



Unir nos forces pour l'avenir des jeunes et de ceux qui les guident

MÉTHODE – CERCLE DE PAROLE

EXPRESSION EGALITAIRE – ÉCOUTE ACTIVE – COHESION DU GROUPE

FINALITE DE L'OUTIL

Le cercle de parole crée un **espace sécurisé**, structuré et égalitaire permettant aux jeunes de s'exprimer sans jugement.

Il favorise la **régulation émotionnelle**, l'écoute active et le respect mutuel.

Il ne vise pas la thérapie mais la **construction collective d'un climat de confiance**.

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Encourager **une expression libre, authentique et mesurée**.
- Développer les compétences **d'écoute active** et de respect du tour de parole.
- Renforcer la **cohésion**, l'empathie et la compréhension mutuelle.
- Installer un cadre favorisant la **responsabilisation** du groupe.

MATERIEL NECESSAIRE

- Des chaises installées en cercle.
- Un **bâton de parole** ou objet symbolique (optionnel).
- Un espace calme, sans perturbation.

MODE OPERATOIRE (PRATIQUE PROFESSIONNELLE)

ÉTAPE 1 — INSTALLATION DU CERCLE

Placer le groupe en cercle, tous au même niveau, sans table.

Objectif : symboliser l'égalité et la possibilité de se regarder.

ÉTAPE 2 — RAPPEL DU CADRE DE SECURITE

Trois règles fondamentales :

- **Confidentialité** : ce qui est dit reste dans le cercle.
- **Non-jugement** : on parle de soi, pas sur l'autre.
- **Écoute active** : on ne coupe pas, on respecte le tour de parole.

Message clé : « *Le cercle n'est pas un espace de règlement de comptes.* »

ÉTAPE 3 — THEME D'OUVERTURE

Proposer une question simple et accessible, par exemple :

- « *Comment je me sens aujourd'hui ?* »
- « *Ce dont j'ai besoin pour être bien dans le groupe.* »
- « *Ce qui m'a aidé cette semaine.* »

Le thème doit être **court, clair et non intrusif**.



Unir nos forces pour l'avenir des jeunes et de ceux qui les guident

ÉTAPE 4 – TOUR DE PAROLE

Chacun s'exprime à son tour, ou peut passer.

Le bâton de parole (si utilisé) matérialise le droit à la parole et l'écoute.

Rappels :

- Expression courte (30 secondes suffit).
- Pas de dialogue pendant le tour.
- Liberté de dire « Je passe » sans pression.

Objectif : permettre à chacun d'exister dans le groupe.

ÉTAPE 5 — SYNTHÈSE DOUCE

Le facilitateur conclut en relevant :

- les **points communs**,
- les **besoins exprimés**,
- une **valeur collective** qui a émergé (respect, patience, courage...).

Aucune analyse psychologique.

Juste une mise en mots du **climat et une ouverture** vers la suite de l'atelier.

POSTURE PROFESSIONNELLE

- Présence calme, ancrée, non intrusive.
- Neutralité bienveillante.
- Protection du cadre : rappeler les règles si nécessaire.
- Ne pas « interpréter » les vécus personnels.
- Soutenir l'expression sans l'orienter.

POINTS DE VIGILANCE

- Ne jamais laisser un participant aller vers un dévoilement dangereux.
- Ne pas « thérapiser » le cercle : ce n'est pas un espace clinique.
- Rester vigilant aux tensions silencieuses (regards, crispations).
- Assurer que les plus introvertis puissent exister sans être forcés.
- Éviter que certains monopolisent l'espace.

VARIANTES POSSIBLES

- **Cercle d'ouverture** : en début d'atelier pour installer un climat.
- **Cercle de clôture** : pour recueillir un mot de fin ou un ressenti.
- **Cercle silencieux** : chacun pose un mot écrit au centre.
- **Cercle valeurs** : choisir une valeur commune pour la séance.

8. RETOMBÉES ATTENDUES

- Meilleure **cohésion de groupe**.
- Installation d'un **climat de confiance**.
- Expression plus **authentique et régulée**.
- Développement de **l'écoute et du respect mutuel**.