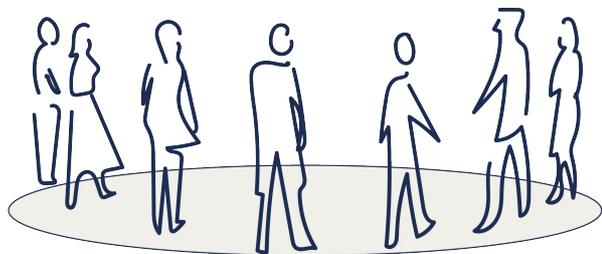




Inspiré des traditions et cultures indigènes habituées à se rassembler en cercle, le cercle de parole et d'écoute est une pratique d'intelligence collective qui permet de distribuer la parole dans un groupe et de s'écouter les uns les autres pour accueillir des conversations importantes.

* tel que transmis par Jared et Ann Seide du Center For Council



EXCELLENT POUR

- Faire connaissance et/ou explorer des sujets en profondeur et avec authenticité
- Permettre à tous les membres d'un groupe de s'exprimer
- Développer la capacité d'écoute, le sentiment d'appartenance et la compassion au sein du groupe



20 minutes à
1 heure 30

ANIMATION PAS À PAS

ÉTAPE 1 - Installation Installez un cercle de chaises. Vous pouvez laisser une chaise vide qui représente les personnes qui ne sont pas là (les partenaires, les bénéficiaires, etc.). Préparez un joli "centre" en disposant quelques objets (balle en mousse, bâton, caillou...) qui pourront servir d'objets de parole.



À partir de 2
participants

ÉTAPE 2 - Ouverture Invitez les participants à s'asseoir en cercle. Présentez le thème du cercle et introduisez les principes fondamentaux du cercle : Écouter avec le cœur ; Parler avec son cœur ; Être spontané ; Être concis, aller à l'essentiel.

Enfin, marquez le début du cercle en prenant ensemble une grande respiration ou proposant un rapide ancrage ou scan corporel.



Une salle avec
des chaises en
cercle et
1 paperboard

ÉTAPE 3 - Le cercle Invitez les participants à répondre à une question en lien avec le sujet et qui invite chacun à raconter une histoire. Par exemple, pour un cercle qui vise à faire connaissance, l'invitation peut être : *"Racontez une histoire sur votre prénom. Portez-vous le prénom de quelqu'un ? Votre prénom a-t-il une signification particulière ? etc."*. Précisez que chacun peut passer son tour et que personne n'est obligé de parler. La première personne qui souhaite s'exprimer démarre en prenant un objet de parole puis transmet l'objet de parole à son voisin, dans le sens des aiguilles d'une montre. Si besoin, vous pouvez proposer un deuxième tour de cercle en posant une nouvelle question.

ÉTAPE 4 - Témoignages Avant de clôturer le cercle, invitez chacun à partager une chose qu'il a entendue lors du tour précédent, par exemple en démarrant sa phrase par : *"J'ai entendu quelqu'un dire : "..."* ou *"J'ai entendu parlé de [+ thème]..."*. Les thèmes peuvent alors être notés sur un paperboard, et peuvent servir de points de départ pour de prochains cercles ou séquences.

ÉTAPE 5 - Clôture Marquez la fin du cercle en proposant un geste collectif comme taper tous ensemble dans les mains, ou tout autre geste corporel qui permet au corps et à l'esprit de sentir que c'est fini, de "décharger" l'énergie.

Variantes : > Pop-corn : l'objet de parole est placé au centre ; l'orateur prend l'objet quand il le souhaite et le replace au centre après avoir parlé et ainsi de suite. > Toile / Web : l'objet de parole est lancé par l'orateur à quelqu'un d'autre dans le cercle, soit à quelqu'un qui a fait un geste qui indique qu'il souhaite prendre la parole, soit à quelqu'un de son choix. > Bocal à poisson : Deux sièges ou plus forment un cercle central. Les personnes sont choisies ou choisissent de s'asseoir à ces places et l'objet de parole circule à l'intérieur de ce cercle ; puis l'objet de parole peut être transmis au cercle extérieur, qui peut offrir des commentaires de témoins : *"J'ai entendu quelqu'un dire : "..."*. > Spirale : trois sièges ou plus forment un cercle central ; les volontaires passent du cercle extérieur au cercle intérieur et vice-versa ; la personne qui prend place à l'intérieur du cercle écoute la personne qui suit son tour avant de retourner dans le cercle extérieur.