

# Et si on en parlait d'abord ?

## Fiche pédagogique

---

Le support « Et si on en parlait d'abord ? »<sup>1</sup> a été réalisé afin de se poser et échanger en équipe suite à cette période de Coronavirus, confinement et dé-confinement, et avant de reprendre le travail.

Ces échanges peuvent permettre de mettre à plat ce qui a été vécu, afin de mettre des mots et discuter autour de cette période, et éventuellement de voir quelles pistes et opportunités peuvent s'ouvrir pour la suite.

### Objectifs

- Mettre des mots, s'exprimer sur ce qu'on a vécu – personnellement et professionnellement – pendant cette période.
- Echanger.
- Utiliser les éléments récoltés pour en faire une opportunité de changement dans notre manière de travailler aujourd'hui.

### Public

Cet outil a été conçu pour échanger entre collègues, en équipe, autour de ces questions. Il est néanmoins malléable, et donc adaptable à tout autre public.

Pour permettre les échanges et une certaine dynamique, l'idéal est d'avoir 5 à 10 participant.e.s ; au-delà, pour certaines catégories proposées, un travail en sous-groupes peut aider.

### Quelques balises pour l'animateur

Pour certain.e.s, cette période a été très difficile à vivre. L'usage d'un support pour en parler peut donc ouvrir l'espace à des vécus difficiles.

Or, ce support vise à un échange autour des vécus, mais n'a pas une visée thérapeutique.

Il est donc essentiel :

- d'installer un cadre clair avant l'animation, permettant à chacun.e de s'exprimer en sécurité. La consigne peut être la suivante : « De quoi avez-vous besoin pour vous sentir à l'aise dans le groupe et partager avec les autres votre expérience du confinement ? » ;
- de savoir vers quel autre espace relayer les personnes dont le vécu et les émotions nécessitent un soutien. Le conseiller en prévention, la personne de confiance de votre institution ou le service de médecine du travail de votre institution peuvent être une ressource.

### Animation

Ce support peut être animé de multiples manières, selon la catégorie sur laquelle on échange.

Vu la sensibilité du sujet, l'idéal est de l'animer en présentiel plutôt qu'en visio-conférence, même si celle-ci est également possible.

Ce support a pour objet que l'animateur.trice se l'approprie. Il est malléable ; vous pouvez choisir ce que vous abordez et ce que vous n'abordez pas, la manière dont vous l'abordez et le temps que vous y consacrez, selon vos contraintes et les besoins de votre équipe.

Le CLPS-Bw peut vous aider à réfléchir et adapter cette animation à votre contexte ; n'hésitez pas à nous contacter.

Afin de vous inspirer, nous avons posté sur le site du CLPS-Bw quelques idées d'animations, mises en place par d'autres professionnel.le.s au départ de ce même support. N'hésitez pas à nous faire part de la manière dont vous l'avez animé...

---

<sup>1</sup> Ce support d'animation a été fortement inspiré par un outil à l'attention des écoles : « Parcours ados et jeunes après le dé-confinement » ; <http://cartablecps.org/page-25-33-0.html>