



L'écriture guidée (*guided journaling* en anglais) est une technique créée par le Presencing Institute qui permet à chacun de prendre du recul par écrit, en répondant à une série de questions posées à voix haute par le facilitateur. Cette technique, très simple en apparence, est très puissante pour prendre du recul sur un sujet, connecter chacun à ses valeurs et motivations profondes et créer des discussions authentiques et génératives.



EXCELLENT POUR

- Prendre du recul suite à une expérience vécue (collective ou individuelle)
- Recueillir du feedback sur un projet, une stratégie, un produit, un service...
- Ancrer les apprentissages, à la fin d'une séquence ou d'un atelier
- Faire émerger des questions et/ou des idées sur un sujet avant de procéder à un partage en groupe



10 à 30
minutes

ANIMATION PAS À PAS

Préparez entre 4 et 12 questions que vous voulez poser aux participants, en lien avec ce qu'ils ont vécu dans les séquences précédentes. *Voir exemples de questions à la fin de cette fiche.*

ÉTAPE 1 Introduction - 1 min

À la fin d'une présentation de projet ou d'une conférence sur un sujet par exemple, invitez les participants à prendre une feuille de papier et un stylo. Puis expliquez la consigne : "Je vais vous guider à travers une série de questions, et je vais les lire à voix haute l'une après l'autre. Écoutez la question, en silence, et écrivez - sans réfléchir - ce qui vient à travers votre main, votre cœur et votre tête. Si l'une des questions ne vous inspire pas, aucune inquiétude à avoir, laissez simplement votre esprit vagabonder et reprenez l'écriture à la prochaine question."

ÉTAPE 2 Écriture guidée - entre 5 et 15 minutes, selon le nombre de questions

Lisez les questions les unes après les autres en laissant 2 minutes environ entre chaque question. Observez les participants pour voir où ils en sont dans leur écriture et adaptez votre rythme à leur rythme d'écriture.

ÉTAPE 3 Partage - 10 min

Organisez un temps de partage avec le groupe, en précisant que chacun est libre de partager ce qu'il souhaite. Vous pouvez organiser le partage selon différentes modalités :

- > Partage libre: les participants partagent dans une conversation naturelle (attention : utilisez cette modalité de partage avec un groupe déjà mature sur l'écoute et le partage de la parole) ;
- > Partage via un bâton de parole : les participants partagent en se passant un bâton de parole (laissez la possibilité de passer son tour) ;
- > Facilitation À Distance (FAD): Partage via un nuage de mots (ou phrases) via un outil de travail collaboratif (ex : google slides, tableau blanc sur skype ou zoom, etc.).

Exemples de questions :

- Qu'est-ce qui me conforte dans ce que je viens d'entendre ?*
- Qu'est-ce que je savais/imaginai déjà ?*
- Qu'est-ce qui me surprend ? Qu'est-ce qui est nouveau ?*
- Qu'est-ce qui m'enthousiasme ?*
- Quels éléments du projet/de la stratégie/de la vision qui vient d'être partagé me donnent le plus d'énergie ?*
- Quelles questions émergent ?*
- En quoi ce projet/cette stratégie/cette vision a-t-elle un impact sur moi, sur mon travail ? Comment puis-je contribuer à sa réalisation ?*



Pas de limite



De quoi écrire