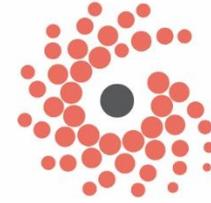




Ma santé, j'en prends soin

Guide des techniques d'animation du programme



PLANETH Patient

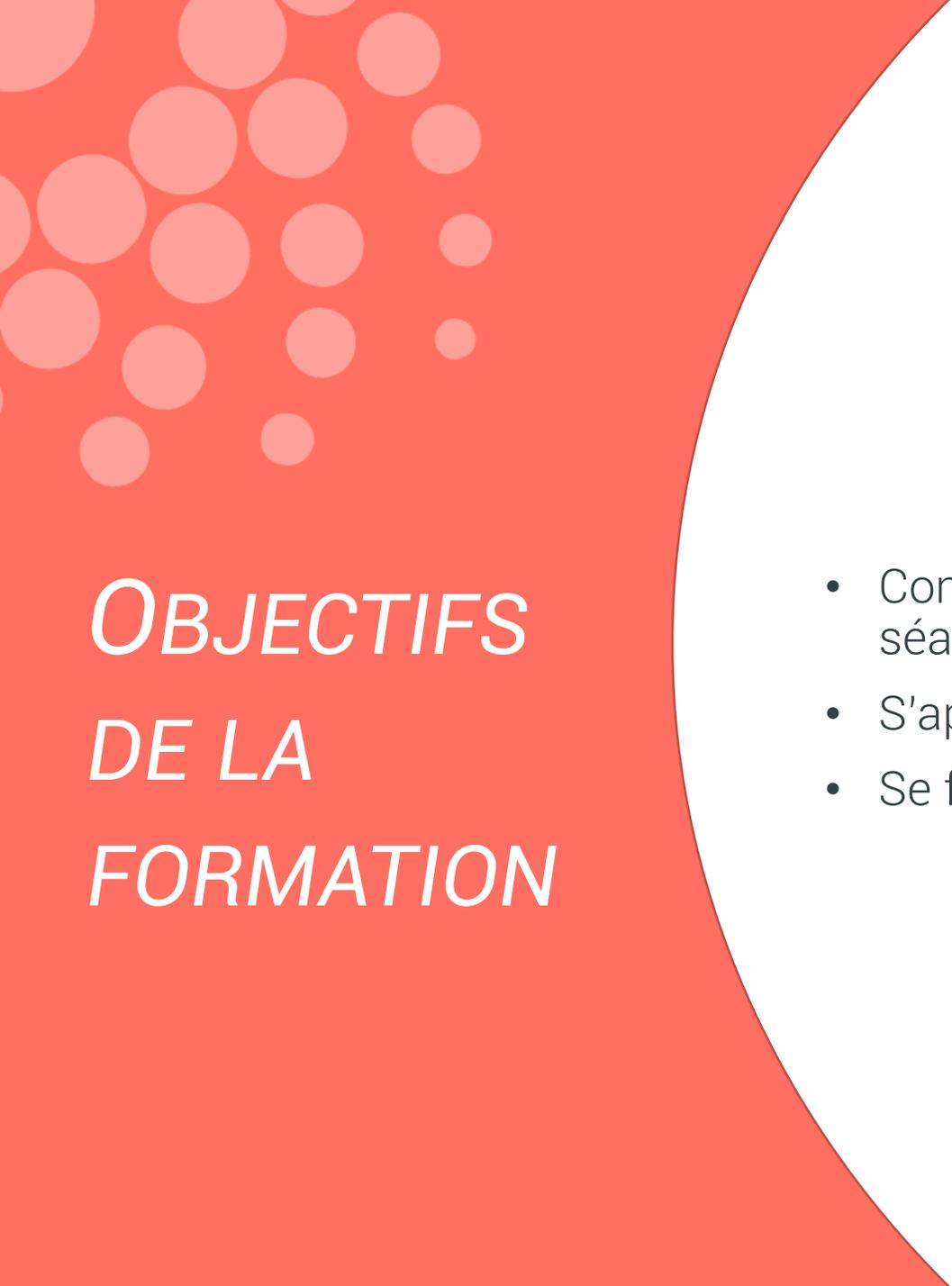
Plateforme Normande
d'Éducation Thérapeutique





SOMMAIRE

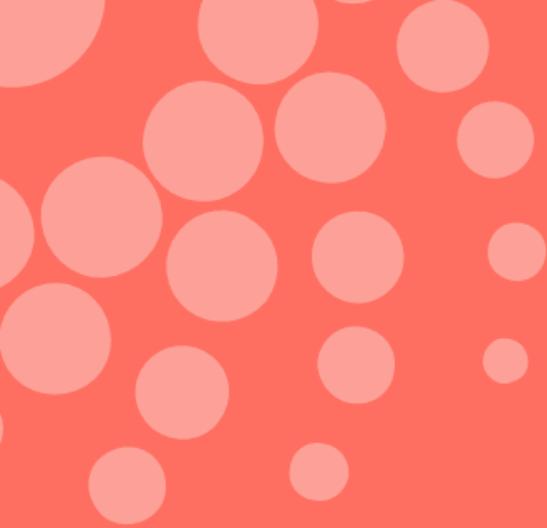
- Un groupe, des individus
- Brainstorming
- Métaplan
- Photo expression
- Abaque de Régnier
- Carte d'esprit
- Etude de cas
- Mise en situation



OBJECTIFS DE LA FORMATION

Ma santé, j'en prends soin

- Connaître les techniques d'animation proposées pendant les séances
- S'approprier les techniques d'animation
- Se familiariser à l'animation de groupe



UN GROUPE,
DES INDIVIDUS

INTRODUCTION



▶ L'ANIMATEUR/TRICE : vous

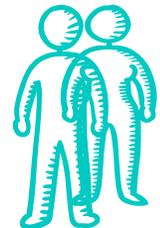
Rôle :

- Percevoir la dynamique de groupe, les besoins des individus dans le groupe
- Gérer le groupe : faciliter la parole, réguler les tensions, etc.
- Choisir et expliquer la méthode de travail, présenter les règles de fonctionnement, aménager l'espace et mettre à disposition le matériel
- Synthétiser le contenu des échanges

▶ LE GROUPE : 2 et + personnes qui vont pendant un certain temps interagir et s'influencer mutuellement

Rôle :

- S'exprimer
- Produire des idées, des solutions ...

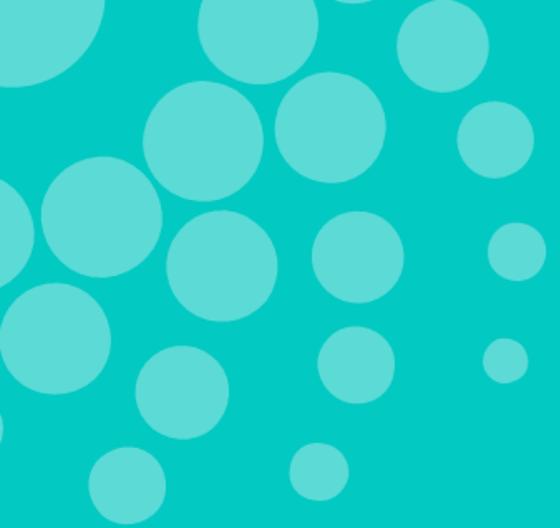




RÉGULER LE GROUPE

LE GROUPE : ensemble d'individus pouvant avoir des profils différents / successifs qu'il convient de réguler pour garder un équilibre et une dynamique de groupe.

	Attitude de l'individu	Attitude de l'animateur
Le bavard	coupe la parole, répond à la place de l'autre, parle avec son voisin	l'interrompre avec tact, limiter son temps de parole
Le sage	parle peu mais intervient de manière efficace	s'appuyer sur lui
Le timide	a peur du jugement des autres, n'ose pas s'exprimer, formule difficilement ses idées	valoriser ses interventions pertinentes, lui poser des questions simples
Le bagarreur	provoque, remet en question	rester calme, ignorer ses attaques
Le je-sais-tout	cherche à imposer son opinion, et/ou prendre la place de l'animateur	questionner le groupe sur ses propos, vérifier ses dires
L'opposant	contredit systématiquement, essaie de liguier le groupe contre l'animateur	lui demander des suggestions constructives, l'écouter et reformuler
Le planeur	papillonne, ne s'intéresse pas au sujet	l'interroger, l'impliquer
Le grand seigneur	parfois agressif, ne prend pas les remarques, sait déjà tout	ne pas relever ou reposer le cadre si agressif
Le rusé	cherche à piéger l'animateur	remettre à plus tard son questionnement



1.

BRAINSTORMING



BRAINSTORMING

OBJECTIF : FAVORISER L'EXPRESSION

Ce que cela permet :

- Produire en groupe un maximum d'idées sur un sujet donné
- Découvrir les représentations

Matériel nécessaire

- En présentiel : un tableau et des feutres, pour que les idées émises soient notées et restent visibles pour les participants.
- En présentiel/distanciel : l'outil **Middlespot** (<https://middlespot.com/?ref=outilstice.com>) permet de noter des idées, d'ajouter des images, des liens,... Possibilité d'archiver les tableaux créés.

Durée

- L'animateur peut définir le temps imparti ou décider que le brainstorming se termine quand le groupe n'a plus d'idées



BRAINSTORMING

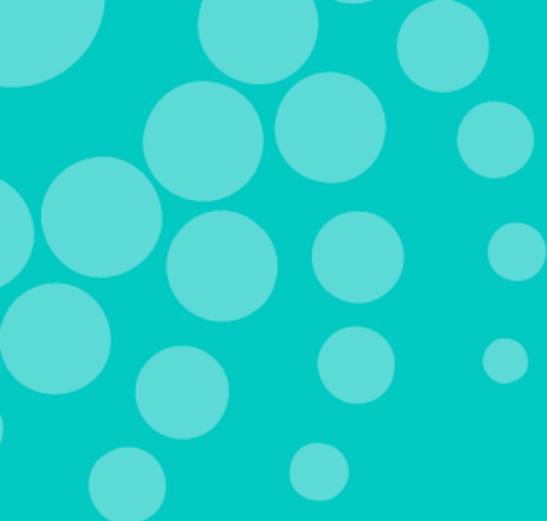
OBJECTIF : FAVORISER L'EXPRESSION

Nombre de participants: idéalement entre 4 et 8

Déroulé:

- L'animateur présente le sujet et les objectifs visés par le brainstorming sans évoquer quelques idées que ce soit pour ne pas orienter les participants
- Il rappelle le cadre : garder ses jugements pour soi, privilégier la quantité des idées sur leur qualité, s'appuyer sur les idées déjà formulées
- Il note toutes les idées exprimées sur le tableau, en s'efforçant de les regrouper mentalement et graphiquement, par thème ou par idées plus générales
- On peut enfin demander au groupe de revenir sur la matière générée, de reformuler les idées floues et d'aboutir à un commun accord sur les grandes thématiques abordées

Voir aussi : <https://www.youtube.com/watch?v=Qb2UGdov494>



2.

MÉTAPLAN



MÉTAPLAN

OBJECTIF : FAVORISER L'EXPRESSION

Ce que cela permet :

- D'exprimer ses représentations personnelles par rapport à une question ouverte donnée, de produire collectivement un maximum d'idées
- De regrouper ces idées par thème (éventuellement de les hiérarchiser)
- D'aboutir à une synthèse collective

Matériel nécessaire

- En présentiel : post-it de couleurs différentes, stylos, un tableau (à défaut un mur)
- En distanciel : préférer le brainstorming sous Middlespot (<https://middlespot.com/?ref=outilstice.com>)

Durée

- 15 min

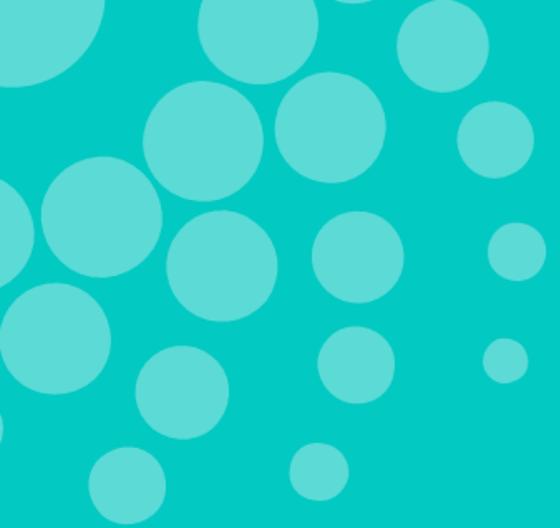
OBJECTIF : FAVORISER L'EXPRESSION

Nombre de participants: idéalement entre 4 et 8

Déroulé:

- L'animateur distribue 2 à 5 post-it par participants et pose une question ouverte et l'écrit
 - Chaque réponse est écrite en majuscules sur un post-it et sous une forme courte
 - L'animateur ramasse les cartes, les mélange. Pour chaque post-it :
 - le lire en la montrant à la salle
 - proposer un positionnement sur le panneau (plus ou moins proche des autres)
 - L'animateur invite les participants à regrouper les cartes :
 - en ensembles et à donner un titre à chaque ensemble
- OU
- entourer d'un trait au feutre les cartes que cet ensemble regroupe

Voir aussi : <https://www.youtube.com/watch?v=g2Ltx-yww6g>



3.

PHOTO EXPRESSION



PHOTO EXPRESSION

OBJECTIF : FAVORISER L'EXPRESSION

Ce que cela permet :

- Exprimer ses représentations et découvrir celles des autres
- Prendre conscience de son point de vue personnel

Matériel nécessaire

- En présentiel : photographies, table
- En distanciel : planches d'images, de photographies

Durée

- Jusqu'à 1h30



PHOTO EXPRESSION

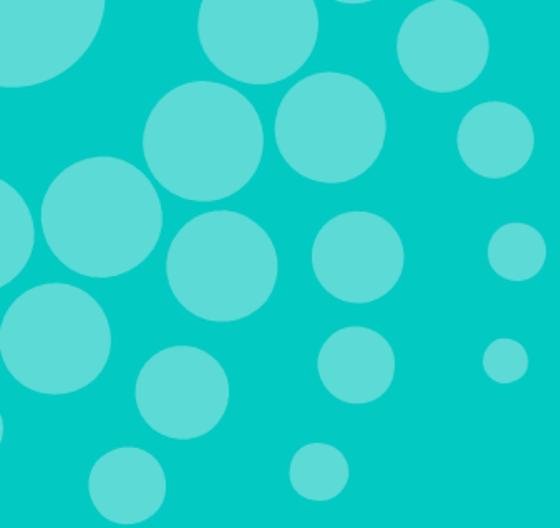
OBJECTIF : FAVORISER L'EXPRESSION

Nombre de participants: idéalement de 4 à 8

Déroulé:

- L'animateur dispose les photographies sur la table
- Il rappelle le cadre : garder ses jugements pour soi, écouter celui qui s'exprime, l'expression sera volontaire
- Il demande aux participants de choisir mentalement une photo avec une question d'appel : Quelle est pour vous, la photo qui représente le mieux ... (selon le thème de l'atelier) ?
- L'animateur invite les participants à partager leur choix en :
 - décrivant ce qu'il y a sur cette photo
 - argumentant sur le choix
- Pour chaque participant s'exprimant l'animateur reformule les idées clés afin de les valoriser

Voir aussi : <https://www.youtube.com/watch?v=9ggZj78gohw>



4.

ABAQUE DE RÉGNIER

ABAQUE DE RÉGNIER

OBJECTIFS : SE POSITIONNER, ARGUMENTER

Ce que cela permet :

- Exprimer ses représentations personnelles
- Susciter une discussion sur les points de vue de chacun (pas de recherche de consensus)

Matériel nécessaire

- En présentiel : les 5 cartes état d'esprit (à défaut des post-it ou gommettes de couleurs différentes), un tableau/paper board et feutres pour noter les assertions et les réponses des participants
- En distanciel : préparer un tableau et des gommettes Smiley pour remplir sous Middlespot (<https://middlespot.com/?ref=outilstice.com>)

Durée

- Environ 30 min





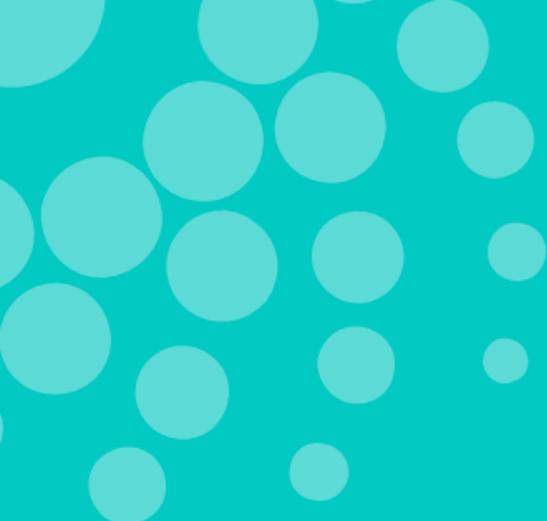
ABAQUE DE RÉGNIER

OBJECTIFS : SE POSITIONNER, ARGUMENTER

Nombre de participants: idéalement de 6 à 8

Déroulé:

- L'animateur explique que chaque participant doit, à l'aide des cartes état d'esprit, donner son avis sur un item donné. Il explique également chaque carte pour permettre à chacun de se positionner
- L'animateur annonce les différents items. Après chaque énonciation, les participants se positionnent à l'aide de leurs cartes
- L'animateur saisit, dans les cases du tableau réalisé à cet effet, les positionnements. Cette étape s'effectue en silence, sans argumentation ni discussion
- Pour commencer à débattre autour de chaque item, l'animateur donne d'abord la parole aux personnes s'étant positionnées avec « oui, je suis d'accord ». Cela permet de mettre le groupe en confiance. Par la suite, il alternera les personnes s'étant positionnées avec les différents cartes, afin de favoriser la discussion.



5.

CARTE D'ESPRIT

CARTE D'ESPRIT

OBJECTIFS : FAVORISER L'EXPRESSION, SYNTHÉTISER

Ce que cela permet :

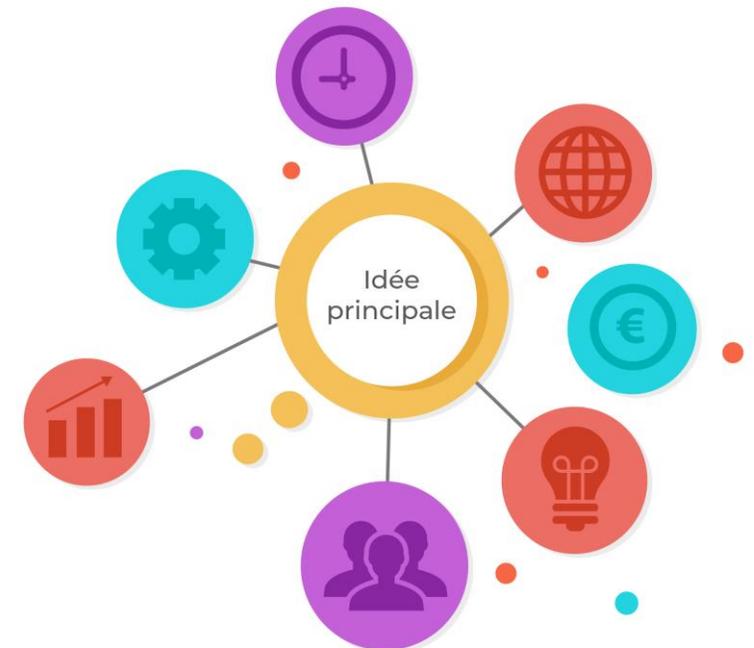
- D'aider à la réflexion, la synthèse, la mémorisation, l'expression ainsi qu'à l'expression des représentations

Matériel nécessaire

- En présentiel : un tableau/paper board, des feutres de couleurs différentes
- En distanciel : de nombreux outils en ligne ou logiciels gratuits existent (mots clé : mindmap, carte mentale)

Durée

- Environ 30 min





CARTE D'ESPRIT

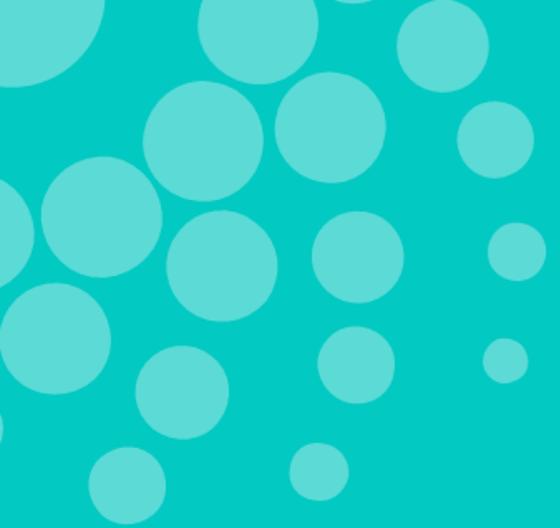
OBJECTIFS : FAVORISER L'EXPRESSION, SYNTHÉTISER

Nombre de participants: à partir de 2

Déroulé:

- L'animateur dessine ou note au centre du tableau une image ou un titre représentant le thème traité puis autour de l'image centrale, seront ajoutées des idées par rapport à ce thème en faisant appel au vécu, à l'expérience et connaissances des participants
- Les participants sont libres d'utiliser des codes, symboles, mots et phrases clés..., des couleurs, des branchements, connexions, liens, flèches...

Voir aussi : <https://www.youtube.com/watch?v=vFWoWZFDKB8>



6.

ETUDE DE CAS



ÉTUDE DE CAS

OBJECTIFS : ANALYSER, DÉVELOPPER DES STRATÉGIES, MOBILISER DES CONNAISSANCES

Ce que cela permet :

- De prendre conscience des savoirs existants
- D'élaborer des stratégies

Matériel nécessaire

- En présentiel/distanciel : fiche étude de cas (peut être lue par l'animateur)
- En présentiel : tableau, feutres pour noter les idées clés

Durée

- Jusqu'à 1 h



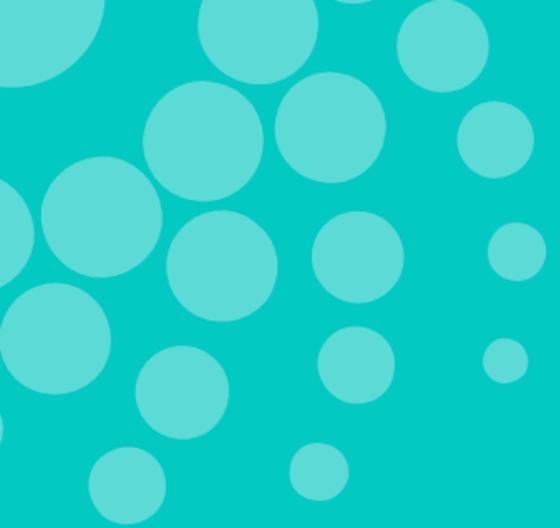
ÉTUDE DE CAS

OBJECTIFS : ANALYSER, DÉVELOPPER DES STRATÉGIES, MOBILISER DES CONNAISSANCES

Nombre de participants: idéalement de 4 à 8

Déroulé:

- L'animateur propose une étude de cas à traiter en individuel ou en binôme
- Un temps est donné par l'animateur pour ce travail
- Les participants lisent tout à tour leurs études de cas et font remonter leurs remarques et répondent aux questions posées.
- Le groupe discute des réponses afin de faire émerger différentes stratégies à adopter
- L'animateur note les idées clé et fait une synthèse avec le groupe



7.

MISE EN SITUATION



MISE EN SITUATION (JEU DE RÔLE)

OBJECTIFS : ANALYSER, DÉVELOPPER DES STRATÉGIES, ARGUMENTER

Ce que cela permet :

- Prendre conscience de ses attitudes
- Analyser une situation dans sa complexité
- Favoriser une évolution des attitudes
- Elaborer des stratégies

Matériel nécessaire

- Pas de prérequis

Durée

- Environ 30 min



MISE EN SITUATION (JEU DE RÔLE)

OBJECTIFS : ANALYSER, DÉVELOPPER DES STRATÉGIES, ARGUMENTER

Nombre de participants: idéalement de 4 à 8

Déroulé:

- Le contexte, le thème, la situation et les personnages sont déterminés soit par l'animateur, soit par un membre du groupe qui propose l'analyse d'une situation qu'il a vécue et qui lui a posé problème. Si la situation choisie a été vécue par un participant, celui-ci ne doit pas être acteur dans le jeu
- Les rôles sont répartis entre les participants et ils disposent de 5 min pour les préparer
- Une partie du groupe observe silencieusement pendant que l'autre partie joue la situation
- Après le jeu, chaque personne exprime ce qu'elle a ressenti dans l'ordre suivant :
 - les acteurs
 - le participant qui a proposé la situation
 - les observateurs
- L'animateur propose un temps de réflexion plus ou moins dirigé. Il peut proposer : « quelles sont les recommandations que vous vous faites à vous-mêmes concernant cette situation ? »...

MERCI
DE VOTRE ATTENTION



PLANETH Patient

Plateforme Normande
d'Éducation Thérapeutique

