

Mon petit vélo

Objectif

L'objectif de cette activité est d'identifier sa manière de faire et d'agir.

Cet outil métaphorique permet de prendre le temps de réfléchir sur soi-même et ses valeurs, pour établir sa manière de faire et d'agir et approcher la terre intérieure de la femme ou de l'homme que nous sommes. Il est à la fois très simple et très lisible. Sa forme fait appel à des représentations très accessibles pour tous les publics. Il offre une certaine souplesse d'utilisation.

Déroulement

- *Introduction* (10 mn) : Expliquez les objectifs et distribuez à chaque participant une photocopie de la page 2 de ce document avec l'image du vélo.
- *Réflexion individuelle* (20 mn) : Invitez chaque participant à noter, individuellement, sur une feuille de papier des éléments correspondants aux différentes parties du vélo : *cadre* = mes références, mes valeurs ; *guidon* = ce qui me guide, etc.
- *Mise en commun en équipe* (30 mn) : partage des réflexions de chacun. Le but est de faire émerger une vraie rencontre, par des échanges fructueux où l'on se met un peu en danger, (une confiance préalable doit avoir été préalablement établie dans le groupe).

Note : Dans la restitution en équipe, les participants sont libres de partager seulement une partie de ce qu'ils auront pu découvrir. Le partage collectif et volontaire des éléments de ce travail d'auto-positionnement doit être laissé à la libre appréciation des participants. D'ailleurs, pour garantir ce cadre de confiance, il est bon que le formateur, au même titre que les membres du groupe participe à l'activité.

Conclusion (2)

«Nous nous étions enfin rencontrés. On chemine longtemps côte à côte, enfermé dans son propre silence, ou bien l'on échange des mots qui ne transportent rien. Mais voici l'heure du danger. Alors on s'épaule l'un à l'autre. On découvre que l'on appartient à la même communauté. On s'élargit par la découverte d'autres consciences. On se regarde avec un grand sourire. On est semblable à ce prisonnier délivré qui s'émerveille de l'immensité de la mer. » Antoine de Saint Exupéry

Références

1. François Muller @ 2000- d'après André de Peretti, Techniques pour communiquer, Hachette, p.78, <http://francois.muller.free.fr/diversifier/index.htm>
2. Antoine de Saint Exupéry. Terre des Hommes 1939. Gallimard p43

Mon petit vélo

Notez à partir du dessin ci-dessous des indications à votre propos : *Cadre* = mes références, mes valeurs ; *Selle* = ce sur quoi je me repose ou m'équilibre ; *Porte-bagage* = mes ressources, mes réserves, etc. Cet exercice a surtout pour but de vous aider à faire le point sur vous-même. Dans un deuxième temps vous pourrez partager les réflexions que vous voudrez avec votre équipe.

