

04 - BALLONS

Niveau 1 - Thèmes G & A

Pour réaliser nos rêves, nous devons tout d'abord nous délivrer des chaînes qui nous retiennent prisonniers. Ainsi, ensemble, nous pourrions concrétiser nos rêves.

Thèmes abordés

Ceux choisis par le groupe

Objectifs

- Créer une bonne ambiance au sein du groupe.
- Réfléchir aux mécanismes de l'oppression, de la discrimination et de l'exclusion.
- Conduire le groupe à une action positive et encourager des activités de suivi.

Durée

20-30 minutes

Taille du groupe

Entre 10 à 40

Préparation

- 2 ballons par participant
- 2 bouts de ficelle (environ 50 cm de long) par participant
- Feutres indélébiles ou marqueurs - en nombre suffisant
- Un bloc d'étiquettes autocollantes et des crayons
- Un tableau blanc ou un panneau d'affichage
- Une pièce suffisamment grande pour que les participants puissent courir tout autour
- aucune chaise ou table dans l'espace central

Instructions

1.

Demandez aux participants de réfléchir individuellement pendant une minute à la société dans laquelle ils voudraient vivre, puis de définir un ou deux aspects la caractérisant.

2.

Demandez-leur d'écrire ces deux caractéristiques sur une étiquette autocollante, puis de venir, un par un, la coller sur le tableau ou le panneau.

3.

Demandez-leur ensuite de réfléchir à deux choses, deux « chaînes » qui les empêchent de poursuivre les deux objectifs de leur société idéale.

4.

Distribuez les marqueurs et donnez à chaque participant deux ballons et deux bouts de ficelles. Demandez-leur de gonfler les ballons et d'y écrire en grosses lettres les deux « chaînes » qui les empêchent de vivre dans la société de leur rêve.

5.

Faites le tour du cercle et demandez à chacun de lire ce qu'il a écrit sur ses ballons.

6.

Dites au groupe qu'il a la possibilité de briser ses chaînes. Chacun s'attache un ballon à chaque cheville. Lorsque tous les participants sont prêts, expliquez-leur que pour briser leurs chaînes, ils doivent sauter sur les ballons pour les crever. Pour rendre la partie plus drôle et plus acharnée, vous pouvez suggérer aux participants de tenter de faire éclater les ballons des autres tout en tentant de protéger les leurs.

7.

Donnez le signal de départ.

Compte rendu et évaluation

Commencez la discussion en demandant aux participants s'ils ont apprécié l'activité et ce qu'ils en pensent. Poursuivez par des questions du type :

- Qu'est-ce qui rendent les chaînes qui nous "oppriment" si lourdes ? D'où proviennent-elles ?
- Pensez-vous que certaines personnes portent des chaînes plus lourdes que d'autres ?
- De qui s'agit-il ?
- Pouvons-nous les aider à se délivrer de leurs chaînes ?

Conseils pour l'animateur

Cette activité fonctionne bien associée à l'activité « Rêves », car toutes deux traitent des mêmes sujets. Jouez aux « Ballons » une fois que les participants ont mis en commun les dessins illustrant leurs rêves.

L'intérêt de « Ballons » réside dans son côté ludique et dans l'excitation qui monte lorsque tout le monde saute sur les ballons et que vous les entendez éclater. C'est donc cette dimension que vous devrez préserver si vous adaptez l'activité.

Au lieu de ballons, vous pouvez utiliser des préservatifs. Ils ont l'avantage d'être plus difficiles à crever, ce qui rend la partie plus excitante. Mais certains sont vraiment très résistants ! Vous devrez par conséquent faire des essais préalables. Dans certains groupes, l'utilisation de préservatifs peut aider à briser des tabous à propos du sexe et du sida.

Pourtant faites attention, car, dans certaines situations, leur emploi pourrait avoir des effets inverses !

La version simplifiée de cette activité - en utilisant simplement les ballons et les bouts de ficelle -, certes onéreuse, peut faire office d'energiser ou d'échauffement.

Suggestions de suivi

La discussion débouchera sur des idées d'activités concrètes. Le groupe peut par exemple prévoir une activité spécifique de travail en commun pour « 42 - briser la glace ». Il peut aussi envisager de concrétiser un aspect particulier de sa société idéale.

Vous souhaitez peut-être poursuivre avec l'activité « 07 - Cher(e) ami(e) » qui offre la possibilité d'explorer plus en profondeur certaines conceptions et sentiments.