37 %), finissait par se conformer aux mauvaises réponses soutenues à l'unanimité par les complices.

- Pensez-vous sortir du lot ou vous fondre dans la masse ? Comment se différencier, par quels moyens ? Vous sentez-vous influencés ? (Par qui ? Réseaux sociaux, famille, amis, publicité...).
- Comment se représente-t-on ? Lorsque l'on se présente : par quoi commençons-nous ? (Filière, où on habite, métier... alors que ça ne donne pas de réelles informations sur Qui on est, comment on est, notre personnalité ce qu'on aime).
- Continuité sur l'uniforme ; pour ou contre ? ça efface la personnalité ou permet d'éviter les différences selon les classes sociales ?

**Définition du conformisme** : c'est la modification d'un comportement, d'une pensée ou d'une attitude pour qu'ils soient identiques à celui d'un groupe.

C'est un phénomène naturel, qui n'est ni bon ni mauvais. Mais l'être humain a besoin de se sentir appartenir à un groupe, il n'est pas fait pour rester seul.

Quand on se sent en danger au sein d'un groupe (risque d'exclusion), il y a carrément un message d'erreur qui signale un danger à notre cerveau, d'où notre peur de prendre le risque de donner un avis différent de celui du groupe.

Dans l'histoire, certaines personnes ont pris des risques pour faire entendre leur voix, on peut donner des exemples : Rosa Parks, Nelson Mandela, Dietrich Bonhoeffer....

- Possibilité de faire un jeu « **Le pas en avant** » : chaque participant reçoit un petit papier sur lequel figure la description d'un personnage. Les participants se mettent dans la peau de leur personnage et avancent ou reculent en fonction des affirmations de l'animateur.

*Objectif : se rendre compte combien notre histoire, notre situation sociale, nos valeurs, bref, notre identité influent nos choix de vie.*