

# Des jeux pour dynamiser les groupes

Le jeu n'est pas réservé aux enfants ! A tout âge, le jeu dynamise le travail d'un groupe : un corps éveillé facilite l'activité du cerveau !

Séances, colloques, animations, formations... Autant d'occasions où un jeu judicieusement choisi et placé peut transformer la dynamique et l'ambiance de manière extraordinaire.

Nombre de jeux peuvent aussi être utilisés en lien avec un thème de travail, ce qui en fait des exercices directement utiles autant que ludiques ! Or travailler en ayant l'impression de jouer est encore la meilleure façon d'apprendre !

## *Contenu*

Vous apprendrez à animer des jeux pour réguler la dynamique d'un groupe que vous avez la charge d'animer ; par exemple :

- pour se **présenter** les uns aux autres ;
- pour se mettre en **mouvement**, se défouler, augmenter l'énergie du groupe, s'échauffer avant un jeu de rôles ;
- pour se **calmer**, apaiser l'agitation, retrouver un silence intérieur, libérer un trop-plein d'émotions ;
- pour retrouver la **concentration** commune ;
- pour développer la **cohésion** du groupe, la confiance mutuelle ;
- pour améliorer l'expressivité, l'**affirmation de soi** de chacun ;
- pour aider un groupe à réfléchir à sa **dynamique** propre (mécanismes de pouvoir, rôles, coopération...);
- pour introduire, illustrer ou explorer un thème ;
- pour **évaluer** une séance, une rencontre, un module de formation...

Vous pourrez également soumettre **vos thèmes** d'animation habituels, et découvrir peut-être des jeux correspondant particulièrement à ces thématiques.

## *Durée*

Un ou deux jours.

## *Méthodologie*

A partir des besoins exprimés par les participants, des jeux seront expérimentés et évalués ensemble ; une description écrite sera donnée pour chacun.