

# **LA SANTE AU CŒUR DES JEUNES**

## **CLARIFICATION DES VALEURS**

**EN SANTE**

**FICHER GUIDE**

**Janvier 2002**

**Une collaboration de**

**CLPS du Hainaut Occidental  
CLPS de Mons/Soignies  
Entre-Vues Asbl  
Observatoire de la Santé du Hainaut**

**Avec le soutien de**

**La Région wallonne  
La Communauté française  
Wallonie Belgique  
La Province de Hainaut**

# TABLE DES MATIERES

<b>PREAMBULE</b> .....	<b>3</b>
<b>1. INTRODUCTION</b> .....	<b>4</b>
1.1. POURQUOI CLARIFIER LES VALEURS EN PROMOTION DE LA SANTÉ ?.....	4
1.2. COMMENT CE FICHER-GUIDE A-T-IL ÉTÉ PRODUIT ?.....	5
<b>2. LA PEDAGOGIE HUMANISTE A LA RENCONTRE DE LA PROMOTION DE LA SANTE</b> .....	<b>6</b>
2.1. UN MODÈLE HOLISTIQUE D'ÉDUCATION POUR LA SANTÉ.....	6
2.2. DES OUTILS, DES DISPOSITIFS ET DES EXERCICES D'ANIMATION.....	9
<b>3. CADRE CONCEPTUEL</b> .....	<b>10</b>
3.1. QU'EST-CE QU'UNE VALEUR ?.....	10
3.2. LE MODÈLE HUMANISTE DE LA CLARIFICATION DES VALEURS.....	11
3.3. LE MODÈLE ÉCOLOGIQUE D'INTERVENTION EN PROMOTION DE LA SANTÉ.....	12
3.4. DES DEUX MODÈLES.....	13
<b>4. GESTION DES RISQUES LIES A L'IMPLICATION PERSONNELLE</b> .....	<b>14</b>
4.1. IMPLICATION PERSONNELLE.....	14
4.2. L'EXPRESSION DES ATTENTES ET DES CRAINTES.....	14
4.3. L'ENGAGEMENT DES MEMBRES DU GROUPE.....	15
<b>5. LE FICHER</b> .....	<b>16</b>
FICHE 1 : ORGANISATION PRATIQUE DE LA FORMATION.....	17
<i>Mise en place du dispositif</i> .....	17
<i>Recommandations aux animateurs</i> .....	18
FICHE 2 : LE MOI DECHIRE.....	19
FICHE 3 : LES MOTS TUEURS.....	21
FICHE 4 : LA PLANETE.....	23
FICHE 5 : LE PHOTOLANGAGE.....	25
FICHE 6 : LE BLASON.....	27
FICHE 7 : LE RAISON DE CONTENTEMENT.....	31
FICHE 8 : FEEL WHELL.....	33
FICHE 9 : AUTOLOUANGE.....	35
FICHE 10 : SONDAGE DES VALEURS.....	37
FICHE 11 : CHOIX RESTREINT, CHOIX NUANCE.....	39
FICHE 12 : LE MUR DU SILENCE.....	41
FICHE 13 : L'HORLOGE VIVANTE.....	43
FICHE 14 : TRANCHES DE VIE.....	45
FICHE 15 : L'INCENDIE.....	48
FICHE 16 : LE CONTE.....	51
FICHE 17 : LE DILEMME.....	54
FICHE 18 : L'ECHELLE DES VALEURS.....	58
FICHE 19 : LE DRAME.....	61
FICHE 20 : LE CAFE SANTE.....	64
FICHE 21 : LE CONTRAT AVEC SOI-MEME.....	67
FICHE 22 : RECHERCHE DE SOLUTIONS AVEC L'AIDE DU GROUPE DE PAIRS.....	69
FICHE 23 : ETHICA.....	72
FICHE 24 : LE PACTE NARRATIF.....	76
FICHE 25 : LES SIX CHAPEAUX.....	79
FICHE 26 : EVALUATION.....	81
FICHE 27 : BIBLIOGRAPHIE.....	83

## PREAMBULE

Ce fichier-guide est le résultat d'une auto-formation collective réalisée en partenariat entre l'Observatoire de la Santé du Hainaut, l'Observatoire Régional de Santé de Picardie et l'ASBL Entre-Vues dans le cadre du programme la Santé au Cœur des jeunes.

Cette formation s'inscrit dans les prolongements d'une recherche internationale consacrée à la prévention des maladies cardio-vasculaires. A la suite d'une enquête épidémiologique classique, un forum<sup>1</sup> a été organisé pour établir les recommandations d'un programme de démonstration visant la mise en place de changements durables en faveur de la promotion de la santé du cœur des jeunes. Lors des échanges, une préoccupation commune a traversé les différents ateliers : la question des valeurs qui sous-tendent les interventions de santé auprès des jeunes. Le projet a débouché sur une proposition de formation des éducateurs de jeunes à la clarification des valeurs en matière de santé. Le comité de pilotage qui a guidé l'ensemble du dispositif a confié à Geneviève Houioux la coordination d'une formation de formateurs.

Le groupe s'est entouré de Cathy Legros Inspectrice de la Communauté française du cours de morale non confessionnelle de la Communauté française, Membre fondatrice de l'asbl Entre-Vues pour :

- comprendre le cadre conceptuel et méthodologique de la pédagogie humaniste,
- s'approprier les pratiques de clarification des valeurs et d'éducation à la citoyenneté développées dans les publications et formations initiées par l'ASBL Entre-vues
- et, adapter des exercices à des situations spécifiques de santé publique.

La formation avait pour objectifs de :

- clarifier les valeurs des futurs formateurs notamment en termes de modèles de promotion de la santé de manière à
- aider les éducateurs à clarifier leurs valeurs et leurs modèles implicites en tenant compte du fait qu'ils n'ont pas les références des formateurs en promotion de la santé
- former des « éducateurs » à utiliser des méthodes et des outils de clarification des valeurs dans la promotion de la santé des jeunes dans une optique d'« empowerment »

Le module de formation s'inscrit dans une perspective humaniste qui s'oppose aux approches biomédicales et comportementalistes souvent pratiquées dans ce domaine.

Le groupe de formation était constitué des acteurs du programme « La santé au cœur des jeunes », à savoir Mmes et MM. Pierre Bizel, Karine De Jonghe, Brigitte Dupont, Daniel Grodos, Geneviève Houioux, Véronique Janzyk, Françoise Picqué, Dany Simon (Observatoire de la Santé du Hainaut), M. Tien Nguyen (Centre Local de Promotion de la Santé du Hainaut occidental), Mme Véronique Bouttin (Centre Local de Promotion de la Santé des Arrondissements de Mons et de Soignies), Mmes Hélène Eydt et Odile Varlet (Institut de formation en Soins Infirmiers - Saint-Quentin) et M. Michel Andrien (Université de Liège).

---

<sup>1</sup> Picqué F. et coll. : **La Santé au cœur des jeunes en Hainaut : de l'analyse à l'action**. Observatoire de la Santé du Hainaut. 47p. Novembre 2000

# 1. INTRODUCTION

## 1.1. POURQUOI CLARIFIER LES VALEURS EN PROMOTION DE LA SANTÉ ?

Nos valeurs influencent les choix que nous opérons en matière de promotion de la santé

Trop souvent, les professionnels de santé s'expriment peu au sujet des valeurs qui guident leurs actions. Or s'il est bien un domaine qui n'est pas neutre, c'est celui de la promotion de la santé. La promotion de la santé n'échappe pas aux courants philosophiques divergents, aux querelles d'écoles et aux différends méthodologiques. Ce sont ces clivages que nous avons voulu affronter sans tabou, avec tolérance et parfois avec passion.

Les approches en promotion de la santé peuvent être classées selon un modèle simple permettant une comparaison des objectifs, des pratiques, des valeurs et des méthodes d'évaluation. Ewles et Simnett distinguent ainsi l'approche médicale, l'approche comportementale, l'approche éducationnelle, l'approche par l'*empowerment* et l'approche sociale. C'est cette classification qui nous a servi de cadre de référence tout au long des travaux.

**L'approche médicale** vise l'absence de maladies ou d'handicaps. Les interventions se centrent sur les pratiques médicales (dépistage) pour prévenir ou améliorer la santé. La valeur de référence est la compliance aux traitements et aux prescriptions médicales. L'évaluation se décline en termes de diminution des indicateurs de santé (mortalité, morbidité, incidence, prévalence, etc.). Les normes sont définies par les professionnels de la santé.

**L'approche comportementale** vise les habitudes individuelles et les styles de vie. Les interventions se centrent sur l'acquisition ou le changement de comportements utiles au développement de modes de vie sains. La valeur de référence est définie par les professionnels de la santé. L'évaluation mesure les changements de comportements.

**L'approche éducationnelle** vise l'acquisition de connaissances individuelles, le développement d'attitudes et l'acquisition d'aptitudes favorables à la santé. Les méthodes englobent à la fois l'information, la clarification des valeurs et le développement d'aptitudes. Les valeurs défendues reposent sur le libre arbitre et la responsabilité individuelle. Libre à chacun de modifier sa hiérarchie des valeurs, en toute autonomie.

**L'approche par l'*empowerment*** vise à redonner du pouvoir aux individus et aux groupes. Les pratiques concernent le renforcement, l'autonomie de choix et d'action. La valeur commune réside dans l'égalité de chacun - expert et usagers. L'évaluation se rapporte aux diverses productions des groupes et aux processus générés par l'action commune.

**L'approche sociale** vise à la fois les changements de l'environnement physique et de l'environnement social. Les pratiques ressortent de l'action sociale communautaire et des actions politiques. Les valeurs en jeu sont les droits et besoins des communautés à vivre dans des milieux favorables à la santé. Les valeurs sont issues des groupes.

Clarifier ses valeurs dans un groupe de formateurs et d'animateurs en promotion de la santé mise d'emblée sur l'autonomie et la responsabilité individuelle et collective des acteurs de terrain.

## 1.2. COMMENT CE FICHER-GUIDE A-T-IL ÉTÉ PRODUIT ?

La production de ce fichier-guide répond à une demande formulée à l'occasion du Forum sur la santé des jeunes qui s'est tenu à Mons le 28 mai 1999, dans le cadre du programme « La santé au cœur des jeunes », piloté par l'Observatoire de la Santé du Hainaut.

Fin 1999, contact a été pris par le groupe de pilotage du programme « La santé au cœur des jeunes » avec Cathy Legros de l'asbl Entre-Vues. Elle est l'auteur de nombreux articles sur la clarification des valeurs dans le cadre de la pédagogie humaniste, qui est le socle du cours de morale non confessionnelle dans l'enseignement secondaire officiel.

De ce contact entre des spécialistes de la promotion de la santé et une spécialiste de la pédagogie humaniste est né le projet d'une formation de formateurs en clarification des valeurs dans le domaine de la promotion de la santé.

Cette formation de formateurs s'est déroulée à l'occasion de trois séminaires-ateliers résidentiels qui se sont tenus à Soumoy, les 16 mai, 26 et 27 juin, 27, 28 et 29 septembre 2000.

Dans un premier temps, les treize participants à ces séminaires-ateliers ont bénéficié d'un apport théorique relatif aux méthodes, aux pratiques de la pédagogie humaniste et de la clarification des valeurs.

Les exercices ont été suivis d'une phase d'appropriation de la méthodologie par les participants à la formation et ce, dans la perspective d'une adaptation de celle-ci à des situations de formation et d'animation en promotion de la santé.

Cette production collective a ensuite été développée et remise en forme par un comité de rédaction, qui, au terme de son travail, a soumis le fichier-guide à la relecture critique de tous les participants aux séminaires-ateliers.

Le fichier-guide se présente aujourd'hui dans une version expérimentale qui doit encore faire l'objet d'essais contrôlés sur le terrain.

A l'issue de ces essais, une publication du fichier-guide est envisagée, à l'intention des formateurs et des animateurs qui voudraient suivre la voie périlleuse, mais combien exaltante, de la clarification des valeurs en promotion de la santé.

### Pour en savoir plus

Bury J.A : Education pour la santé : concepts, enjeux, planification. Editions Deboeck Université, Collection Savoirs et Santé 1988

Downie R. S. -Tannahill C. -Tannahill A. : Health promotion. Models and values. Oxford Medical Publications. Oxford University Press. Oxford 2d edition 1999

Ewles, L. - Simnett, I. : Promoting health. A practical guide. Ballière Tindall. London 4<sup>th</sup> edition 1999

Naidoo, J. - Wills, J. : Health promotion. Foundation for the practice. Ballière. Tindall. London 3th edition 1996

## 2. LA PEDAGOGIE HUMANISTE A LA RENCONTRE DE LA PROMOTION DE LA SANTE

### 2.1. UN MODÈLE HOLISTIQUE D'ÉDUCATION POUR LA SANTÉ

Depuis une douzaine d'années s'est développé un mouvement de recherche et d'innovation pédagogiques impulsé par les inspecteurs de morale de la Communauté française dans le cadre de la formation continue qui a abouti à la création de nombreux dispositifs de pédagogie humaniste, de clarification des valeurs et d'éducation à la citoyenneté. Ces méthodes ont été intégrées à la pratique des enseignants de morale. Ce mouvement est à l'initiative de la revue trimestrielle pour une pédagogie de la morale *Entre-vues* créée en 1989. Les responsables de ce courant publient articles et dossiers dans la revue et animent des stages pédagogiques.

Quel est dès lors le fondement théorique et méthodologique auquel renvoie cette animation ? La rencontre avec l'équipe des formateurs de l'OSH a permis la création d'un modèle original d'éducation à la santé résultat de l'articulation de deux modèles complémentaires, le modèle de pédagogie humaniste utilisé en éducation morale et le modèle écologique utilisé en promotion de la santé publique. Tous deux pivotent autour d'un axe commun : un objectif identique, le développement de « l'empowerment », cette capacité d'être acteur de sa vie personnelle et collective. Le modèle humaniste détermine les stades et étapes de maturation personnelle liées à cette conquête de l'autonomie, le modèle écologique détermine les sphères d'implication qui doivent être prises en compte pour qu'elle puisse se manifester par l'action dans le monde.

#### a) NOTION DETERMINANTE : EMPOWERMENT

Clé de voûte de l'animation, l'empowerment permet d'insuffler les ressources pédagogiques de l'éducation morale dans la promotion de la santé.

De plus en plus s'opère en éducation santé une rupture avec le modèle comportementaliste déterministe qui cherche à induire des attitudes positives en matière de santé publique faisant appel à la peur, à la contrainte, à la manipulation ou à la séduction. Signe de cette mutation, le livre de P. Lecorps et J.B. Paturet « Santé publique. Du Biopouvoir à la démocratie ». Les auteurs dressent une analyse radicale du béhaviorisme qui sous-tend les politiques de santé publique dans leur prétention à prévenir et maîtriser les comportements « déviants » par des mesures de propagande, de prévention et de réglementation autour du tabac, du SIDA, des drogues, de la sécurité routière, ... au nom de la médecine et de l'économie, en niant l'être humain comme sujet de désir, prêt à s'investir dans ce qui peut donner sens à sa vie au risque même de sa mort. Les politiques de santé doivent renoncer à leur fantasme de totale maîtrise et gestion de « la vie nue » (Bios) sans considération des sujets-humains et s'orienter vers la promotion de l'autonomie des personnes.

Reprenant la phrase de Patochka « Le monde sera sauvé par la solidarité des ébranlés », ils insistent aussi sur la nécessité de redonner la parole à ceux qui, plus que d'autres, alcooliques, drogués, délinquants, ... somatisent le mal-être d'une société en perte de sens et de valeur.

Ils enjoignent les « professionnels de la santé » non de décider à la place des sujets désirants, de leur réinsertion voire de leur bonheur mais de mettre en place les conditions de possibilités pour que chacun puisse devenir auteur de sa vie personnelle et collective, agir sur son environnement et s'investir dans la vie publique. La citoyenneté nécessite donc

toujours des espaces, des lieux et des temps où se débattent les significations communes, où peut s'élaborer et se construire collectivement le sens. Et où au préalable est pris en compte l'expression de la détresse, la restauration d'une image positive de soi, condition nécessaire de toute réconciliation avec la société, la volonté d'être concerné par ses manières de vivre et d'agir dans toutes les dimensions de son existence et en particulier celui de leur santé, la stimulation d'une culture de l'engagement et de la responsabilité par rapport à soi-même, autrui proche, autrui sociétal plus lointain. « Nous sommes tous condamnés à la question du sens ». La reconnaissance de la citoyenneté pourrait donc être définie comme la rencontre de l'éthique et du politique, rencontre complexe, jamais définitive parce qu'elle met en jeu le désir de combler le manque. Rêve de puissance, de bonheur absolu et de jouissance immédiate à laquelle il faut renoncer pour accepter la finitude, la maladie, la vieillesse, la mort, ... liés à la condition humaine. Cela change considérablement les objectifs en promotion de la santé puisqu'il s'agit désormais non de décider de politiques de prévention et de promotion de la santé mais de construire avec les populations des problématiques et des solutions aux problèmes de santé publique afin d'établir collectivement les règles du vivre ensemble.

« La citoyenneté serait donc cette possibilité de connaître et de maîtriser personnellement, individuellement et collectivement les conditions d'existence comme auteur de sa vie personnelle, mais aussi comme agent de la vie politique, économique et culturelle dans son lieu de résidence, sa cité, sa nation et le monde ouvert à son entreprise ». Belle définition qui confère à la notion d'empowerment en éducation santé toute son extension, sa portée et son ampleur significative.

Et c'est en s'inscrivant dans ce retournement de perspective remarquablement étayée par P. Lecorps et J.B. Paturet que les formateurs impliqués dans le projet « La santé au cœur des jeunes » se sont tournés vers la pédagogie de la morale pour y puiser des outils de travail appropriés au développement de l'empowerment. Ils ont accepté d'accompagner les adolescents dans ce questionnement sur le sens de leur existence et de leurs actes auxquelles les renvoie inévitablement la mise en jeu de leur santé et de leur bien-être en ne négligeant pas de s'y confronter personnellement eux aussi. Cohérence oblige. L'animateur ne dispose plus des « bonnes réponses ».

#### b) MODELE D'EDUCATION MORALE

La pédagogie de la morale et le modèle d'éducation morale dont il est question, l'ARBRE EN EVENTAIL ciblent plus précisément l'empowerment en terme de RESPONSABILITE ETHIQUE ET CITOYENNE définie comme capacité de choisir ses valeurs et de les mettre en œuvre comme des actions et des projets, dans sa vie personnelle et sociale. C'est donc à travers des valeurs conscientisées et librement réfléchies que les sujets vont pouvoir déterminer les sens qu'ils veulent donner à leur vie (voir textes définissant les valeurs).

Ce modèle pédagogique définit les étapes du développement moral du sujet, en fonction desquelles il structure une démarche accompagnée d'exercices destinés à favoriser et accompagner celui-ci dans cette croissance ou maturation :

- Enracinement dans le sentiment d'identité et d'appartenance à l'humanité.
- Puis, construction d'un pilier de stabilité affective lié à la capacité de se relier à soi dans une attitude d'authenticité, de confiance et d'estime de soi ainsi que de communiquer positivement avec les autres
- C'est sur ce tronc solide que peut se déployer la capacité de choisir ses valeurs et de s'engager en conséquence selon les trois branches affectives, cognitives et actives

constitutives d'une valeur complète. Capacité qui détermine l'élaboration progressive d'une morale personnelle autonome :

- la branche affective vise un attachement émotif relevant de l'authenticité d'une adhésion personnelle
- la branche cognitive vise un choix de valeur affirmé dans l'ordre du jugement rationnel susceptible de valoir pour tous les hommes et d'être universalisable
- la branche active vise une volonté de poser des actes cohérents et un projet de vie conforme aux valeurs invoquées

Il ne suffit donc pas d'avoir choisi une valeur après réflexion rationnelle, il faut encore y être attaché et la manifester dans des comportements cohérents pour qu'elle soit complète, ce qui implique de développer certaines compétences comme « choisir librement, choisir parmi les alternatives, évaluer les conséquences, être attaché, affirmer, agir selon ses choix, répéter, etc. ».

- Cette autonomie morale acquise permet alors de s'ouvrir à l'engagement dans l'espace public pour viser le bien commun universalisable, valable pour tous les hommes. Enjeu : le dépassement des divergences de valeurs individuelles pour assumer sa responsabilité de citoyen et faire vivre la démocratie.

Pour comprendre l'origine de ce modèle inspiré de la « Clarification des valeurs » dont nous avons étendu et élargi l'application, et les raisons qui nous ont amenés à l'instituer à la base de nos pratiques d'éducation morale, à savoir la place accordée à l'éducation affective et au travail sur les valeurs, qui sont devenus notre spécificité, voir note 1 ci-jointe et article dans *Entre-vues* n°39-40 « Histoire d'une révolution copernicienne et d'une recherche pédagogique dans l'enseignement du cours de morale en Communauté française de Belgique » par Cathy Legros, pp. 10, 43.

- c) L'apport du MODELE ECOLOGIQUE est de définir précisément des espaces d'engagement du sujet vers les autres et le monde, l'incitant à considérer non seulement son bien-être, sa santé et son épanouissement personnels mais aussi la santé de tous mises en jeu à la fois dans son environnement proche et lointain, et cela par des attitudes et dispositions collectives et citoyennes.

Il permet d'éviter une compréhension restrictive de la formation morale réduite à la seule construction d'une éthique personnelle basée sur des valeurs individuelles, négligeant la transformation de l'environnement proche et lointain ainsi que le travail institutionnel et législatif qui interviennent comme facteurs déterminants dans la promotion de la santé.

Ce modèle écologique nous a amenés à concevoir dans notre modèle holistique pour une éducation à la santé une progression entre les différentes sphères d'engagement en partant de la morale personnelle vers l'engagement social et citoyen.



## 2.2. DES OUTILS, DES DISPOSITIFS ET DES EXERCICES D'ANIMATION

Pour nous résumer, le principe de l'animation est de renvoyer les sujets participants à leur responsabilité personnelle de se transformer et de transformer le monde qui les entoure seul et avec les autres en leur apportant comme outil pour avancer dans la réflexion, le choix et l'engagement d'une sphère à l'autre à travers différents dispositifs et exercices :

- le concept de valeur dans ses trois dimensions (la roue aux trois rayons du petit vélo qui permet d'avancer)
- la visée d'un bien commun (la flèche)

Dernier point sur lequel j'aimerais insister. Cette animation qu'elle s'adresse aux formateurs ou aux éducateurs ne se réduit pas à une simple transmission de « techniques » de communication et de clarification des valeurs à maîtriser, destinées à aborder le public des jeunes : elle est toujours en même temps pour les participants, à travers les exercices proposés, le lieu d'une implication personnelle, d'une réflexion sur leurs valeurs et d'une clarification de leurs choix et engagements comme « professionnels de la santé ». Il n'est pas possible d'amener les jeunes à travailler leurs valeurs si l'on n'est pas soi-même prêt à clarifier ses propres valeurs et à donner sens à son investissement professionnel. Ces qualités d'authenticité et de cohérence sont requises par la philosophie humaniste qui inspire cette pédagogie.

L'animation instaure cet « espace de parole où peut s'élaborer collectivement le sens » évoqué par Lecorps et Paturet. Les exercices apportent, par le respect des consignes qu'ils imposent, un cadre formel sécurisant qui permet de structurer cette réflexivité sur soi-même avec les autres dont les résultats sont toujours imprévisibles et déterminés par la créativité du groupe.

Mais ils ne peuvent absolument pas être utilisés par les formateurs pour manipuler les consciences, induire des contenus jugés « corrects », « valables », acceptables et soumettre les autres réponses à la critique. Une déontologie rigoureuse s'impose en la matière. L'animateur fera porter son exigence sur les consignes qui structurent l'exercice mais non sur les contenus de valeurs qu'ils font émerger.

### 3. CADRE CONCEPTUEL

Abordons maintenant quelques définitions de la « valeur ». Elle vous donne également la vision qu'ont les auteurs du fichier-guide des modèles qui sous-tendent leur approche de la clarification des valeurs en promotion de la santé.

Ces modèles sont d'une part le modèle humaniste de la clarification des valeurs et, d'autre part, le modèle socio-écologique d'intervention en promotion de la santé.

Les auteurs du guide ont tenté d'articuler ces deux modèles : quelques schémas vous permettront de mieux comprendre leur démarche.

#### 3.1. QU'EST-CE QU'UNE VALEUR ?

Claude PAQUETTE définit ainsi la valeur. « Une valeur est intimement liée à l'individu et à sa conduite. Elle est intérieure à l'individu et elle nomme ses gestes quotidiens (...). La valeur nomme l'individu et légitime ses gestes. Elle traduit souvent ce qu'il y a de plus profond en lui. Par contre, il convient de noter qu'une valeur individuelle n'est pas statique. Au fur et à mesure de nos expériences de vie, elle se consolide ou encore elle se transforme. En fait, il s'agit de prendre les valeurs pour ce qu'elles sont, c'est-à-dire des références déterminantes pour la conduite d'une vie. »

Le même auteur définit « huit critères » pour identifier une valeur complète :

1. Elle est un choix pour l'individu.
2. L'individu a une connaissance des conséquences du choix de cette valeur.
3. Elle est observable dans les gestes quotidiens.
4. Elle donne un sens, une direction à son existence.
5. L'individu y est attaché.
6. L'individu l'affirme publiquement.
7. L'individu s'implique publiquement dans des activités qui en font la promotion.
8. Pour l'individu, il y a une forte interaction entre sa vie personnelle et sa vie professionnelle.

(Claude Paquette, Analyse de ses valeurs personnelles, S'analyser pour mieux décider, Victoriaville, CIF, 1982, p. 213.)

*« Nous considérons comme valeur tout ce qu'il nous importe fondamentalement de réaliser, tout ce qui donne un sens à la vie. »*

**KERLINGER**

### 3.2. LE MODÈLE HUMANISTE DE LA CLARIFICATION DES VALEURS

Le **modèle humaniste** est un modèle interprétatif de la construction des valeurs.

Une approche positive de soi et des autres est la base du développement personnel et de l'adhésion de la personne à des valeurs. Cette approche positive de soi et des autres (*le tronc de l'arbre de la construction des valeurs*) dépend de la capacité de la personne à s'ouvrir à l'autre (*les racines de l'arbre*), mais aussi de facteurs d'environnement qui peuvent se révéler favorables ou défavorables.

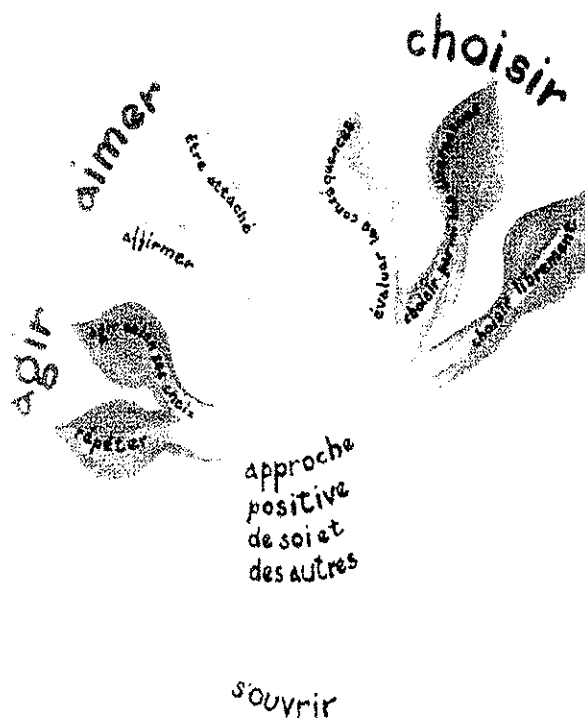
L'arbre de la construction des valeurs peut alors s'ouvrir dans trois directions (*le feuillage de l'arbre*):

- **Aimer** : affectionner ses valeurs et les affirmer.
- **Choisir** : choisir librement ce à quoi on tient, choisir parmi des alternatives et évaluer les conséquences de ses choix.
- **Agir** : agir selon ses choix et répéter dans la vie quotidienne ce mode d'agir.

Le modèle humaniste situe donc la valeur comme le résultat d'une quête personnelle, dans un mouvement qui porte la personne à s'ouvrir aux autres, tout en progressant vers une plus grande autonomie de ses choix.

Il postule qu'il est possible d'aider la personne à clarifier ses valeurs et à orienter sa vie en fonction de choix dès lors clairement établis.

La personne a en elle les ressources nécessaires à sa propre évolution. L'aider à clarifier ses valeurs implique une attitude de respect et d'absence de jugement.



### 3.3. LE MODÈLE ÉCOLOGIQUE D'INTERVENTION EN PROMOTION DE LA SANTÉ

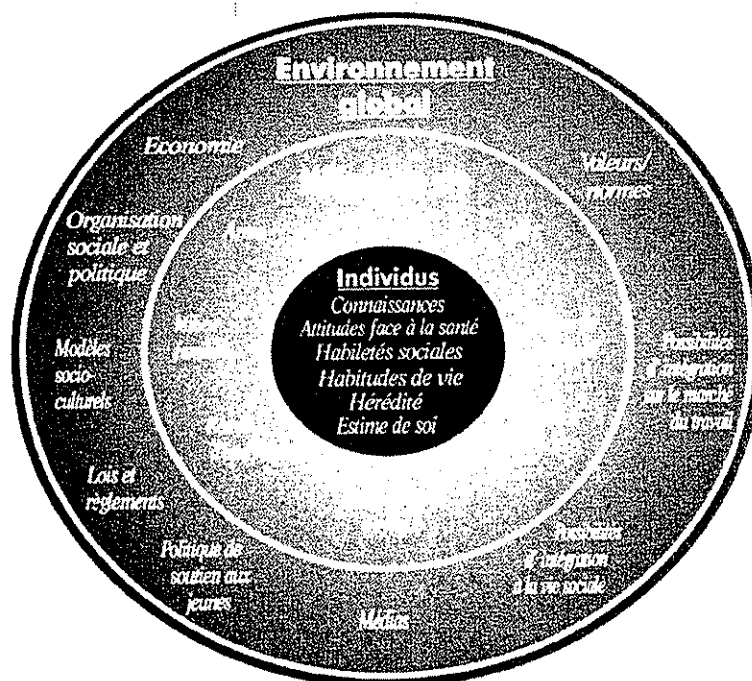
Le **modèle écologique** est un modèle de la promotion de la santé. Il nous aide à formuler des pistes d'actions visant les déterminants de la santé appréhendée dans ses dimensions biologiques, psychologiques et sociales.

Il nous enseigne qu'une action de promotion de la santé qui se veut efficace vise à la fois l'individu, le milieu de vie de cet individu et l'environnement socio-économique global.

L'**individu**, la personne humaine, est central dans le processus de promotion de la santé. Son comportement est influencé par ses connaissances, ses habiletés, ses attitudes, ses valeurs, son estime de soi, mais aussi par son hérédité. La promotion de la santé vise à modifier certains de ces facteurs individuels ou, à tout le moins, à en tenir compte. Dans notre perspective, la personne est considérée comme l'acteur principal de son évolution personnelle.

Le **milieu de vie** détermine pour une bonne part les facteurs individuels : la famille, l'école, les lieux de loisirs, les groupes de pairs, le milieu de travail influencent inévitablement le comportement humain dans un sens favorable ou non à la santé. La promotion de la santé a donc aussi pour but de construire des milieux de vie favorables à la santé, avec le concours des individus et des collectivités qui les composent. C'est dans le cadre d'une communauté partageant un même milieu de vie que la personne devient acteur du changement.

L'**environnement socio-économique global** détermine les modes de vie des populations en agissant sur les représentations individuelles et collectives ainsi que sur la qualité des milieux de vie. La promotion de la santé vise donc à rendre cet environnement global plus favorable à la santé par l'action collective et le plaidoyer auprès des décideurs politiques et économiques. Là, la personne devient agent de changement à travers l'exercice de la citoyenneté. La promotion de la santé est sous-tendue par des valeurs, explicites ou implicites, qui orientent la volonté de changer l'ordre des choses à ces trois niveaux.



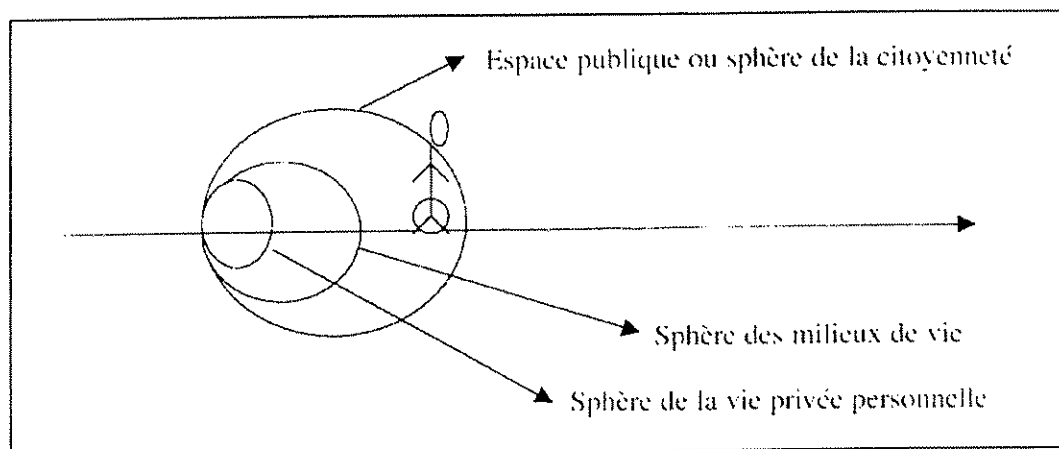
## DES DEUX MODÈLES

Au carrefour des deux modèles se situe le concept d'« **empowerment** », concept difficile à traduire en français, mais qui donne sens à la volonté des acteurs de la promotion de la santé de conférer aux gens davantage de pouvoir sur leur vie.

Il s'agit d'aider l'être humain à choisir ses valeurs au travers de la rencontre de l'autre, à aimer ses valeurs, à les défendre et à agir quotidiennement en fonction d'elles. Ainsi formée, la personne humaine devient apte à se transformer elle-même, mais aussi à agir, avec sa communauté, sur son milieu de vie, et pourquoi pas, en tant que citoyen, sur l'environnement global dans lequel évoluent aujourd'hui les sociétés humaines.

Idéalement, l'articulation des deux modèles oriente l'action éducative en promotion de la santé. Elle donne une place importante à l'individu, à son autonomie, dans le cadre d'une interaction constante de cet individu avec ses semblables, tant dans la construction de sa personnalité que dans la recherche d'un mieux-être individuel et collectif.

En ce sens, cette vision de l'« empowerment » rejoint les notions d'approche communautaire et de citoyenneté responsable. A travers les individus qui la composent, la communauté devient en effet actrice de la promotion de la qualité de ses milieux de vie. La dimension citoyenne de la personne humaine confère à celle-ci une influence sur l'environnement socio-économique global.



Armé de ses valeurs, dans leurs dimensions affectives, réflexives et actives, l'individu devient acteur de son évolution personnelle, du développement communautaire et du changement social, dans la perspective d'un mieux-être individuel et collectif.

## 4. GESTION DES RISQUES LIES A L'IMPLICATION PERSONNELLE

### 4.1. IMPLICATION PERSONNELLE

L'implication personnelle est la condition de réussite d'un atelier de clarification des valeurs. L'exploration des valeurs suppose en effet une recherche qui se fonde à la fois sur la rationalité, mais aussi sur l'affectivité.

La personne à la recherche de ses valeurs est amenée à s'interroger sur elle-même, sur les fondements de ses choix, de ses actes, de ses attirances comme de ses répulsions.

Effectuer une clarification de ses valeurs en groupe, c'est prendre le risque de mettre à nu une partie de soi-même, parfois la plus intime, au risque de modifier son image aux yeux des autres et à ses propres yeux.

C'est pourquoi des précautions devraient être prises au préalable. En premier lieu ne devraient s'engager dans un groupe de clarification des valeurs que des personnes volontaires, conscientes des bénéfices, mais aussi des risques que cela représente. Dans tous les cas, il serait bon d'entamer la première journée d'un atelier de clarification des valeurs par une expression des attentes et des craintes de chacun.

### 4.2. L'EXPRESSION DES ATTENTES ET DES CRAINTES

Au début d'un atelier, il est important qu'après s'être présentés, les animateurs posent le cadre de l'atelier et les règles de confidentialité. Ensuite, les participants expriment leurs attentes et leurs craintes. Cette expression leur permettra de se détendre et de se rassurer quant au fait que leurs appréhensions seront prises en compte. Ensuite, elle permettra aux animateurs de clarifier les objectifs de l'atelier et les limites qu'ils entendent poser au travail du groupe.

La méthode que nous proposons est simple. Deux animateurs se chargent d'encadrer la session.

Chaque participant reçoit trois cartons (format : 1/3 d'une feuille A4) d'une couleur et trois cartons d'une autre couleur. Il reçoit également un marqueur à la pointe large et biseauté.

Il est demandé à chaque participant de formuler trois attentes (souhaits) et trois craintes (appréhensions) qu'il ressent à l'entame de l'atelier. Les participants ne sont pas obligés d'utiliser leurs six cartons, mais ils ne peuvent, en tout cas, en obtenir davantage.

Quelques règles d'écriture sont à respecter pour que l'exercice porte ses fruits. La première règle est de ne formuler qu'une seule idée par carton, afin de permettre le classement des idées par un animateur. La deuxième règle est d'écrire trois ou quatre lignes maximum par carton, en caractères majuscules d'imprimerie, afin de pouvoir être lu de tous les participants. La troisième règle est d'écrire sur chaque carton une phrase courte plutôt qu'un mot isolé, afin de mieux se faire comprendre.

Les participants formulent d'abord leurs attentes, puis un animateur récolte les cartons sur lesquels elles sont transcrites. Il en fait un tas, qu'il mélange ostensiblement, faisant ainsi bien comprendre que l'exercice est anonyme.

Les participants formulent ensuite leurs craintes sur les cartons de la deuxième couleur et l'animateur fait de même.

Un des deux animateurs va ensuite lire au public les attentes des participants en leur montrant tour à tour les cartons. Son co-animateur fixe les cartons dans l'ordre où ils viennent sur un tableau de visualisation mobile. Ce faisant, il les classe, avec l'aide des participants, créant des classes conceptuelles à partir des énoncés.

Une fois que tous les cartons sont affichés, les deux animateurs font discuter les participants et interviennent ensuite pour donner leur point de vue.

Ils font de même avec les cartons présentant les craintes des participants.

A l'issue d'un tel exercice, les participants se sentent généralement soulagés. Ils savent ce qu'ils peuvent attendre de l'atelier et ce qu'ils ne peuvent pas en attendre. Ils savent à quoi s'en tenir au sujet des craintes qu'ils ont émises. Même s'ils conservent certaines appréhensions, ils sont confiants parce que celles-ci ont été entendues des animateurs et des autres membres du groupe.

L'atelier peut commencer.

#### **4.3. L'ENGAGEMENT DES MEMBRES DU GROUPE**

L'animateur informe les participants que leur retrait momentané est possible.

L'animateur encouragera chaque membre du groupe à s'impliquer dans les exercices afin d'en tirer la meilleure connaissance possible de lui-même, à travers son propre regard intérieur, mais aussi à travers le regard des autres, miroir déformé d'une réalité impalpable : le cercle de nos valeurs.

Ces précautions prises, l'engagement de tous les membres du groupe est acquis.

## 5. LE FICHER

- Fiche 1** : Organisation pratique de la formation
- Fiche 2** : Le moi déchiré
- Fiche 3** : Les mots tueurs
- Fiche 4** : La planète
- Fiche 5** : Le photolangage
- Fiche 6** : Le blason
- Fiche 7** : Le raisin de contentement
- Fiche 8** : Feel Wheel
- Fiche 9** : Autolouange
- Fiche 10** : Sondage des valeurs
- Fiche 11** : Choix restreint, choix nuancé
- Fiche 12** : Le mur du silence
- Fiche 13** : L'horloge vivante
- Fiche 14** : Tranches de vie
- Fiche 15** : L'incendie
- Fiche 16** : Le dilemme
- Fiche 17** : L'échelle des valeurs
- Fiche 18** : Le drame
- Fiche 19** : Le café santé
- Fiche 20** : Le contrat avec soi-même
- Fiche 21** : Recherche de solutions avec l'aide du groupe de pairs
- Fiche 22** : Ethica
- Fiche 23** : Le pacte narratif
- Fiche 24** : Les six chapeaux
- Fiche 25** : Evaluation
- Fiche 26** : Bibliographie



**FICHE 1****ORGANISATION PRATIQUE DE LA FORMATION****MISE EN PLACE DU DISPOSITIF****Introduction**

Les techniques de clarification de valeurs ne peuvent se réaliser qu'à partir d'une implication personnelle réelle. Les participants vont être amenés à livrer une part d'eux-mêmes. Il s'agira de parler de soi, d'échanger à propos de son vécu, de dire ses attentes, de livrer ses expériences, d'exprimer ses opinions et de partager ses réflexions.

**Lieu**

Choisir un espace dans un local confortable incitant à l'expression et créant une intimité suffisante pour que les participants se sentent à l'aise et en sécurité. Éviter les lieux de passage et les endroits bruyants.

**Taille du groupe**

Pour garantir un travail de qualité, le nombre de participants ne devrait pas excéder 12 à 15 personnes maximum. En dessous de 8 personnes, une dynamique de groupe ne peut se mettre en place. Au-delà de 16 personnes, la participation active de chacun devient difficile.

**Disposition**

Une disposition en cercle, en demi-cercle ou en U facilite les échanges entre participants.

**Matériel**

La boîte à outil de l'animateur contient : du papier blanc, des crayons et des stylos pour les participants. Des rouleaux de recharge pour les tableaux à papier, des feutres de recharge au moins trois couleurs pour les tableaux, du papier collant, des punaises, des épingles, une agrafeuse et des agrafes, une boîte de transparents vierges, des feutres à transparents, des post-it, un rétroprojecteur, une perforatrice, du carton, un écran, des documents en nombre suffisant : fiches exercices, tests, documents supports, cas, grille d'évaluation, etc.

**Animation**

Il est recommandé de co-animer à deux un atelier de clarification des valeurs.

## RECOMMANDATIONS AUX ANIMATEURS

**Objectifs :** Présenter les objectifs de l'exercice aux participants. Expliquer ce qui va se dérouler, pourquoi on le fait et ce que l'on attend d'eux. S'assurer de la concordance entre les attentes des participants et les objectifs de l'atelier (Voir : implication personnelle).

**Consignes :** Les consignes d'exercices seront clairement énoncées, écrites et affichées durant les exercices (tableau, rétroprojecteur, etc.). Elles indiqueront clairement ce que les participants devront faire, étape par étape. Le déroulement de l'exercice sera présenté de manière claire, précise et détaillée séquence par séquence. Les consignes permettront de répondre aux questions suivantes : où, quand, avec qui, comment, pendant combien de temps, etc.

**Règle de confidentialité :** Les techniques utilisées font largement appel au vécu personnel et professionnel des participants. Il faut impérativement garantir que ce qui se dévoilera dans le groupe appartient aux participants et rien qu'à eux. Le contenu des échanges ne doit pas sortir du groupe.

**Droit de passer :** Chacun a droit au silence. Le droit de ne pas participer à un exercice est un droit élémentaire à respecter dans les groupes.

**Résultats :** Il n'y a pas de bonnes et de mauvaises réponses. Il y a des expériences de vie, des histoires singulières, des situations vécues de manière différentes.

**Attitude :** L'animateur fera preuve de grande qualité d'empathie. Son rôle est de stimuler la communication, de favoriser l'expression de chacun et de réguler les échanges.. Il s'agit de pratiquer l'écoute active, c'est-à-dire favoriser le questionnement, reformuler les propos et les attitudes, demander des propositions, utiliser l'imaginaire, faire appel au groupe. L'animateur n'exercera pas de jugement. Il veillera à respecter les silences. Il sera directif sur les processus mais pas sur les contenus. L'animateur est le garant du cadre dans lequel se déroule l'exercice. Sa connaissance du groupe aide aussi à la mise en place de la dynamique.

### Pour en savoir plus

- Courau S : **Les outils d'excellence du formateur.** Pédagogie et animation, ESF, Collection «Formation permanente en sciences humaines», 1994.
- Lufin A : **Les représentations de santé des jeunes.** Croix-Rouge de Belgique. Service Education Santé.1998.

## FICHE 2

### LE MOI DECHIRE

#### Objectifs

- Mettre en évidence par l'animateur l'impact des mots et des actes sur l'image de soi

#### Contexte d'utilisation :

- C'est un exercice « passe partout », pouvant être utilisé de manière informelle et qui s'adresse à tous
- Exercice introductif à utiliser en début de formation pour prendre conscience des dimensions affectives et relationnelles
- Peut-être suivi de l'outil « mots tueurs »
- Peut être utilisé pour favoriser des attitudes de communication positives avec les autres

#### Description

- Au fur et à mesure du récit "une journée de la vie de Jean", l'animateur enlève un morceau de la feuille "Moi" à chaque fois que les événements négatifs altèrent l'estime de soi

#### Matériel

- Une feuille de papier avec l'inscription « MOI » ou un prénom « Jean »
- Un récit avec des situations dévalorisantes

#### Durée

- 10 minutes

#### Déroulement de la séance

Les durées sont données à titre indicatif pour un groupe de 12 personnes

Activités	Durée
L'animateur introduit l'exercice dans son exposé de manière informelle	1 minute
Il prend une feuille de papier et l'identifie symboliquement à « l'image de soi » d'un jeune	1 minute
Il fait le récit d'une journée du jeune en y incluant des situations frustrantes, dévalorisantes, difficiles. A chacune de ces situations, l'animateur déchire un petit bout de feuille	4 minutes
A la fin du récit, il montre ce qu'il reste de la feuille représentant le « moi » du jeune	1 minute
L'animateur fait un commentaire rapide et donne la parole au groupe	5 minutes

#### Adaptation Variantes :

- Le récit peut être adapté au public :  
Exemple : la journée d'un éducateur, d'un professeur, ...
- Adapter l'exercice avec des situations positives qui reconstruise l'image de soi

**Exploitation**

- L'animateur interpelle l'assemblée sur les effets d'actes et de paroles quotidiennes sur l'estime de soi d'un jeune
- Faire suivre des « mots tueurs »

**Conditions et limites d'utilisation**

- Ne pas utiliser de situations extrêmes dans les récits
- Laisser une partie du « moi » intacte
- Choisir un personnage qui permet la mise à distance. Tout en choisissant une situation appartenant à l'univers du public, éviter une identification possible avec un membre du groupe (prénom, situation, etc.)

**Sources**

- Klipper Liliane : **L'histoire du moi déchiré de Jean**. Notes dactylographiées non datées
- ODS, S. : **Aidez votre enfant à choisir**. Activités de valorisation. Les mots tueurs. Ed Actualisation

**Notes personnelles :** .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

<b>FICHE 3</b>
----------------

## LES MOTS TUEURS

### Objectifs

- Mettre en évidence l'existence de mots et de phrases blessantes dans nos échanges verbaux

### Contexte d'utilisation

- Dans le cadre d'un travail sur la communication
- A utiliser idéalement avec « le moi déchiré »

### Description générale

- Sur un support papier noter les mots tueurs dans des situations prédéterminées

Exemple de phrases assassines et mots tueurs	
-	-
-	-
-	-
-	-
-	-
-	-
-	-
-	-
-	-
-	-
-	-

### Matériel/support

- Papier , stylos

### Durée

- 45 minutes ou plus suivant l'exploitation

### Déroulement de la séance

Les durées sont données à titre indicatif pour un groupe de 12 personnes

Activités	Durée
L'animateur présente l'exercice et donne les consignes	5 minutes
Les participants inscrivent sur une feuille les « mots tueurs »	10 minutes
Les résultats de chacun sont regroupés sur une grande feuille qui est affichée (doit être lisible )	30 minutes
L'animateur remercie les participants et clôture l'exercice	

**Adaptation/variantes**

- Pendant une journée , les élèves notent les phrases tueuses que des prof adressent aux élèves
- La journée suivante les phrases tueuses que les élèves adressent aux professeurs

**Exploitation**

- Ouverture d'un débat sur la communication verbale

**Conditions et limites d'utilisation**

- A éviter dans un contexte de conflit ouvert

**Sources**

- Les mots tueurs : Activités de valorisation. P.131. Simon, Ods. **Aidez votre enfant à choisir**. Editions Actualisation

**Notes personnelles**

**Notes personnelles :** .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## FICHE 4

### LA PLANETE

#### Objectifs

- Se présenter de façon dynamique
- Poser un choix géographique idéalisé par rapport à sa santé
- S'exprimer sur les valeurs qui orientent ce choix

#### Contexte d'utilisation

- Exercice de présentation qui s'utilise en début de cycle

#### Description générale

- Les participants sont placés en cercle
- Le ballon « Mappemonde » est lancé par un participant à un autre. Avant de renvoyer la balle, le participant se présente :  
*« Je m'appelle .....(son identité)  
 Pour ma santé, j'aimerais vivre à .....(Pays, ville, lieux)  
 Parce que .....(raisons principales de son choix) ».*

#### Matériel/support

- Ballon ici ballon « Mappemonde »

#### Durée

- 40 minutes

#### Déroulement de la séance

Les durées sont données à titre indicatif pour un groupe de 12 personnes

Activités	Durée
L'animateur invite les participants à s'asseoir en cercle	3 minutes
Il donne les consignes de l'exercice	3 minutes
Chaque participant réfléchit et choisit le pays idéal pour sa santé	5 minutes
Les participants se lancent le ballon et se présentent de la façon décrite ci-dessus jusqu'à ce que tous se soient exprimés	25 minutes
L'animateur clôture l'exercice en remerciant les participants.	4 minutes

#### Adaptation/variantes

- En fonction du public et du thème, adapter les consignes, le support les lieux

### Exemple d'application

- Dans une école, une maison de jeunes, un lieu de vie, se passer le ballon. Chacun cite :  
« *Je m'appelle ....., voilà ce que je voudrais améliorer / changer dans ce lieu* »  
ou  
« *Je m'appelle ....., voilà l'endroit ou je me sens le mieux dans l'école* »
- Noter au fur et à mesure les endroits ou les améliorations

### Exemple de variante

- Utiliser une pelote de laine, à chaque fois le receveur garde le bout de laine et se présente
- Il relance la pelote pour qu'en fin de séance un réseau de fils soit tissé

### Exploitation

- Exercice de présentation qui initie une dynamique d'ouverture de soi et aux autres
- A ce stade, les informations collectées ne feront pas l'objet d'une exploitation spécifique

### Conditions et limites d'utilisation

- Pour ce premier exercice, comme pour les suivants, cet outil doit être utilisé avec toute la prudence nécessaire à un travail d'introspection collectif.

### Sources

- Liliane Klipper : Notes dactylographiées non datées

**Notes personnelles :** .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



## FICHE 5

### LE PHOTOLANGAGE

#### Objectifs

- Exprimer aux autres ce qui est important pour soi
- Relier une image à une valeur personnelle
- Ecouter l'autre sur son choix de valeurs

#### Contexte d'utilisation

- Adapté en début de cycle pour se familiariser à l'ouverture aux autres
- Adapté aux publics jeunes et aux personnes en difficulté avec l'écrit
- Exercice d'introspection
- Relativement peu impliquant

#### Description générale

- Parmi les photos présélectionnées, chaque participant choisit des photos en rapport avec un thème santé choisi. Une même photo peut être choisie par plusieurs personnes. Ensuite lors d'un tour de table, chacun explicite le lien qu'il fait entre l'image et le thème. Les participants ne font pas de commentaires sur le choix des autres
- Exemple de consignes : Choisissez parmi ces photos celles que vous associez le plus à la santé physique. Expliquez votre choix aux autres. Proposez la valeur que vous reliez à ce choix

#### Matériel/support

- Photos diverses présélectionnées par l'animateur suivant le public et le thème. Prévoir un nombre suffisant de photos offrant une large gamme de situations «santé»

#### Durée

- Environ 1 heure 10

#### Déroulement de la séance

Les durées sont données à titre indicatif pour un groupe de 12 personnes

Activités	Durée
Donner les consignes de l'exercice et les afficher si possible	5 minutes
Disposer les photos de manière homogène et accessible	2 minutes
Rappeler le thème choisi	1 minute
Chaque personne choisit mentalement un nombre de photos donné et regagne sa place	5 minutes
Tout les participants s'expriment les uns après les autres sur leurs choix et avec le soutien de l'animateur, associent une valeur à leurs choix	50 minutes
L'animateur fait un commentaire global sur les valeurs exprimées en rapport avec la santé. Il clôture la séance en remerciant les participants	5 minutes

**Adaptation/variantes**

- Adapter les photos suivant le public et le thème
- Utiliser des objets réels plutôt que des images

**Exploitation**

- S'inscrit dans une dynamique d'ouverture au début d'un cycle
- Introduction au travail d'autres fiches
- Donne matière à débats

**Conditions et limites d'utilisation**

- Groupe de 15 personnes maximum

**Sources**

- Klipper L. : Notes dactylographiées non datées

**Notes personnelles :** .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## FICHE 6

### LE BLASON

#### Objectifs

- Réfléchir individuellement à ses habitudes de santé
- Pouvoir écouter et restituer un message
- Faire émerger les représentations collectives sans dévoiler les individus

#### Contexte d'utilisation

- Exercice de début de cycle, basé sur l'écoute et les capacités de restitution

#### Description générale

- Echanges sur les pratiques, les souhaits de santé permettant de dépersonnaliser l'expression de chacun
- Permet toutefois à chaque personne de réaliser sur un support papier sa propre représentation de la santé

#### Matériel/support

- Photocopies de blasons vierges, stylos, feuilles de papier
- Chaises en cercle, groupées par 2 et installées en causeuse (côte à côte, une à l'endroit, l'autre à l'envers)

#### Durée

- 1 heure 20

#### Déroulement de la séance

Les durées sont données à titre indicatif pour un groupe de 12 personnes

Activités	Durée
Expliquer l'exercice	
Chacun complète son blason individuellement en répondant aux questions de l'animateur	10 à 15 minutes
Les participants s'assoient et échangent sur la première case du blason (première question) Chaque participant note ce que son vis-à-vis lui livre, en inscrivant sur sa feuille : « J'ai rencontré quelqu'un qui ... »	40 minutes
Ensuite, les personnes de l'extérieur changent de chaise Les participants échangent maintenant sur la question suivante (case 2 du blason). Ainsi de suite pour toutes les cases du blason	
Mise en commun. les participants se mettent en cercle classique. Chacun lit ses notes de la façon suivante : j'ai rencontré quelqu'un qui (il présente à la forme active la réponse à la première case.) Il présente ainsi avec toutes les cases un profil composé d'information issues de personnes différentes	20 minutes
Chaque participant garde son blason en fin d'exercice	
L'animateur clôture la séance en remerciant les participants	5 minutes

### Adaptation/variantes

- Choisir des supports différents en fonction du thème et du public
- Adapter à un public plus jeune. Exemple : la fusée ou la montgolfière

**« Tu pars dans une fusée vers un monde nouveau. Qu'emmènes-tu pour ton bien-être ?  
Que laisses-tu sur terre ? »**

- Etage 1 : **« Quelque chose que tu ne prends pas pour ton bien-être, que tu veux abandonner »**
  - Etage 2 : **« Ce que tu prends, que tu estimes important pour ton bien-être »**
  - Etage 3 : **« Ce qui n'est pas essentiel mais que tu estimes, qui apporte un plus à ton bien-être »**
- Synthèse : **« Quel nom donnerais-tu à cette expédition ? »**
    - La fleur : fleur avec des pétales amovibles. Chaque pétale reprend un élément du profil. Les pétales sont échangés pour reconstruire des profils non identifiables
    - Autres adaptations : bouclier, arc-en-ciel, ballon de foot dans un goal, silhouette, maison, bateau, totem, etc.
  - Changer la consigne d'introduction :
    - Dépersonnaliser pour la santé, employer le « i » plutôt que « je »
    - Adapter aux thèmes :  
Exemples : ce que je fais pour mon alimentation, ce que je ne fais pas pour mon alimentation, ce que j'aime, ce que je n'aime pas, mes souhaits en matière d'alimentation, une histoire, un fait un lien avec l'alimentation, une case vide libre d'expression

### Exploitation

- Les données n'ont pas à être utilisées de manière personnalisée par l'animateur. Elles ont simplement permis au groupe de s'exprimer sur leur habitudes de santé. Un temps de réflexion peut suivre autour des questions d'auto-évaluation :  
Exemple :
  - Cet exercice m'a fait prendre conscience de ; ...
  - Cet exercice m'a fait apparaître des points communs, des divergences dans le groupe, ...
  - Cet exercice m'amène à me poser les questions suivantes, ...
  - Etc.

**Conditions et limites d'utilisation**

- Veiller à bien dépersonnaliser dans le feed-back en grand groupe
- Demande une certaine maturité de la part des participants pour suivre les consignes
- Maîtrise de l'écriture
- Espace suffisant

**Sources**

- Simon S., Howe L., Kirschenbaum H.: **A la rencontre de soi-même**. 80 expériences de développement de valeurs. Un carnet personnel. Un guide pour l'animateur de groupe. Institut de Développement Humain. Québec 1979.

**Notes personnelles :** .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

<b>Ma devise Santé</b>	
<b>Ce que je fais de bien pour ma santé</b>	<b>Ce que je dois améliorer pour ma santé</b>
<b>Un souvenir lié à ma santé</b>	<b>Ce que je ne fais pas pour ma santé</b>
<b>Ce que je vais faire pour ma santé</b>	<b>Un rêve pour ma santé</b>

OSH/SES/GH-Janvier 2002

## FICHE 7

### LE RAISON DE CONTENTEMENT

#### Objectifs

- Renforcer l'estime de soi des membres du groupe en positivant une action personnelle
- Partager avec les autres les valeurs qui ont motivé cette action

#### Contexte d'utilisation

- Favorise la communication et la connaissance de l'autre dans un groupe de manière positive
- Peut être utilisé dès la première rencontre

#### Description générale

- L'animateur demande à chaque participant d'écrire l'action dont il est fier et la satisfaction qu'il en a tiré
- Après l'affichage, une mise en commun favorise l'échange sur les valeurs énoncées

#### Matériel/support

- « Raisin » : carte de couleur
- Panneau d'affichage
- Marqueurs
- Tableau flipchart et feuilles

#### Durée

- Environ 1 heure

#### Déroulement de la séance

Les durées sont données à titre indicatif pour un groupe de 12 personnes

Activités	Durée	Technique
Sur un carton symbolisant un raisin, chaque participant inscrit une satisfaction ou une action dont il est heureux. Il y inscrit également les valeurs qui sont incluses derrière cette action <b>« Inscris ce que tu as fait et qui t'a fait du bien pour améliorer le bien-être et la santé »</b>	5 minutes	Collecte de cartes
Mise en commun. Chacun lit sa fiche en précisant les valeurs qu'il y met. L'animateur liste sur des feuilles flipchart les valeurs citées. Le résultat n'est pas discuté. Les cartons sont alors regroupés sous forme de grappe de raisins	25 minutes	Brainstorming
A partir de l'action ou des valeurs, l'animateur demande à chacun de réfléchir à comment donner plus de place à cette activité ou à une valeur dans les 2 mois à venir	5 minutes	Réflexion individuelle
Chacun présente ses perspectives	25 minutes.	Tour de table

**Exploitation**

- Activité à réaliser quand le groupe est en confiance que plusieurs exercices d'expression d'échange personnel ont eu lieu
- Exercice qui permet de donner confiance et de se supporter mutuellement dans l'action

**Conditions et limites d'utilisation**

- Rester dans le domaine professionnel ou en tout cas délimiter le champ pour que chacun ait le même thème (cohésion)

**Sources**

- Klipper Liliane : Formation pour les professeurs de morale
- Striker S. - Kimmel E. : le livre de l'anti-coloriage. Seuil, 1982

**Notes personnelles :** .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



## FICHE 8

### FEEL WHELL

#### Objectifs

- Jauger l'état d'esprit dans lequel se trouvent les participants
- Opérer un retour sur soi
- Remotiver
- Avoir un retour sur le vécu du groupe
- Evaluer la satisfaction des participants

#### Contexte d'utilisation

- Exercice d'évaluation intermédiaire à utiliser au terme d'une série d'exercices ou en fin de journée

#### Description générale

- Dans chaque quartier d'une roue, les participants inscrivent un adjectif qui définit l'état dans lequel ils se sentent
- Ils peuvent utiliser des adjectifs positifs ou négatifs

#### Matériel/support

- Papier, crayon (individuel)
- Tableau pour la mise en commun

#### Durée

- 10 minutes pour le travail individuel
- 2 à 5 minutes pour la mise en commun

#### Déroulement de la séance

Les durées sont données à titre indicatif pour un groupe de 12 personnes

Activités	Durée
Dessiner un cadran, le partager en 4 parties	2 minutes
Demander aux participants d'inscrire un adjectif relatant leur état d'esprit dans chaque partie	10 minutes
Mettre en commun, chaque participant à tour de rôle dit les adjectifs qu'il a choisis	2 à 5 minutes
L'animateur note les adjectifs des participants sur un tableau commun	Variable.
L'animateur commente le cadran	Variable.
Il invite les participants à réagir	Variable.

#### Adaptation/variantes

- Travailler à l'aide de pictogrammes. Par exemple : Représentation des chats (tristes, gais, etc.) et intituler le jeu : Comment Chat va ? (Voir bibliographie de Peretti)

**Exploitation**

- Cet exercice peut être utilisé au sujet des sentiments personnels, des exercices vécus, des outils utilisés
- Il permet de réajuster les contenus et les processus de la formation

**Sources**

- Liliane Klipper : Notes dactylographiées non datées

**Notes personnelles :** .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## FICHE 9

### AUTOLOUANGE

#### Objectifs

- Développer la confiance en soi, l'estime et l'affirmation de soi
- Favorise le respect et la reconnaissance des autres
- Renforcer la communication positive dans un groupe

#### Contexte d'utilisation

- Pour libérer la parole, demande que le groupe se connaisse et se respecte

#### Description générale

- Exercice d'écriture qui consiste à rédiger son autopanegyrique, puis à la lire à haute voix dans le grand groupe

#### Matériel/support

- Papier, crayon

#### Durée

- 1 à 2 heures

#### Déroulement de la séance

Les durées sont données à titre indicatif pour un groupe de 12 personnes

Activités	Durée
L'animateur donne les consignes liées à cet exercice d'écriture. il s'agit de mettre en évidence sa personnalité, en magnifiant ses qualités et spécificité, par des métaphores poétiques ou en les amplifiant aux dimensions d'un mythe	2 minutes
Les participants écrivent spontanément en faisant appel aux ressources de l'imaginaire et en s'appuyant sur des procédés stylistiques : rimes, devise, métaphore, humour, exagération, répétition. Commencer par la phrase : « je suis celui qui, celle qui, ... ». Peuvent être évoqués : <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>ses nom, prénoms, sobriquets, surnoms, ...</i></li> <li>- <i>ses parents, ancêtres, amis, relations, ...</i></li> <li>- <i>son pays d'origine, sa maison d'enfance, son lieu d'habitation actuelle, ...</i></li> <li>- <i>des événements marquants, significatifs de sa vie</i></li> <li>- <i>son caractère, ses dons, ses capacités</i></li> <li>- <i>ses rêves, ses élans, ses projets d'avenir</i></li> <li>- <i>ses activités, réalisations, ...</i></li> <li>- <i>ses difficultés, souffrances (traversées comme un héros, etc.)</i></li> <li>- <i>son lien à la nature, son cosmos</i></li> <li>- <i>sa beauté physique, morale, ...</i></li> </ul>	20 à 30 minutes
Installation d'un rituel théâtralisé de lecture dans le grand groupe. Silence entre chaque intervenant. Pas de commentaires ni de jugements de valeur – Ecoute active	30 à 60 minutes

**Adaptation/variantes**

- Raconter un événement négatif, une difficulté rencontrée
- La transformer en une épreuve positive traversée par un héros

**Exploitation**

- Peuvent être incorporées les qualités évoquées dans les exercices précédents de présentation de soi et de rencontre avec les autres (incendie, blason, planète, etc.)
- L'autopanegyrique peut alors devenir un exercice de synthèse finale d'une série d'exercices de présentation de soi dans une perspective résolument positive

**Conditions et limites d'utilisation**

- La qualité poétique de l'écriture ne doit pas devenir le seul critère d'appréciation
- Veiller à éviter une trop grande réaction émotionnelle du groupe
- L'animateur doit apporter à chacun la même qualité d'écoute

**Sources**

- Kubata : Entre-vues n°31-32, pp.91-97

**Notes personnelles :** .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## FICHE 10

### SONDAGE DES VALEURS

#### Objectifs

- Affirmer publiquement et simplement ses opinions et ses convictions

#### Contexte d'utilisation

- Cette activité ne se déroule qu'en groupe et permet un sondage d'opinions rapide

#### Description générale

- Exercice qui donne l'occasion de constater que les autres ne pensent pas nécessairement comme nous

#### Matériel/support

- Liste de phrases relatives à la santé
- Préparer une liste d'une dizaine de questions relatives à un sujet de santé afin d'explorer les idées, les habitudes et les sentiments des participants à ce sujet

#### Durée

- 30 à 60 minutes

#### Déroulement de la séance

Les durées sont données à titre indicatif pour un groupe de 12 personnes

Activités	Durée
L'animateur lit une phrase à haute voix commençant par les mots : Par exemple : « <b>Combien d'entre nous est favorable à la dépenalisation de la consommation de cannabis ?</b> ».	30 secondes
A main levée : - Les participants <i>pour</i> la proposition lèvent la main pour marquer leur accord - Les participants <i>contre</i> pointent la main vers le sol pour marquer leur désaccord - Les participants <i>indécis</i> se croisent les bras - Les participants qui veulent <i>s'abstenir</i> ne font aucun geste	1 minute par proposition
L'animateur note les résultats du vote pour chaque proposition	1 minute
Quand la liste de questions est lue et votée. Discuter en groupe des différentes positions exprimées	20 à 40 minutes

#### Adaptation/variantes

- Demander à un participant de choisir une question et d'expliquer les raisons de son choix et les réactions que ce choix provoque en lui

### Exploitation

- Peut également servir d'évaluation : « Combien d'entre vous ont apprécié l'activité que nous venons de réaliser ? »
- Ces questions peuvent servir dans d'autres expériences. Il s'agira de les reformuler pour qu'elles répondent aux objectifs spécifiques du nouvel exercice. Elles peuvent alors commencer par « Avez-vous déjà .... », « Combien d'entre nous a ... ». Elles peuvent constituer une première étape d'analyse de situation, de construction de groupe, d'inventaire d'expériences, etc.

### Conditions et limites d'utilisation

- Parler de ses valeurs en groupe est généralement difficile. Le sondage est un moyen d'y parvenir plus facilement

### Sources

- Simon S., Howe L., Kirschenbaum H.: **A la rencontre de soi-même**. 80 expériences de développement de valeurs. Un carnet personnel. Un guide pour l'animateur de groupe. Institut de Développement Humain. p.38. Québec 1979

**Notes personnelles :** .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## FICHE 11

### CHOIX RESTREINT, CHOIX NUANCE

#### Objectifs

- Mettre les participants en situation de choisir et d'affirmer physiquement un choix
- Prendre conscience des éléments déterminants des choix et découvrir les valeurs qui les sous-tendent

#### Contexte d'utilisation

- Exercice rapide visualisant la diversité des avis de chaque groupe

#### Description générale

- L'animateur présente une situation problématique et invite les participants à se positionner de part et d'autre d'un fil posé sur le sol. Ce fil délimite une zone d'accord et de désaccord

#### Matériel/support

- Un objet permettant de séparer un espace en deux (fil, bâton, etc.)
- Un espace suffisant si le choix se marque par un positionnement physique

#### Durée

- 10 minutes

#### Déroulement de la séance

Les données sont données à titre indicatif pour un groupe de 12 personnes

Activités	Durée
L'animateur invite les participants dans l'espace de l'exercice	1 minute
Il délimite cet espace en deux zones (accord/désaccord)	1 minute
L'animateur pose une question ou fait une affirmation : - Etes-vous pour les transports en commun gratuits ? - Etes-vous pour ou contre la peine de mort ?	1 minutes
Il demande aux personnes de se positionner en fonction de leur choix Dans le cas du choix restreint, c'est d'un côté ou de l'autre du fil Dans le cas du choix nuancé, ils se positionnent plus ou moins loin du fil pour pondérer leur choix	3 minutes

#### Adaptation/variantes

- Changer le symbole de la limite du choix
- Adapter les questions au public et au thème
- Le choix nuancé peut se faire sur les marches d'un escalier

#### Exploitation

- Un partage sur les motivations du choix est possible

### Conditions et limites d'utilisation

- La situation thématique doit être présentée de façon neutre afin de permettre l'alternative accord/désaccord
- La visibilité du choix induit un risque de jugement. Il faut être attentif aux questions et aux contextes
- L'effet de groupe peut fausser le choix
- La taille du groupe

### Sources

- Simon S., Howe L., Kirschenbaum H.: **A la rencontre de soi-même**. 80 expériences de développement de valeurs. Un carnet personnel. Un guide pour l'animateur de groupe. Institut de Développement Humain. pp.90-106. Québec 1979

**Notes personnelles :** .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



## FICHE 12

### LE MUR DU SILENCE

#### Objectifs

- S'exprimer
- Introduire un thème
- « Visualiser un mot ou un concept »
- Faire un exercice de synthèse
- Créer un outil d'évaluation

#### Contexte d'utilisation

- Simplicité d'utilisation
- Economie de moyens
- Visualisation rapide de la diversité des idées de tous les membres du groupe sur un même support

#### Description générale

- Sur un grand panneau, les participants sont invités à écrire librement, sans ordre déterminé, autant de mots qu'ils veulent, à l'endroit qu'ils choisissent
- L'exercice se déroule dans le silence, aucun échange verbal n'est permis

#### Matériel

- Une grande feuille de papier kraft (type panneau d'affichage)
- Marqueurs de couleurs différentes

#### Durée

- 10 à 15 mn en fonction du nombre de participants

#### Déroulement de la séance

Les durées sont données à titre indicatif pour un groupe de 12 personnes.

Activités	Durée	Technique
Sur un grand panneau de papier kraft posé à terre, chaque personne est invitée à écrire librement ( <i>sans ordre déterminé, autant de mots qu'il veut, à l'endroit qu'il choisit...</i> ) ce qu'évoque pour lui le thème proposé. Ex : « la santé »	L'exercice se déroule pendant 15 minutes	Dans le silence, aucun échange verbal n'est permis
Lire ce que les autres ont écrit	Quelques minutes	
Les personnes complètent les « écrits » des autres Pour cela elles se déplacent autour du grand panneau de papier posé à terre. ( <i>changement de point de vue</i> )	10 à 15 minutes	

### **Adaptations - Variantes**

- Tous thèmes / tous publics
- Individuel et/ou collectif
- Différents supports (murs, panneaux de tissus)
- moyens d'expression différents / photos, objets, dessins,...
- Evolutive : l'expression continue à des moments pré ou pas déterminés

### **Exploitation :**

*de l'exploitation jusqu'à la « non exploitation » ...*

- faire émerger des représentations
- visualiser une évolution
- classer - trier - dégager des valeurs
- Accepter la créativité
- Travailler sur les opportunités
- Le panneau peut être en permanence durant toute une session et être complété au fil de la formation

### **Conditions et limites d'utilisation**

- Veiller à ce que l'exercice ne devienne pas normatif
- Ne pas faire du « mur » une définition

**Notes personnelles :** .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## FICHE 13

### L'HORLOGE VIVANTE

#### Objectifs

- Mettre en évidence les valeurs personnelles concrétisées dans un choix idéal de la gestion du temps

#### Contexte d'utilisation

- Cet exercice ne peut être improvisé mais doit être programmé en fonction d'objectifs précis
- Il est utilisé quand il semble que la notion du temps détermine le choix
- Peut être utilisé seul mais idéalement, à utiliser avec la tarte

#### Description générale

- Sur une horloge dessinée au sol, les participants se positionnent sur certaines heures d'après une situation proposée

#### Matériel/support

- Une horloge constituée de 12 cartons (10 cm/15cm) et marqueur ou craie
- Espace suffisant

#### Durée

- 30 minutes environ

#### Déroulement de la séance

Déroulement : Les durées sont données à titre indicatif pour un groupe de 12 personnes

Activités	Durée
Disposer l'horloge de 12 heures sur le sol (12 cartons posés en cercle ou dessinés) assez grande pour que les participants puissent se positionner sur certaines heures	1 minute
Une question est posée en rapport avec une situation de vie incluant la gestion du temps idéal (idéalement, à quelle heure souhaiteriez-vous commencer votre travail ?)	1 minute
Création de sous groupes rassemblant les personnes qui ont choisi une même tranche horaire	5 minutes
Echange en sous groupes sur les motivations du choix	10 minutes
Mise en commun. Le rapporteur de chaque sous groupe présente en plénière les résultats des échanges du sous groupe	10 minutes
L'exercice peut être réalisé deux fois (ici : heures de début et de fin du travail)	

#### Adaptation/variantes

- Adapter les questions en fonction du sujet abordé  
Exemple : heures des repas dans le cadre d'un travail sur l'aménagement du temps des repas dans une entreprise

**Exploitation**

- Utilisée avec la tarte, permet de définir un engagement personnel selon les priorités définies dans un temps donné

**Conditions et limites d'utilisation**

- Utilisé seul, cet outil ne permet pas d'avoir une vision globale de son temps.
- Reste au niveau de la prise de conscience

**Sources**

- Liliane Klipper : Notes dactylographiées non datées

**Pour aller plus loin**

- Possibilité d'aller plus loin en mettant en œuvre un projet tenant compte des desiderata horaires exprimés

**Notes personnelles :** .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**FICHE 14****TRANCHES DE VIE****Objectifs**

- Visualiser la place de chaque activité durant la semaine  
Activités physique, cognitive, sociale, culturelle, etc.
- Associer ces activités à des valeurs
- Les hiérarchiser
- Exprimer ses souhaits par rapport à la répartition de ces activités (changements éventuels)
- Passer contrat avec soi-même (que l'on peut partager avec les autres ou non)

**Contexte d'utilisation**

- Simplicité d'utilisation
- Economie de moyens
- Visualisation rapide du nombre et de la diversité des activités, et de la place qu'elles prennent dans le temps
- Tous thèmes / tous publics
- Individuel et/ou collectif

**Description générale**

- Sur une feuille de papier, les participants sont invités à tracer un cercle qu'ils divisent en « parts » d'activités (comme des parts de tarte)
- Chaque « part » doit permettre de visualiser le temps consacré à chaque activité en fonction du temps de base (une journée, une semaine, un mois, etc.)

**Matériel**

- Une feuille de papier
- Un crayon

**Durée**

- Temps de réflexion (15mn)
- Si temps de partage (30mn)

## Déroulement de la séance

Déroulement : Les durées sont données à titre indicatif pour un groupe de 12 personnes

Activités	Durée
Lister un certain nombre d'activités (sommeil, relaxation, travail, famille, sport, télévision, ménage, solitude, amitié, ...)	Temps de réflexion (15mn) Si temps de partage (30mn)
Dessiner un cercle	
Répartir les activités proportionnellement au temps consacré	
Les associer à des valeurs ou à des non valeurs (écrire les valeurs associées aux activités soit en regard de la liste des activités, soit dans les parts de tarte) Exemples : - activité : le travail = la valeur : réalisation de soi / (la non-valeur : contrainte) - activité : le ménage = la non valeur : contrainte / (la valeur : la liberté)	
Hierarchiser les activités par rapport à ces valeurs	
A l'aide d'un code (↗, ↘, ↔, X), sur le bord de la tarte, en regard de chaque part, préciser les orientations que l'on souhaite donner au contrat : supprimer, ajouter, réduire, augmenter le temps consacré aux activités, en créer des nouvelles	

## Adaptations/Variantes

- Le code peut varier
- Les champs peuvent varier : (biologique - régime alimentaire ...) (psychologique - relaxation, etc.) (social- temps associatif, solitude, etc.) (culturel - lecture, cinéma, etc.)
- Les supports peuvent varier (papier, paper-board si exercice collectif, informatique, etc.)

## Exploitation

- Exploiter cet exercice permet individuellement ou collectivement de :
  - clarifier les liens entre les activités et la valeurs santé individuelle et/ou collective
  - prendre conscience de la capacité ou non de chacun à changer la situation (s'engager ?)
  - mettre en évidence la faisabilité de l'action
  - visualiser une évolution.
  - refaire l'exercice à des temps prédéterminés (toutes les semaines, les mois, etc.)

**Conditions et limites d'utilisation**

- Si exploitation en groupe envisager plus de temps, si besoin, en planifier à long terme

**Notes personnelles :** .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**FICHE 15****L'INCENDIE****Objectifs**

- Mettre en évidence des valeurs
- Prendre conscience des dimensions affectives déterminant les choix
- Découvrir, clarifier, préciser, verbaliser les valeurs qui les sous tendent
- Mesurer l'influence des valeurs dans les situations de choix

**Contexte d'utilisation**

- Individuel et/ou collectif
- Economie de moyens
- Tous thèmes
- Tous publics

**Description générale**

- Le lieu doit être propice à l'expression et adapté au nombre de participants
- Le temps doit être prévu en fonction du niveau des objectifs et du nombre de participants

**Matériel**

- Papier, crayon, tableau, feutres

**Durée**

- Suivant le nombre de participants :
  - temps de consignes
  - temps de réflexion
  - temps de partage

**Durée totale**

- 20 à 60 minutes



## Déroulement de la séance

Déroulement : Les durées sont données à titre indicatif pour un groupe de 12 personnes

Activités	Durée
L'animateur précise les objectifs, vérifie la compréhension du sens et des consignes de l'exercice auprès des participants	2 minutes
L'animateur décrit une situation d'incendie : - « Il y a un incendie, vous vous sauvez et vous avez la possibilité d'emporter un <u>seul</u> objet ». L'animateur souligne : - « Un <u>seul</u> objet peut être emporté ». Notez l'objet que vous emportez	2 minutes
Chaque participant est invité à réfléchir individuellement à l'objet qu'il choisirait d'emporter, dans une telle situation	5 minutes
Chacun cite l'objet qu'il a sauvé et explique au groupe les raisons de son choix	20 minutes
Chacun pour soi est invité à réfléchir aux valeurs qui sous tendent ce choix	10 minutes
Ces valeurs sont exprimées et partagées avec le groupe. L'animateur note sur un tableau les différentes valeurs qui sont exprimées	Variable

## Adaptations/Variantes

- Elargir la consigne :
  - de la santé au bien-être
  - limiter ou élargir le lieu (de la chambre, à la maison, au travail)
  - plus d'objets ou des objets imaginaires (moins impliquants)
  - plus ou moins de temps pour échanger
  - plus de valeurs ou une seule valeur impérativement
  - choix individuel et/ou collectif
  - notion d'évolution des valeurs (reproduire l'exercice à des moments prédéterminés)

## Exploitation

- Réflexion individuelle, et/ou collective
- Verbalisation des valeurs
- Ecriture individuelle et/ou collective
- Les valeurs exprimées peuvent être ou non relevées sur un tableau. Elles ne sont pas utilisées directement mais permettent aux participants de se rendre compte des dimensions affectives personnelles qui influencent les choix
- Définir les valeurs d'un groupe (santé communautaire - santé primaire ou tertiaire)
- Définir les valeurs d'un groupe citoyen (santé publique / politique de santé)

### Conditions et limites d'utilisation

- L'animateur est le garant de la confidentialité et doit :
  - gérer les échanges qui s'instaurent et facilitent la clarification des valeurs : trop « d'affectif » (liée au choix de l'objet et à l'histoire qui s'y rattache) peut restreindre le temps d'expression de chacun des participants et/ou générer des tensions, des émotions.
  - mettre des limites à « l'expression de soi », suivant les objectifs du groupe (clarification des valeurs et/ou développement personnel)

**Notes personnelles :** .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**FICHE 16****LE CONTE****Objectifs**

- Mettre en évidence un certain nombre de représentations implicites de la santé (communes ou différentes )
- Prendre conscience de l'écart entre ses propres représentations et celles de ses collaborateurs, partenaires publics
- Faire le lien entre les représentations et les pratiques (comment ? vérifier si cela apparaît dans l'exploitation ?)

**Contexte d'utilisation**

- Après avoir échangé sur des représentations individuelles, cet exercice permet de discuter, de confronter ses choix, valeurs et représentations pour tenter de dégager des valeurs communes.

**Matériel/support**

- Crayons, papiers
- Flipchart

**Durée**

- 1 h 45

## Déroulement de la séance

Déroulement : Les durées sont données à titre indicatif pour un groupe de 12 personnes

Activités	Durée	Technique / méthode
1. Chaque participant écrit un conte d'1 page environ dont la première phrase est : <b>"En ce temps-là, les hommes étaient en bonne santé...."</b>	20 minutes	Ecriture
2. En plénière, chacun lit son conte à voix haute à l'ensemble des participants		
3. Former 3 groupes de 4. S'échanger les contes dans ces 3 groupes de façon à ce que dans aucun groupe, les participants ne retrouvent leur propre histoire	5 minutes	
4. Dans chaque groupe, à partir des textes, faire un schéma (dessin) qui représente les différentes représentations de la santé telle que vous les percevez à travers les textes. Le dessin métaphorique est une étape de visualisation préalable à la conceptualisation et la synthèse	30 minutes	Travail de groupe
5. Conceptualiser par une synthèse écrite les différentes représentations de la santé à l'œuvre dans le dessin collectif		
6. Mise en commun. Chaque groupe présente à l'ensemble des participants "la représentation de la santé" à partir des textes en commentant le dessin	20 minutes	
7. Synthèse en plénière. "Quels sont les différences ou les points communs retrouvés dans les dessins ? Retrouve-t-on ces valeurs dans d'autres contes ?"	20 minutes	Discussion/ Débat

### Adaptation/variantes

- Commencer par "Il était une fois un pays où les gens étaient heureux de vivre...", ...
- Introduire le conte au futur « En 2099, les habitants de cette planète »  
Au futur les idées viendront plus facilement  
Au présent : "aujourd'hui, je me suis réveillé en bonne santé..."
- Niveau méthode : écriture, échanger les contes avant lecture, lecture par une autre personne que celui qui l'a écrit (moins impliquant niv émotionnel)
- Changer la forme de l'écriture : RAP pour les jeunes, dessin (public présentant des difficultés d'écriture), chanson,....
- Utiliser la technique à partir d'un brainstorming

### Exploitation :

- Exploiter le travail en sous-groupe "visualisation du conte"
- Présentation en plénière, réaction du groupe pour chaque groupe
- Débat sur les points communs, les différences
- Reprendre les différentes représentations apparues (paperboard)
- En conclusion, l'animateur reformule que la /les représentation obtenue proviennent de l'imaginaire (conte)
- Conceptualisation
  - Utilisation : lien entre la représentation (imaginaire ?) et la pratique  
Remplacer l'outil dans le contexte où il est réalisé (environnement préexistant)  
Peut "aider à comprendre des pratiques"  
Faire une synthèse des représentations exprimées et l'introduire dans un problème étudié

Des valeurs personnelles aux valeurs collectives

Le conte

- Phase avant un travail en commun (dynamique de groupe). Connaître les représentations des partenaires.
- Comme outil d'autoévaluation : évaluer ses propres représentations. Comparer après un temps défini.  
Comme outil d'identité, de représentativité du groupe : publication collective des textes sous forme de livret, ...

### Conditions d'utilisation

- Réaliser en petit groupe (temps + ambiance intimiste pour le conte)
- Adapter les exigences ou le mode d'écriture au public exemple RAP pour jeunes
- Constitution des groupes aucun participant ne se retrouve dans le groupe qui possède son conte (travail de visualisation en groupe sur autre conte que le sien)
- Afficher les consignes de façons précises (écrites et affichées) bien préciser que personne n'apportera un jugement sur la forme ni le fonds des contes

### Limites d'utilisation

- Attention de ne pas idéaliser : présenter une "santé idéale"
- Ne pas utiliser les "résultats" comme norme
- Connaître le groupe ( permet de revenir des représentations vers la pratique)

### Sources

- Stage de formation GFEN – Groupe Français d'Education Nouvelle – secteur Philosophie.  
Animatrice : Nicole Grataloup. Entre-Vues n° 24, pp 55,56.

**Notes personnelles :** .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**FICHE 17****LE DILEMME****Objectifs**

- Prendre conscience que les valeurs ne sont pas abstraites ni désincarnées mais se manifestent à travers nos choix pour se traduire en actes
- Comprendre que nos choix peuvent être guidés par des valeurs antagonistes et prendre conscience de nos valeurs dominantes
- Lors du partage, élargir le champ de vision par l'écoute active des valeurs des autres en prenant une distance affective vis-à-vis de la situation

**Contexte d'utilisation**

- Exercice à utiliser après une série d'activités sur soi et quand la dynamique de groupe est bien en place

**Description générale**

- Dans un dilemme, il s'agit de présenter à un groupe une situation qui les contraint à choisir entre deux alternatives distinctes

**Matériel/support**

- Support de dilemme
- Forme écrite, audio, vidéo, dessin, BD

**Durée**

- 1 heure

## Déroulement de la séance

Les durées sont données à titre indicatif pour un groupe de 12 personnes

Activités	Durée
Présentation du dilemme au groupe (en vidéo, sous forme d'histoire racontée, etc.). Ex. : Cassette Entre-vues «Dilemmes» : Véronique et le divorce	10 minutes
L'animateur pose clairement la question aux participants : « que devrait faire X (Véronique) ? - soit (aller vivre chez son père) ... - soit (rester vivre chez sa mère) ... Vous n'avez pas d'autre choix possible ! (sauf éventuellement le ?)	1 minute
Chaque participant répond pour lui-même sur une feuille de papier	2 minutes
L'animateur demande ensuite que chaque participant explicite en une phrase la motivation, justification ou argumentation de son choix (toujours par écrit)	10 minutes
L'animateur demande que chaque participant dégage la valeur (les valeurs) souvent implicite sous-jacente à leur motivation, justification ou argument (toujours par écrit) N.B. Bien respecter cette gradation entre les trois étapes de clarification	10 minutes
Echange dans le grand groupe : - Chaque participant rend compte de ses trois réponses successives. Ecoute active – pas d'interaction ni de jugement de valeur entre les participants. - L'animateur, sur le tableau, a tracé trois colonnes titrées dans lesquelles il indique les valeurs argumentées (c'est-à-dire le 3 <sup>ème</sup> temps de la réponse de chacun) par : - soit (rester chez sa mère) - soit (aller vivre chez son père) - au milieu le point d'interrogation	10 minutes
A la fin de l'échange, l'animateur demande qui a modifié son choix et pourquoi	20 minutes
Ensuite, il établit la synthèse de cet échange en relevant les valeurs divergentes ou convergentes choisies par le groupe (et en soulignant que les mêmes valeurs peuvent se retrouver dans deux colonnes différentes)	5 minutes
L'animateur renvoie avec finesse et respect un feed back au groupe en faisant apparaître dans quelle mesure ce sont des valeurs d'autonomie, d'épanouissement personnel (valorisées en promotion de la santé) ou des valeurs de culpabilité, soumission, dépendance qui ont été choisies afin : - d'ouvrir une réflexion - ou de lancer une discussion générale selon un autre dispositif (café santé, café philo, ...) Il peut aussi faire suivre un dilemme concernant un choix de valeurs personnelles et de vie privée par un exercice mettant en œuvre, à partir de la même situation, une décision citoyenne (voir plus loin éthique) prenant en compte une visée d'intérêt	

## Adaptation/variantes

- Construire des dilemmes avec le groupe (à partir de situations-problèmes issues de l'aide à la résolution de problème par exemple)
- Exemple d'application en promotion de la santé concernant la pression du groupe tant sur les jeunes que sur les adultes. Important à traiter en promotion de la santé
- Note sur la pression du groupe. L'expérience ci-dessous (simulation) met en évidence l'impact de la pression du groupe dans nos décisions :
  - lors d'un petit « apéro », distribuer à un participant la consigne « *A aucun prix, vous ne devez manger des chips* » et à tout les autres « *Faites en sorte que tout le monde mange des chips* ». Discuter sur les arguments utilisés par les promoteurs de chips et sur les difficultés rencontrées par la « victime ». Qu'est-ce qui a fait qu'il a tenu ou craqué devant la pression du groupe. Dans le témoignage apporté, le non-mangeur n'a pu réussir qu'en s'excluant du groupe : il est sorti de la pièce
- Trouver des situations-problèmes précises qui mettent en jeu les choix suivants :
  - Santé des jeunes / Tabac

Fumer ou se droguer Et Faire partie du groupe	↔	Ne pas fumer, ni se droguer Et Etre exclu du groupe
---	---	---

- Pour des éducateurs et professionnels de PS

Informé et Interdire	↔	Informé et prévenir
----------------------	---	---------------------

Ex : Faut-il distribuer le préservatif dans une institution qui interdit d'avoir des relations sexuelles (dans une prison, un hôpital psychiatrique, un enseignement spécialisé, ...)

Garder son emploi ou renoncer à ses valeurs personnelles

Cassette Dilemmes sur le SIDA

Cassette à exploiter non à dilemmes

## Exploitation

- Activité très pertinente tant en formation de professionnels qu'avec des jeunes pour les aider à prendre conscience du rapports entre leurs valeurs et les actes qu'ils posent

## Conditions et limites d'utilisation

- Il s'agit d'utiliser l'outil *dilemme* pour clarifier ses valeurs et non d'en faire un exercice de résolution de conflit (Que feriez-vous à la place de ... ?). La question est posée sur le plan éthique du «devoir» et non sur le plan pragmatique (Audace de faire, peur de mettre en œuvre ses valeurs, contingences matérielles, ... interviennent, ... et risquent d'occulter le choix de valeur



**Conditions d'utilisation**

- Ne pas induire, ne pas juger
- Avoir des dilemmes et des supports bien adaptés au public, au thème, au groupe,....
- Pour être efficace, il ne faut pas choisir un dilemme qui fasse d'emblée l'unanimité dans le groupe (cf. choix judicieux du dilemme)

**Limites d'utilisation**

- Le support vidéo peut être long difficile à trouver ou à construire
- Faire la différence entre le contenu (l'engagement sur le fond) et la présentation ( le dispositif formel, la procédure de discussion, ...) du dilemme (objectif)
- Attention aux portes qui s'ouvrent (conflits, affectif, émotions). Les animateurs doivent pouvoir gérer ces phénomènes

**Sources**

- Debunne, J-M : Le Dilemme moral, c'est pas sorcier. Entre-vues. Numéro spécial Dilemmes. pp 7-32

**Notes personnelles :** .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**FICHE 18****L'ECHELLE DES VALEURS****Objectifs**

- Apprendre à élaborer des choix et une hiérarchie de valeurs dans la confrontation à une situation – problème (fictive ou réaliste) et l'échange avec les autres pour élargir sa perspective et éventuellement modifier ses choix

**Contexte d'utilisation**

- Lorsque les participants ont identifié une série de valeurs et lorsqu'il est opportun de découvrir que ces valeurs n'ont pas toutes un statut identique

**Description générale**

- Etablir une hiérarchie entre les différentes positions des personnages impliqués dans une histoire imaginaire (conte) ou réelle (reportage, débat, presse, T.V.), dégager les valeurs sous-jacentes à cette hiérarchie, et les communiquer au groupe

**Matériel/support**

- Des photocopies du conte
- Papier, crayon, stylo
- Tableau pour dessiner (l'animateur) l'échelle des valeurs

**Durée :**

- 1 heure

## Déroulement de la séance

Les durées sont données à titre indicatif pour un groupe de 12 personnes

Activités	Durée
1. Lire l'article – visionner le débat (écran-témoin)	5 minutes
2. Demander à chaque participant de dessiner une échelle en gradation sur une feuille de papier et de classer les personnages sur cette échelle du + estimable (en haut) au – estimable (en bas) en les démarquant par une ligne de préférence signifiant que tous ceux qui sont au-dessus sont connectés positivement et tous ceux qui sont en-dessous sont connectés négativement	5 minutes
3. A côté de chaque personnage, chaque participant note quelle est la motivation, justification, argumentation de son choix en une phrase.	5 minutes
4. Se dégage ensuite de chaque explicitation de son choix, la valeur ou la non valeur implicite mise en œuvre pour chaque personnage (par écrit toujours)	5 minutes
5. Il peut ensuite chercher la super-valeur » ou le critère structurant l'ensemble de ses choix (en rouge ou encadrée)	2 minutes
6. Selon le principe des causeuses, l'animateur place les participants en deux groupes concentriques, face à face, qui vont échanger alternativement, deux par deux, en écoute active et sans interférence, leur grille des valeurs respectives accompagnées de leur explicitation. Soit deux ou trois échanges (le cercle intérieur se déplace vers la droite)	20 minutes
7. Retour dans le grand groupe. L'animateur établit au tableau la synthèse en passant en revue les personnages classés tout au-dessus et tout au-dessous de l'échelle. Les participants lèvent le doigt, l'animateur comptabilise au tableau les votants pour chacun des personnages (1 chiffre), mais surtout il veille à ce qu'ensuite chacun des votants explicite son argumentation dans le grand groupe (écoute active – pas d'interférence ni de jugement de valeur) et LA VALEUR CORRESPONDANT AU PERSONNAGE --) d'où au tableau un même personnage se trouvera connoté par des valeurs différentes !	10 minutes
8. L'animateur demande qui a changé d'avis et pourquoi N.B. Il s'agit de faire respecter scrupuleusement le dispositif et sa structuration en différentes phases	10 minutes
9. Pour terminer, chacun est amené à écrire sur sa feuille une petite phrase qui constitue « <u>la moralité de son histoire</u> », en fonction des valeurs qu'il a dégagées	5 minutes
10. Finale. Chacun, à tour de rôle, livre sa phrase de moralité au grand groupe (en lecture orale)	10 minutes
11. Après l'exercice, un temps peut éventuellement être réservé à un échange portant sur les questions : - j'ai pris conscience de, j'ai constaté que, j'ai eu du mal à, ...	10 minutes

**Adaptation/variantes :**

- Trouver un récit sous forme de vidéo, de BD, par exemple sur le tabac
- Demander de donner une morale à l'histoire. Ecrire et affiche les consignes

**Exploitation**

- Rassembler des textes, des contes, des histoires pris de la littérature, des faits divers, des débats, de articles de presse ... relatifs à la santé... pour travailler cet «exercice-clef» de la clarification de valeurs

**Conditions et limites d'utilisation**

- Etre conscient que choisir un texte très contextualisé risque de susciter plus de passions qu'un autre plus distancié, moins impliquant, un conte par exemple. Il faut donc s'apprêter à pouvoir gérer cela

**Sources**

- Simon S., Howe L., Kirschenbaum H.: **A la rencontre de soi-même**. 80 expériences de développement de valeurs. Un carnet personnel. Un guide pour l'animateur de groupe. Institut de Développement Humain. Québec 1979

**Notes personnelles :** .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## FICHE 19

### LE DRAME

#### Objectifs :

- Travailler les représentations de la santé en découvrant et en exploitant différents points de vue (éclairages) sur le même sujet
- Prendre du recul par rapport à sa propre vision du sujet (distanciation)
- Etendre ses perspectives et ses possibilités de choix en dédramatisant

#### Contexte d'utilisation

- Permettre de prendre de la distance dans une situation ( ou une problématique) en imaginant des logiques et des valeurs d'un groupe déterminé
- Comprendre des points différents et permettre de « se mettre à la place des autres »

#### Description générale

- Le drama est une technique théâtrale qui utilise les dispositifs d'improvisation pour la construction progressive du personnage. On définit une "catégorie" mais ni l'animateur , ni le groupe ne distribue le rôle. Chacun choisit quel personnage il veut jouer et comment il veut le jouer dans la catégorie définie
- Les participants sont répartis en groupes « d'experts » qui réalisent une saynète sur une situation donnée

#### Matériel

- Rien de particulier
- Eventuellement des accessoires qui symboliquement permettent d'endosser et de quitter le rôle

#### Durée

- 60 minutes (3 groupes)

#### Déroulement de la séance :

Les durées sont données à titre indicatif pour un groupe de 12 personnes

Activités	Durée
Présenter la situation de départ que l'on souhaite voir traiter Répartir les participants en groupes d'experts	10 minutes
Par groupe, les "experts" s'attribuent chacun un rôle et réfléchissent ensemble au scénario qu'ils vont défendre devant la "population"	20 minutes
Présentation de chaque saynète	5 minutes/groupe
Exploitation	15 minutes

## Adaptation

- Ici le contexte est :
  - « *Une mutation génétique est apparue dans l'espèce humaine  
Ni la maladie, ni la mort n'existent plus*

Lors d'une conférence, des groupes d'experts viennent expliquer à la population le pourquoi et les conséquences de ce changement.»
- Les experts sont :
  - Un groupe de philosophes
  - Un groupe de sociologues
  - Un groupe de médecins

## Variante

- Niveau des catégories
  - Avec des professionnels : selon les "spécialités" :
    - médecins, paramédicaux, travailleurs sociaux, sociologues, psychologues
  - Avec des professionnels : définir les approches :
    - médicale ; comportementale ; éducative ; emporwement, sociale
  - Avec le public , avec des jeunes :
    - exemple dans un camp de vacances : ados, moniteurs, parents, directeur, cuisiniers, intendant, voisinage, policiers locaux

## Exploitation

- Demander à chacun ce qu'il a découvert dans cet exercice
- Démarrer un débat entre les participants ou à partir d'une présentation d'un drama
- Le travail se fait sur la symbolique. L'espace (barrière) protège du psychodrame. Dans le psychodrame, la personne qui vit le problème joue son propre rôle puis se met dans la peau des autres antagonistes. Ici, il s'agit d'endosser un rôle pour un temps donné et le quitter à la fin de la saynète.

## Limites d'utilisation

- Parfois ouverture trop large- difficulté de cerner le débat
- Attention à la caricature, aux clichés, aux préjugés (sortir du jeu de rôle, distinguer les situations réalistes des exagérations)
- Terminer le jeu de rôle : ne pas confondre la personne et son rôle
- Préciser l'objectif lors du débat commun, le recentrer chaque fois que la discussion porte sur la catégorie professionnelle. Cet exercice ne consiste pas à commenter le profil professionnel mais la situation vécue
- Veiller à différencier des autres méthodes faisant appel au "théâtre" telles que le psychodrame, l'improvisation et le théâtre-forum. Techniques aux objectifs différents
- Exercice supplémentaire : comment gérer la situation si des propos extrémistes sont proférés

**Exemple d'application**

- Déjà utilisé en éducation sexuelle et affective par certains centre de planning familial / CEDIF

**Notes personnelles :** .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**FICHE 20****LE CAFE SANTE****Objectifs**

- Structurer un lieu de parole et d'échanges sur un sujet de promotion de la santé pour optimiser les possibilités d'aborder le fond d'un problème et les valeurs sous-jacentes à celui-ci. À travers une confrontation rationnelle des points de vue permettant de progresser grâce à l'apport de chacun des participants

**Contexte d'utilisation**

- Cet exercice peut être intégré dans un travail global pour approfondir une question ou permettre aux participants, après des exercices d'écoute active, de confronter des points de vue différents mis à l'épreuve de l'argumentation rationnelle

**Description générale**

- Les participants, confortablement installés, échangent sur un sujet choisi dans un groupe géré par trois animateurs qui médiatisent la confrontation et garantissent ainsi la sérénité des débats

**Matériel/support**

- Un local assez grand et confortable

**Durée :**

- 40 minutes à une heure



## Déroulement de la séance

Les durées sont données à titre indicatif pour un groupe de 12 personnes

Activités	Durée
Aménagement de l'espace : - Les participants sont installés confortablement et sont disposés en cercle de façon à pouvoir échanger en face à face	1 minute
Gestion du temps : - Le temps imputé à la discussion est fixé au départ avec une pause-synthèse à mi-parcours	
Règles de fonctionnement énoncées au départ : - Lever la main pour demander la parole (au distributeur de la parole) - Interventions pas trop longues - Pas de jugement de valeur ni d'intervention directe - Sincérité des propos tenus - Nécessité d'augmenter avec cohérence	2 minutes
Co-animation : - Désigner en groupe un <b>animateur principal</b> auquel chacun s'adresse (triangulation), qui reformule systématiquement chaque intervention en tenant entre celles-ci le lien de cohérence, en mettant en évidence les problématiques soulevées et en redynamisant et relançant le débat par une nouvelle question, injonction, interrogation, ... - Et un <b>distributeur de la parole</b> qui n'intervient pas dans le débat, qui donne la parole à chacun dès les demandes sauf pour ceux qui ne sont pas encore intervenus et qui ont dès lors priorité. Celui-ci est aussi le gardien du temps - Synthétiseur qui ne participe pas au débat, prend des notes, fait le point, établi le chemin parcouru, construit le sens, ... intervient pour une synthèse partielle en milieu de débat et une synthèse finale à la fin du débat	2 minutes
Choix du thème : - Chaque participant propose un ou plusieurs thèmes. Le groupe choisit (éventuellement par vote)	5 minutes

### Adaptation/variantes

- Elles sont possibles en aménageant les débats en fonction des publics, des thèmes, de l'espace

### Exploitation

- Activité plus ludique calquée sur les cafés philo initiés suites aux démarches citoyennes

### Conditions et limites d'utilisation

- La taille du groupe ne devrait pas dépasser 12 personnes
- Toute discussion intellectuelle lorsqu'elle touche à des problèmes existentiels qui impliquent dans ses souffrances, ses idéaux, ses difficultés, peut susciter des réactions affectives et émotionnelles qu'il faut savoir accepter, respecter, intégrer, accompagner, ...

**Sources**

- Entre-vues n° 37/38. Juin 1999 : Un dispositif de discussion philosophique. Dossier pédagogique
- Tozzi, M. : Apprendre à philosopher au cours de morale. Formation

**Notes personnelles :** .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## FICHE 21

### LE CONTRAT AVEC SOI-MEME

#### Objectifs

- Eliminer l'écart entre nos désirs et les actes que nous posons pour les réaliser

#### Contexte d'utilisation

- « Parler de ce que nous voulons dans la vie est une chose, agir pour l'obtenir en est une autre »
- Cette activité boucle la série d'exercices à la rencontre de soi-même
- Elle permet un engagement personnel concret vers un changement précis

#### Description générale

- Ce changement concret peut concerner une nouvelle activité, la réorientation d'activités en cours, l'arrêt d'une activité existante ou toute modification de votre existence actuelle

#### Matériel/support

- Papier
- Crayons

#### Durée

- 10 minutes

#### Déroulement de la séance

Les durées sont données à titre indicatif pour un groupe de 12 personnes

Activités	Durée
Au terme des exercices la planète, le photolangage, le blason, le raisin de contentement, l'horloge vivante, tranches de vie passer un contrat avec soi. C'est un changement que l'on s'engage à apporter dans sa vie	5 minutes
Rédiger votre contrat d'engagement avec vous-même	5 minutes
Environ une semaine plus tard, examiner le degré de réalisation de votre contrat	

#### Adaptation/variantes

- Des volontaires peuvent lire leurs contrats en groupe
- L'animateur participe à l'expérience au même titre que les autres membres du groupe

#### Exploitation

- Exercice d'engagement personnel

### Conditions et limites d'utilisation

- Généralement la tendance est à rédiger des contrats grandioses et irréalistes. L'aboutissement en est souvent compromise avec des effets de démobilisation et de découragement certain
- Veiller pour ne pas démoraliser les participants à leur montrer l'intérêt d'être précis et réaliste et comment établir des contrats qui peuvent être respectés totalement

### Sources

- Simon S., Howe L., Kirschenbaum H.: **A la rencontre de soi-même**. 80 expériences de développement de valeurs. Un carnet personnel. Un guide pour l'animateur de groupe. Institut de Développement Humain. Québec 1979. Pp.320-322

**Notes personnelles :** .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**FICHE 22****RECHERCHE DE SOLUTIONS AVEC L'AIDE DU GROUPE DE PAIRS****Objectifs**

- Formuler un problème et aider à la reformulation
- Développer l'autonomie d'une personne face à une situation problématique (voire conflictuelle)
- Développer la confiance en soi (personne qui présente le cas d'étude)
- Faire découvrir la valeur « solidarité »

**Contexte d'utilisation**

- Cette activité propose une palette de solutions, élargir le champ de vision du détenteur du problème

**Description générale**

- L'exercice fournit des pistes d'actions. Même si le processus de résolution ne passe pas obligatoirement par une phase d'analyse de cause, la personne qui a le problème choisit et décide finalement elle-même la solution qu'elle souhaite adopter.

**Matériel/support**

- Rien de particulier
- Eventuellement tableau ou flip-chart par groupe

**Durée**

- 40 minutes

## Déroulement de la séance

Les durées sont données à titre indicatif pour un groupe de 12 personnes.

Activités	Durée
Répartir les participants en petit groupe (4 à 5 personnes) Désigner un animateur et un secrétaire/rapporteur	2 minutes
Chacun exprime rapidement un problème actuel rencontré dans son travail	1 minute
Le groupe choisit parmi ces exemples, le problème sur lequel il souhaite travailler plus particulièrement avec l'accord du « propriétaire »	5 minutes
La personne qui a exprimé le problème choisi par le groupe explicite alors plus longuement la situation. Les autres personnes du groupe posent des questions pour clarifier et comprendre au maximum la problématique	15 minutes
Chaque participant –excepté le "propriétaire" du problème - reformule alors la situation <i>« Si je t'ai compris le problème est... »</i>	5 minutes
Les participants proposent alors le maximum de solutions. Le secrétaire prend note et refait rapidement la synthèse des solutions proposées. Le « propriétaire » choisit dans ces propositions 1 ou 2 solutions qui lui semblent réalistes et réalisables dans son contexte	15 minutes
Regroupement des différents groupes Groupe par groupe : - Exposé rapide du problème et de la solution retenue par le rapporteur - Interroger la personne dont le problème a été traité : ses réactions ? Sa satisfaction ? Que lui a apporté les réflexions du groupe ? .... - Discussion sur le déroulement de l'exercice dans le groupe - Questions des autres groupes au groupe qui a exposé "son" problème	10 minutes

### Adaptation/variantes

- Utilisable tel quel pour :
  - tous publics
  - tous thèmes

### Exemple d'application

- Avec un groupe d'élèves, utiliser cet outil pour aborder les problèmes de violence ou de racket  
Quelles situations de violence ont-ils déjà rencontrées ? Parmi celles-ci laquelle ont-ils envie de traiter ? Réfléchir aux comportements qu'on peut adopter dans cette situation ? Comment feriez-vous ? , Quels « conseils » donner à votre camarade ? »
- Dans les CLPS, pour aider une personne qui a un problème dans son institution  
Cette méthode pourrait aussi être utilisée pour amener le groupe à parler des dilemmes qu'ils ont déjà vécus ou les amener à construire un dilemme
- Donner confiance aux élèves – infirmières au retour de stage  
(exploitation de situation problématiques vécues pendant leur stage)

## Exploitation

- Dispositif à utiliser systématiquement dans un groupe de pairs, de soutien ou de paroles régulier pour affronter les situations professionnelles, difficultés scolaires, ...
- Avec les élèves, vérifier la faisabilité des propositions apportées et les moyens à mettre en œuvre pour les réaliser (si le cas choisi est général et non un cas particulier)
- Dans d'autres cas (ex CLPS), assurer un suivi « se revoir dans 3 ou 6 mois »
- Planifier la proposition retenue (gestion du temps/structuration progressive)
- Proposer une analyse causale ou renvoi vers un groupe « d'expert »

## Conditions et limites d'utilisation

- Neutralité et empathie au sein du groupe
- Garantir la confidentialité
- Préciser les limites de la technique

## Limites d'utilisations

- Eviter la culpabilisation (pourquoi tu as fait ou n'as pas fait ?)
- Ne pas utiliser pour régler un problème au sein de son groupe avec son groupe (pas de neutralité)
- Le choix de solution sans passer par l'analyse causale pas toujours approprié ni efficace (piste d'actions plutôt que solution). Compléter par une analyse des causes pour mieux identifier le problème ou la situation

## Sources

- Klipper L. : **Résolution des conflits**. Formation Non publié

**Notes personnelles :** .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## FICHE 23

### ETHICA

#### « Simulation d'une commission parlementaire »

#### Objectifs

- Mettre en évidence le cheminement entre valeurs individuelles (choix individuels) et valeurs citoyennes d'intérêt général. Réfléchir sur le sens donné à un règlement, une loi

#### Contexte d'utilisation

- Exercice à articuler au dilemme moral « Véronique et le divorce » Cette articulation amène à aborder un même problème, d'abord sous l'angle de l'éthique personnelle et ensuite sous l'angle de l'éthique citoyenne, afin de prendre conscience du changement de perspective qui s'opère lorsqu'il s'agit de prendre en compte, dans l'élaboration d'une loi pour tous, l'intérêt général et pouvoir reporter ensuite cette visée dans la réalité concrète de l'espace public

#### Description générale

- En sous-groupe, élaboration en commun d'une proposition de loi concernant la garde d'enfants mineurs en cas de divorce qui tienne compte de toutes les situations possibles et puisse valoir pour tous (intérêt général) et clarification des valeurs communes qui ont présidé à sa conception

#### Matériel/support

- Papier, crayons
- Flipchart

#### Durée :

- 1 heure

#### Déroulement de la séance

Les durées sont données à titre indicatif pour un groupe de 12 personnes

Activités	Durée
<p>Exposé de la situation-problème :</p> <p>Soit le père de Véronique. Imaginons la suite de l'histoire de Véronique. Le droit de garde a été accordé par le juge à la mère. Il a motivé sa décision par l'argument selon lequel une mère est plus capable d'éduquer son enfant qu'un père professionnellement très occupé et de plus, vivant en concubinage. Le père est révolté. Il participe à des « groupes de paroles » de pères qui sont dans la même situation que lui. Ceux-ci se mettent d'accord pour amener le débat au Parlement sous la forme d'une interpellation par un des leurs, qui est député. Cette interpellation aboutit à la constitution d'une commission en vue de l'élaboration d'une proposition de loi à soumettre au Parlement</p>	2 minutes



<p>Première phase :</p> <p>Il est demandé aux participants d'imaginer maintenant qu'ils constituent cette commission parlementaire. Les participants qui ont commencé par avoir sur cette situation tout à fait particulière un point de vue moral en fonction de leurs valeurs personnelles vont devoir élaborer et motiver le texte d'une loi-cadre qui puisse valoir dans toutes les situations et être équitables non seulement pour tous les protagonistes d'un divorce, mais aussi pour tous les membres de la société, et répondre à des exigences humanitaires</p>	2 minutes
<p>Disposer le groupe en sous groupe de 5 à 6 personnes qui se choisissent un président de séance pour animer le débat et un secrétaire synthétiseur pour établir le compte-rendu du débat et se charger de la rédaction du texte adopté</p>	2 minutes
<p>Débat en sous-groupe, élaboration et rédaction de la loi-cadre sur une grande feuille</p> <p>Toujours par sous-groupe, clarification des valeurs sous-jacentes à la décision choisie (écrite en rouge au-dessus du texte)</p>	20 minutes
<p>Affichage des différentes fiches et synthèse en grand groupe par les rapporteurs. Partage. Mise en évidence des convergences et des divergences entre les sous-groupes</p> <p>Comparaison des propositions avec l'état de la législation actuelle, sur base éventuellement de recherches juridiques</p>	20 minutes
<p>Deuxième phase :</p> <p>Individuellement, chacun prend 5 minutes pour notifier par écrit les modifications qui se sont opérées dans son mode de réflexion et d'engagement par ce déplacement du point de vue moral au point de vue citoyen et de la sphère privée à l'espace public via la participation à une commission parlementaire</p>	5 minutes
<p>Partage avec le grand groupe. Enumération et explication des différents critères pris en compte. Affichage sur une grande feuille</p>	20 minutes

### Adaptation/variantes

- Simulation d'un comité de concertation pour aboutir à la rédaction d'un règlement au sein d'une école

### Exploitation

- Prolongements possibles :
  - à partir de ces critères repérés et affichés, s'exercer, soit individuellement, soit en groupe, à un travail législatif sur d'autres problèmes éventuellement d'actualité (euthanasie, etc.)
  - examiner des travaux parlementaires dans lesquels sont pointés les arguments relevant de nous tous

## Autres exercices du même type

A partir du dilemme « Aïcha et les skin », procéder de la même façon

- Premier exercice :
  - Mise en place du dispositif du dilemme moral comme exercice de clarification des valeurs. La situation-problème du 2ème dispositif « Ethica » pourrait alors être :
    - vous êtes amenés à légiférer en commission parlementaire sur une loi-cadre concernant l'obligation ou non de délation de façon plus générale par rapport non seulement à des actes de délinquance, mais aussi à toutes autres situations (on peut penser à l'extrême droite, aux pédophiles, vendeurs de drogues dures, au racket, au harcèlement sexuel, aux sidéens, etc.). Une loi doit en effet présenter une certaine généralité
- A partir du dilemme sur le harcèlement sexuel « Se faire respecter ou garder son boulot »
  - La situation-problème pour le 2ème dispositif pourrait être :
    - vous êtes amenés à légiférer en commission parlementaire sur la nécessité ou non de définir spécifiquement et de poursuivre le harcèlement sexuel
- A partir du dilemme sur le SIDA.
  - La situation-problème pour la 2ème étape pourrait être :
    - vous êtes amené à légiférer sur la nécessité ou non d'une sanction en cas de transmission du virus en connaissant son état au partenaire par manque de protection

## Conditions et limites d'utilisation

- La méconnaissance de la situation prise pour thème de l'exercice peut être une faiblesse. On peut pallier cette dernière en permettant aux participants de faire des recherches préalables, mais attention aussi que cela aboutisse à faire « une loi sur l'information ». Il n'est pas toujours facile de dépasser le subjectif pour aller à l'universel
- On veillera à ce que le groupe ne croit pas que ses valeurs communes correspondent avec le bien commun. Il s'agit d'un exercice de clarification pour tendre vers le bien commun et l'exigence citoyenne

## Sources

- Entre-vues n°15, spécial bioéthique
- Hansotte, M. : **Dire le juste et l'injuste**. Entre-vues n°45. Juin 2000

**Exigences liées au déplacement du point de vue individuel au point de vue citoyen :**

- Se sentir investi d'une responsabilité partagée et d'un idéal collectif
- Accepter une désincarnation affective personnelle impliqué par ceste responsabilité collective portée dans un rôle social
- Faire preuve de rigueur
- Faire un choix raisonné
- Tenir compte de la diversité des valeurs et de tous les cas
- Prendre en compte l'ensemble de la société
- Viser le bien commun
- Savoir généraliser
- Obtenir l'adhésion des autres partenaires de la commission
- S'inquiéter d'établir un choix injuste
- Etre vigilant, travailler pour les autres
- S'informer de la législation actuelle
- Se référer aux droits de l'enfant

**Notes personnelles :** .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**FICHE 24****LE PACTE NARRATIF****Objectifs**

- Echanger un ressenti commun et dévoiler une communauté d'expérience
- Arriver à une décision de groupe
- Passer à l'action
- Dégager une représentation commune d'une thématique

**Contexte d'utilisation**

- Permet d'aboutir à la formulation d'une demande de changement et à une contribution personnelle ou du groupe à ce changement

**Description générale**

- L'animateur demande de se remémorer une situation d'injustice vécue personnellement où dont on a été témoin. Il va s'agir, après un partage en petit groupe, de le lire sous forme de récit, qu'on aura écrit, au groupe élargi. On commentera ensuite : quelles sont les espérances pour l'avenir ? Que changer pour que cela n'arrive plus ? Comment introduire ces changements ?

**Matériel/support**

- Papier - crayon

**Durée**

- 60 minutes

## Déroulement de la séance

Les durées sont données à titre indicatif pour un groupe de 12 personnes

Activités	Durée
Consigne : se remémorer une injustice subie ou dont on a été témoin	
Individuellement, noter : Que c'est-il passé ? Où ? Quand ? Comment ? Avec qui ? Comment les choses ont-elles évolué, Qu'ai-je ressenti, pensé alors ? Et maintenant ?	5 minutes
Par groupe de trois : raconter chacun son histoire. Ecouter, comprendre, échanger, se questionner, ne pas juger, entendre, entrer en résonance Commenter les histoires	15 minutes
Individuellement, noter ce que le partage en petit groupe a apporté	
En groupe, partager l'apport des échanges en groupe de trois	
Individuellement, écrire le récit	10 minutes
Partager les récits soit lecture conjointe, soit l'animateur lit, soit exposer les récits (tableau, table, etc.) En cercle, chacun va lire son récit. C'est le moment du pacte narratif où l'on partage autour d'une même valeur	10 minutes
Ensuite, on commente : Quelles sont les espérances pour l'avenir ? Que changer pour que cela n'arrive plus ? Comment introduire ces changements ? A quoi pourrait-on s'engager dans un avenir proche ?	10 minutes
Analyser en groupe après avoir sélectionné des récits représentatifs : Quelles sont les valeurs bafouées ? Quels sont les changements à apporter ? Quelles sont les espérances	10 minutes

### Adaptation/variantes

- Pourrait être rebaptisé formulation de la demande (on dépasse en effet la narration du pacte narratif pour s'orienter vers la description, pourrait aboutir à l'écriture d'une lettre avec des jeunes, raconter une situation où l'hygiène est défaillante, un changement, une demande de changement (en milieu scolaire par exemple), une préoccupation, un problème, des habitudes qui dérangent...

### Exploitation

- Potentialiser :
  - sélectionner un récit à prolonger concrètement en perspective propre
- Par groupe de 3 à 4 participants envisager concrètement :
  - quelle revendication formuler, quel changement opérer, quelle attitude soutenir, quelle résolution mettre en place, à quel affrontement faire face ?

### Conditions et limites d'utilisation

- Passer par l'écrit pour un public peu scolarisé ou dont le français n'est pas la langue maternelle
- Le dévoilement personnel
- Incriminer des personnes
- L'engagement pourrait rester purement fictif
- Si cela débouche sur des projets, dans quelle mesure ceux qui ont le pouvoir de décision s'y impliqueront-ils ?

**Sources**

- Hansotte M. : **Dire le juste et l'injuste**. Entre-Vues n°45 pp.46-47

**Notes personnelles :** .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## FICHE 25

### LES SIX CHAPEAUX

#### Objectifs

- Détailler différents registres possibles de communication
- Mettre en évidence différentes facettes d'un même sujet
- Apprendre à développer une méthode de pensée diversifiée dans sa structure en prenant conscience et en tenant compte conjointement du sens de l'objectivité, de l'esprit critique, des sentiments et de leurs expressions, de la créativité, de l'expression positive et de l'engagement dans l'action

#### Contexte d'utilisation

- Dans un travail de groupe, lorsque l'on souhaite ouvrir le champ de réflexion des participants et leur permettre de s'exprimer dans un registre différent

#### Description générale

- Six chapeaux : chacun représente une facette
  - Le chapeau blanc se rapporte aux faits. Il est neutre et objectif.
    - Lorsque quelqu'un porte ce chapeau, il énonce les faits et leurs échelles de véracité
  - Le chapeau rouge des émotions.
    - Celui qui porte ce chapeau exprime ses sentiments et émotions sur la question débattue
  - Le chapeau noir des aspects négatifs qui empêche l'action.
    - En portant ce chapeau, il faut exprimer ce qui ne va pas, où sont les obstacles
  - Le chapeau jaune de l'espoir et de la pensée positive.
    - Optimisme, évaluation positive et recherche d'efficacité caractérisent le discours du porteur de ce chapeau
  - Le chapeau vert des idées neuves de la créativité.
    - Le porteur de ce chapeau se libère du carcan des idées reçues pour aborder le problème de façon nouvelle et originale
  - Le chapeau bleu organise la réflexion et dirige les débats.
    - C'est le président de séance
- L'animateur veillera dans le déroulement à ce que chacun respecte le registre du chapeau qu'il porte lorsqu'il s'exprime

#### Matériel/support

- Six chapeaux de couleurs différentes

**Durée :**

- 45 minutes et plus

**Déroulement de la séance**

Les durées sont données à titre indicatif pour un groupe de 12 personnes

Activités	Durée
Décrire l'exercice et la fonction des chapeaux	2 minutes
Choisir un sujet de débat consensuel	2 minutes
Débattre du sujet en utilisant les chapeaux et en s'exprimant dans le registre qu'il représente	15 minutes
L'animateur (chapeau bleu) peut inviter les participants à utiliser les chapeaux dans un certain ordre ou leur demander de prendre le chapeau du registre dans lequel il s'exprime. Il peut encore suggérer qu'une personne utilise un chapeau spécifique à un moment particulier du débat	
Il peut être utile qu'un secrétaire prenne des notes	

**Adaptation/variantes**

- Voir la revue Entre-vues n° 11, 1991, pp. 10 à 22

**Conditions et limites d'utilisation**

- Age des participants (maturité)

**Sources**

- DE BONO, E. : **Six chapeaux pour penser**, Inter Edition, Paris, 1987
- Entre-vues n° 11, 1991, pp. 10 à 22

**Notes personnelles :** .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



**EVALUATION****Objectifs**

- Cerner l'état émotionnel du groupe
- Vérifier que les objectifs fixés sont atteints
- Connaître la satisfaction des participants
- Recueillir les insatisfactions du groupe
- Ajuster les contenus et les pratiques de formation
- Evaluer l'impact de la formation

**Contexte d'utilisation**

- Sur le plan des contenus, évaluer dans le cadre d'une formation à la clarification des valeurs semble peut-être incongru. Il ne s'agit évidemment pas d'évaluer les valeurs des participants mais de s'assurer que le cap fixé est bien maintenu
- Sur le plan humain, l'animateur doit être en permanence attentif à son groupe pour sentir les insatisfactions qui naissent. Sa responsabilité est de veiller à assurer un climat le plus empathique possible. Les moments d'évaluation permettent l'expression des tensions de manière constructive et de trouver des voies de résolution qui conviennent à chacun/au groupe

**Description générale**

- Les évaluations peuvent avoir lieu à différents moments : au terme de chaque exercice, après une séquence d'activités, en fin de journée, à la fin d'un module, au terme de la formation. Le moment de l'évaluation est conditionné par les objectifs
- Des bilans permanents semblent indispensables au moins à la fin de chaque journée et certainement à la fin d'un module pour juger de la satisfaction des participants et des aménagements (contenus et processus) à réaliser pour la suite du programme
- Au terme de la formation, une évaluation globale et générale doit avoir lieu pour évaluer à la fois la satisfaction des participants et l'impact de la formation. Il est également utile de s'assurer que les modules n'ont généré ni effets contre-productifs ni effets pervers

**Matériel/support**

- Tous les supports utilisés en animation : papier, stylos, crayons, feutres, carton, etc.

**Durée**

- Variable en fonction du type d'évaluation sélectionné : de quelques minutes à une demi-heure  
N.B : on peut réaliser des évaluations entre les séances de formation

## Déroulement

- Les évaluations peuvent se dérouler selon des méthodes individuelles, en groupe, écrites, dessinées et sous forme ludique
- Pour évaluer, les techniques suivantes peuvent être utilisées : tour de table, visualisation mobile, feel wheel (fiche 11) , questionnaires, questions en suspend

## Adaptation/variantes

- Avec des jeunes, des formes ludiques peuvent être très utiles. On peut ainsi avoir recours au mime, aux dessins, au mouvement (par exemple : utiliser des techniques des fiches « Horloge » et « Tranche de vie » pour évaluer la satisfaction (se positionner de part et d'autre d'une ligne, lever les bras, etc.)

## Conditions et limites d'utilisation

- S'assurer du temps utile à l'évaluation. Programmer ce temps dans l'horaire de formation. Généralement les évaluations se font en fin de journée, avant les repas et sont ainsi « bâclées »
- Veiller également à vous accorder le temps nécessaire à exploiter, avec les participants, les résultats des évaluations intermédiaires

## Sources

- Deccache A. : Pour mieux choisir son évaluation. Définition et rôles des évaluations en éducation pour la santé. Méthodes au service de l'éducation pour la santé. APES Collection n°5, 19
- De Peretti A. – Boniface J. – Legrand J-A : Encyclopédie de l'évaluation en formation et en éducation. Guide pratique. ESF Editeur. Collection Pédagogies/Outils. Paris 1998

## BIBLIOGRAPHIE

- Botton M. : La créativité appliquée en 50 fiches. Les éditions d'organisation. Collection EO/FP. 2<sup>ème</sup> édition. Paris 1995
- Bury J.A : Education pour la santé : concepts, enjeux, planification. Editions Deboeck Université, Collection Savoirs et Santé 1988
- Comité Français d'Education pour la Santé : L'éducation pour la santé est-elle éthique? La santé de l'homme. N°345, Janvier-février 2000-Numéro spécial
- De Peretti A. – Boniface J. – Legrand J-A : Encyclopédie de l'évaluation en formation et en éducation. Guide pratique. ESF Editeur. Collection Pédagogies/Outils. Paris 1998
- Deccache A. : Pour mieux choisir son évaluation. Définition et rôles des évaluations en éducation pour la santé. Méthodes au service de l'éducation pour la santé . APES Collection n°5 (non daté)
- Downie R. S. –Tannahill C. –Tannahill A. : Health promotion. Models and values. Oxford Medical Publications. Oxford University Press. Oxford 2d edition 1999
- Entre-Vues c/o CAL Brabant Wallon : Rue Provinciale 11 1301 – Wavre  
Tél. : 010/40.19.67 - Fax : 010/41.16.37) – E-mail : francoise.martin@freebel.net)
- Entre-vues : n° 11, 15, 18, 19, 24, 31, 32, 37-38, 45
- Ewles, L. - Simnett, I. : Promoting health. A practical guide. Ballière Tindall. London 4th edition 1999
- Klipper L. : Titre (notes dactylographiées). (non daté)
- Lecorps P., Paturet J-B. : Santé publique du biopouvoir à la démocratie. Rennes, Editions ENSP 1999
- Limbos E. : L'animation des groupes de culture et loisirs. Editions ESF. Collection Formation permanente en sciences humaines. 5<sup>ème</sup> édition. Paris 1994
- Naidoo, J. - Wills, J. : Health promotion. Foundation for the practice. Ballière. Tindall. London 3th edition 1996
- Oberlé D. : Les valeurs des professionnels en éducation pour la santé. Pour une réflexion éthique. Promouvoir la santé, réflexions sur les théories et les pratiques. RÉFIPS, collection Partage pp53-88. Québec 1994
- Raeburn J. – Rootman I. : People-centered health promotion. Wiley. Chichester 1998
- Simon S., Howe L., Kirschenbaum H.: A la rencontre de soi-même. 80 expériences de développement de valeurs. Un carnet personnel. Un guide pour l'animateur de groupe. Institut de Développement Humain. Québec 1979
- Techniques de DRAMA. Communauté française. Centres d'expression et de créativité