

INCLUSION

Prendre soin des personnes et du groupe

Nous nommons inclusion l'ensemble des étapes qui permettent de démarrer un temps de rencontre. Ce moment a de l'importance car il est un pont essentiel entre la vie hors du groupe et la vie du groupe. Il permet de porter une attention à chacun individuellement, de définir ensemble les principes relationnels et les intentions de la rencontre, de faire naître de la confiance et de la solidarité dans le groupe.

Les principes de l'inclusion

Le jeu d'inclusion n'est qu'une étape de l'inclusion. Il ne se suffit pas à lui-même. Le jeu d'inclusion a un objectif ajusté aux enjeux de la rencontre. Ce temps permet de faire le pont entre la vie en-dehors du groupe et la vie du groupe, entre le hors-sujet (qui importe dans la vie de tous les jours comme un accident, une naissance, un imprévu...) et le sujet de la réunion. Elle doit aller chercher dans l'expérience de la personne.

Cela permet à chacun de bouger ou de prendre la parole afin de commencer à participer à la vie du groupe. Il faut éviter que le statut crée des inégalités trop importante entre ses membres. Faire attention donc à ce que ce ne soit pas le seul attribut de la présentation. Les méthodes peuvent être plus ou moins impliquantes en fonction du groupe. Moins le groupe se connaît, plus l'inclusion est importante et doit être accessible à tous (donc simple, respectant l'intimité et le rapport au corps...).

L'inclusion permet de développer la confiance entre les membres d'un groupe. La confiance est une qualité émergente de la relation. Elles n'est ni donnée au départ, ni produite mécaniquement par des « trucs » que maîtriserait l'animateur ou le leader du groupe. Schématiquement, on retiendra que la confiance émerge à la fois parce que l'on ose faire confiance à un moment à une personne (et pas à seulement à « l'acteur » d'une organisation : présidente, animateur, bénévole, ouvrier...).

Le choix du temps d'inclusion est important. A l'animateur de repérer ce qui est important pour cette séance. Par exemple, centrer l'attention aux autres dans le groupe alors que chacun sort de sa journée de travail et arrive fatigué et dispersé ? Préparer le groupe à prendre une décision importante en mettant en jeu la confiance entre les personnes ? Donner de l'énergie au groupe en permettant à chacun de déposer une bonne nouvelle du moment ? Dans tous les

cas, il s'agit de penser une transition qui soit douce, respectueuse de chacun, et en adéquation avec les enjeux de la réunion.

Les étapes de l'inclusion sont décrites dans [une fiche détaillant les étapes d'une réunion.](#)

Quelques propositions pour démarrer une séquence

Faire connaissance

Une question simple

Chacun prend une minute individuellement puis répond à la question quand il le souhaite (éviter les tours de tables qui font monter la tension)

- Quelle bonne nouvelle avez-vous à partager ?
- Quoi de neuf depuis la dernière séance ?
- Qu'est-ce qui vous a fait vous lever ce matin ?
- Quel est le dernier livre ou film qui vous a plu ?
- Si vous étiez un animal, vous seriez... ?
- Si votre humeur était une couleur, elle serait ... ?
- Quand est-ce que j'ai été surpris la dernière fois par quelqu'un ?

Une question deux par deux

On commence par rencontrer une personne pendant 10 minutes avec laquelle on échange sur une ou deux questions avant de restituer à l'ensemble du groupe. Cela permet de développer des échanges plus personnels, de rencontrer à chaque fois quelqu'un de différent et de développer la confiance dans le groupe.

Le jeu de marche

Le groupe marche en essayant d'occuper tout l'espace. Quand l'animateur dit « stop », chacun s'arrête et il ne doit pas y avoir d'espace vide. L'animateur formule une consigne de regroupement. Celui-ci doit se faire en silence ou en parlant suivant les consignes. L'animateur peut proposer des consignes plus difficile et collectives. Cela permet à un groupe nombreux d'apprendre à se connaître par ses points communs et ses différences mais nécessite un espace sans obstacles.

- Hommes / Femmes
- Couleur des yeux (en silence)
- Nombre de prénoms que je ne connais pas dans le groupe (permet d'identifier les plus isolés et que le groupe leur porte une attention particulière)
- Statuts des participants
- Lieux d'habitats
- Nombre de fois où on a été amoureux
- Ce qu'on prend au petit déjeuner
- Pourquoi on est là aujourd'hui
- Nombre d'élections présidentielles où on a voté (préférable à l'âge)
- Ancienneté dans le groupe
- Nombre d'enfants...

Le regroupement peut servir aussi d'entrée en matière, en permettant de commencer à définir un sujet ou en posant les termes d'un sujet, d'un débat à venir...

Ex : la pauvreté est plutôt un problème politique, de revenus ou un problème psychologique ?

Ex : dans votre organisation, la question de la démocratie est inscrite : dans vos statuts, dans vos supports de com', nulle part ?

L'objet l'image

Chacun choisit un objet ou une carte illustrée pour se présenter. Il est possible de le faire avec un livre, une recette, une citation... (suppose que chacun prenne le temps de préparer avant de venir)

La banquise

Jeu d'inclusion où chacun se situe par rapport aux autres membres du groupe dans une situation de crise ou de coopération.

La balle

Il permet d'apprendre les prénoms. On lance une balle (imaginaire) à une personne du groupe en disant « je reçois la balle de ... et je l'envoie à ... ».

L'oignon

Les participants forment deux cercles à l'intérieur et l'extérieur et se faire face deux à deux. On trouve un point en commun avec la personne en deux minutes. Puis on déplace le cercle extérieur vers la gauche et on recommence. On peut donner des thèmes à chaque fois ou non (chanson, symbole, famille, politique, école...). Pour un groupe qui se connaît bien, on peut faire le même jeu avec les différences/complémentarités.

Confiance : les jeux d'aveugles

L'intérêt des jeux d'aveugle vient du fait de notre propre déstabilisation alors que nous sommes privés d'un de nos sens les plus essentiels. Nous sommes alors dépendant et à la merci de l'autre. L'animateur est le garant du fait que les personnes ne se mettent pas en danger. [Augusto Boal, p.125-133]

- Le noeud. En cercle, on se tient la main. Les personnes forment un noeud sans se faire mal ni se lâcher. Quand il est bien serré, on défait le noeud sans se lâcher. On recommence à l'aveugle.

- Le sculpteur invisible. Le groupe est séparé en deux. La moitié est sculpteur. L'autre moitié aveugle. Chaque sculpteur prend par la main un aveugle, le promène, le sculpte. L'ensemble des aveugles sculptés doivent se toucher et l'animateur touche quelqu'un qui dit « ah ». Les autres doivent retrouver qui l'a dit.

- Le guide et l'aveugle. Se joue deux par deux en plusieurs temps successivement. Chacun doit être alternativement aveugle et guide. Le guide est responsable de son aveugle.

* L'un chuchote le nom de l'aveugle pour qu'il avance. S'il n'entend rien, l'aveugle doit s'arrêter (c'est un moyen pour le guide d'empêcher son aveugle d'heurter un obstacle). Sinon, il avance dans la direction du nom prononcé. On peut

remplacer le nom par un bruit

* Le guide dirige l'aveugle non plus par des mots mais par un doigt posé dans le dos de l'aveugle. Si celui-ci sent le doigt, il avance. Sinon, il s'arrête. Ensuite, on développe le « code » (doigt sur la tête = reculer ; doigt sur l'épaule = tourner...).

Enfin, on a un projet pour son aveugle qu'on doit lui communiquer sans parler (ramasser une fleur, s'asseoir sur une chaise, serrer la main d'un autre aveugle...)
- Le huit aveugle. Deux personnes sont placées à deux mètres de distance les yeux ouverts. Chacun doit réaliser un huit autour d'elles en marchant les yeux fermés. Puis on réalise l'exercice les yeux fermés deux par deux en se tenant. Puis le groupe dans son ensemble doit réaliser le 8 aveugle.

Coopération, stratégies individuelles et collectives

Bombe-bouclier ou à la recherche du bonheur

Le groupe se répartit dans l'espace.

* Chacun personne choisit dans sa tête une personne A (sa bombe) et une personne B (son bouclier). Le joueur doit se servir de son bouclier pour ne pas exploser, donc être dans l'alignement de sa bombe et de son bouclier. L'animateur lance un compte à rebours. A la fin du décompte, les personnes non protégées par leurs bombes (leur A) ont perdu.

* Choisir 2 nouvelles personnes comme A (sa bombe) et B (la personne à protéger). Nouvelle consigne : tenter de protéger en jouant son rôle de bouclier.

* Choisir 2 nouvelles personnes comme A et B. Nouvelle consigne : se situer à équidistance permanente de A et de B.

L'appel de la liberté

Le groupe se répartit en cercle. Chaque personne a une personne positionnée juste debout derrière elle (sans contact). Une personne est au centre du cercle, c'est la liberté. « La liberté » peut, en faisant un clin d'oeil, appeler les personnes au premier rang à la rejoindre au centre. Les personnes au second rang doivent protéger à tout prix la personne devant eux de cet appel de la liberté. Elle doivent les retenir par tous les moyens quand un clin d'oeil leur est fait. Si une personne réussit à atteindre le centre, la personne qui était au second rang s'avance au premier. La personne qui était au centre rejoint le second rang du cercle. Et le jeu continue.

Jeu des chaises musicales inversées ou le zombie.

On installe le même nombre de chaises que de joueurs. Une personne est le zombie. Debout et en marchant doucement (on peut augmenter la vitesse au fur et à mesure du jeu), le zombie avance pour s'asseoir sur la chaise libre. Le groupe doit s'organiser pour l'en empêcher en se déplaçant pour occuper les chaises et sans toucher le zombie.

Aller plus loin : BOAL Augusto (2004), Jeux pour acteurs et non acteurs, La Découverte, Paris