

CRACHE TA VALDA

Brise-glace, Co-construction, Distanciel, Empathie, Partage de ressenti, Présentiel

Demandez à chaque personne d'inscrire les éléments qui le dérangent ou le préoccupent concernant le sujet lancé, ce sont ses valdas. 1 post-it = 1 idée.



De 4 à 20 personnes



30 minutes



- Post it
- Arbre dessiné sur
paperboard



Présentiel et distanciel

Détails du brise-glace

Objectif : Ce brise glace permet aux participants de se libérer de certains « poids », développer l'écoute et l'empathie des autres membres du groupe. Pour s'exprimer sur des sujets préoccupants, pour favoriser la communication.

Principe : Distribuez un nombre limité de post-it aux participants (chaque personne reçoit le même nombre). Demandez à chaque personne d'inscrire les éléments qui le dérangent ou le préoccupent concernant le sujet lancé, ce sont ses valdas. 1 post-it = 1 idée.

Ensuite, les participants accrochent leurs valdas (1 post-it = 1 valda) sur l'arbre de la Valda (paperboard avec un arbre dessiné).

Puis à tour de rôle, demandez aux participants de décrocher une valda qui n'est pas la sienne et de la présenter en commençant par "je" ou "pour moi" afin qu'il se mette à la place du participant qui a déposé cette valda.

Astuces

Cet exercice est un bon échauffement à l'empathie avant d'entamer un atelier collaboratif et créatif !