

Le jeu "Sens-Actions" comme levier pour développer les compétences émotionnelles :



MÉLANIE LATIERS – UNAMUR/HENALLUX/HEC LIEGE
INSPIRALIA - 17/11/2022

Déroulement de l'atelier



1. OBJECTIFS DU JEU
"SENS-ACTIONS"



2. PREMIER TEST



3. VARIANTES ET
COMPLÉMENTS



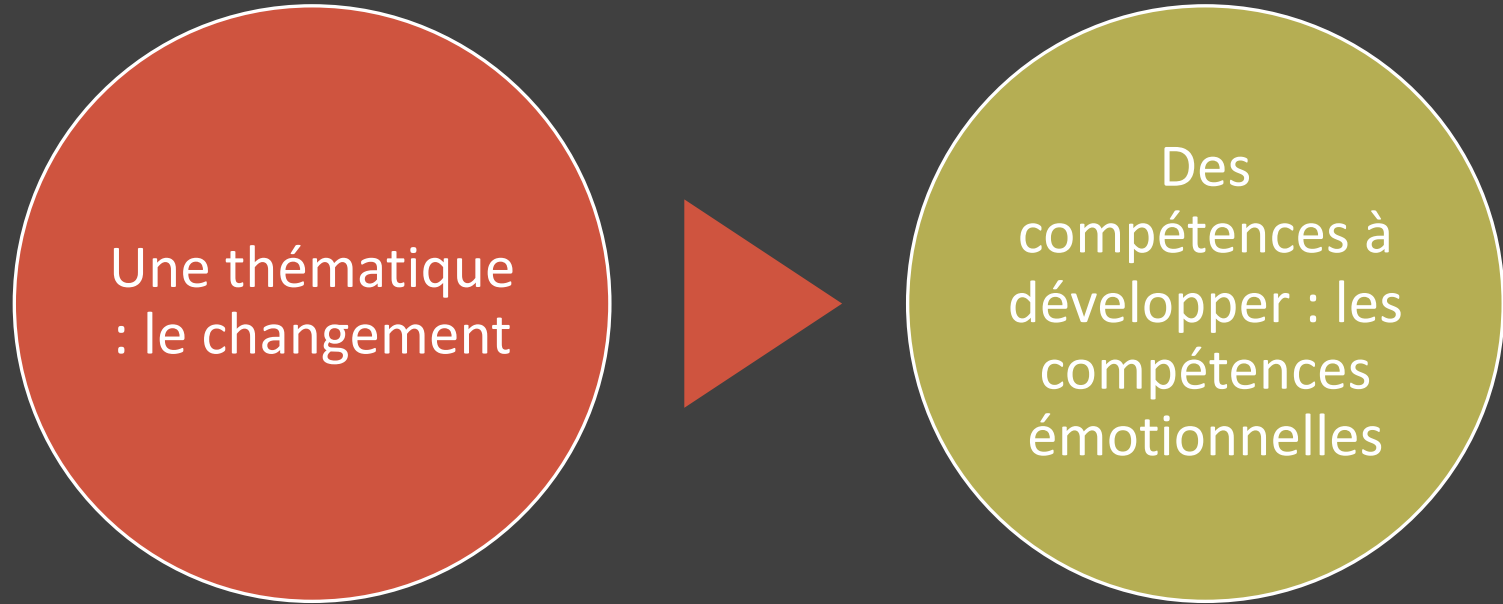
4. VIGILANCES ET
CONCLUSIONS



1. OBJECTIFS ET CONTEXTE DE CRÉATION

POURQUOI? COMMENT?

Contexte





Maïra Mikolajczak
Jordi Quisilbach
Illos Kotxau
Delphine Néls

Les compétences
émotionnelles

dunod

LES ATELIERS
DU PRATICIEN

LES ATELIERS - ERNA FANES - TERESA SUAREZ
MIRA MIKOLAJCZAK - JORDI QUISILBACH - CHRISTOPHE JETI

DÉVELOPPER
LES COMPÉTENCES
ÉMOTIONNELLES

en 8 séances

Autres titres de la collection

dunod

Dispositif et appui théorique

Le jeu de rôle pour
permettre l'expérimentation

Des ateliers pour prolonger
la réflexion autour des
compétences émotionnelles



Outils développés

1. Le jeu (contexte/personnages/documents/règles), en collaboration avec Bastien Wauthoz, game designer
2. L'animation des débriefings
3. Les séances consacrées aux compétences émotionnelles
4. Le carnet de bord, en collaboration avec Sabrina Haas

A pile of colorful LEGO bricks in various shapes and sizes, including 1x2, 1x3, 1x4, and 2x4 bricks, scattered on a light-colored wooden surface. The colors include blue, yellow, orange, green, pink, and red. The text "2. TEST : à vous de jouer :-)" is overlaid on the image in white font, with a thin white horizontal line underneath it.

2. TEST : à vous de jouer :-)

RÈGLES DE BASE

- Eviter toute forme de violence (comme juger l'autre, agresser, faire pression, critiquer, etc.)
- Respecter chaque personne
- Accepter de jouer le jeu sans aucun enjeu (nous ne nous situons pas dans une approche académique mais dans une approche expérientielle)
- Expérimenter, ressentir et partager
- Laisser chacun s'exprimer librement sur ce qu'il ressent
- S'engager à respecter la confidentialité concernant tout ce qui est exprimé durant les sessions de travail

Objectifs du jeu

Interpréter (dans le cadre d'un jeu de rôle) des acteurs d'un changement en entreprise

Le déroulé complet prévoit deux jeux de rôle/réunions

Pas de gagnant / vivre une expérience...

Déroulement des séquences de jeu (réunions) (1/2)

Avant la réunion, chacun lit la situation de départ

Au début de la réunion, chaque joueur pioche au hasard une fiche de personnage qu'il va incarner lors de la réunion (+ cartes et jetons)

La réunion est **lancée par** en lisant à haute voix les éléments de la fiche de réunion

Déroulement des séquences de jeu (réunions) (2/2)

Pour alimenter le jeu, les joueurs ont à leur disposition des informations en fonction de leur personnage (cf. les fiches personnages).

Chacun joue l'émotion de son personnage et est attentif à l'émotion jouée par les autres...

Pour le reste, chacun est libre de dire ce qu'il veut. Créez en commun **l'histoire** que vous voulez raconter!



Jeu sérieux

SESSION 1 : JOUER L'ÉMOTION
DE VOTRE PERSONNAGE

Débriefing en
sous-groupe :
regroupez-vous
par 5

Discutez des questions suivantes :

- Qu'a ressenti votre personnage et vous en le jouant ? Qu'est-ce qui vous permet de le dire?
- Lors de cette réunion, de quoi vous et votre personnage auraient-ils eu besoin?
- Comment votre personnage s'est-il « comporté » lors de la réunion? Quels sont ses comportements principaux?
- Qu'avez-vous appris en jouant cette situation? Sur vous et sur l'accompagnement du changement? Sur les émotions?

Chacun note pour lui-même



3. Variantes et compléments

De 1h30 à 2 journées...

- Ajout d'une session de jeu possible, avec débriefing.
- Si les participants sont plus nombreux : 1 joueur + 1 observateur/coach
- Séances complémentaires d'ateliers sur les compétences émotionnelles avec exercices et carnet de bord

	Versant intrapersonnel (soi)	Versant interpersonnel (autrui)
Les personnes ayant des compétences émotionnelles élevées...		
Identification	... sont capables d'identifier leurs émotions	... sont capables d'identifier les émotions d'autrui
Compréhension	... comprennent les causes et conséquences de leurs émotions	... comprennent les causes et conséquences des émotions d'autrui
Expression	... sont capables d'exprimer leurs émotions, et de le faire de manière socialement acceptable	... permettent aux autres d'exprimer leurs émotions
Régulation	... sont capables de gérer leur stress et leurs émotions (lorsque celles-ci sont inadaptées au contexte)	... sont capables de gérer les émotions et le stress d'autrui
Utilisation	... utilisent leurs émotions pour accroître leur efficacité (en matière de réflexion, de décisions, d'actions)	... utilisent les émotions des autres pour accroître leur efficacité (en matière de réflexion, de décisions, d'actions)

Tiré de : Mikolajczak *et al.* (2014, p. 7).

4. Vigilances et conclusions



Quelques points d'attention/ retours d'expérience

- Ne pas instrumentaliser la question du développement des compétences émotionnelles
- Respecter le “malaise” de certains vis-à-vis de cette thématique
- Privilégier le coaching par les pairs et le recours à l'écrit