

Technique de facilitation : tour de météo



L'objectif de cette technique est de prendre en compte la disponibilité émotionnelle des personnes vis-à-vis d'une séance de travail.

Nos émotions jouent beaucoup dans nos relations humaines. Un manque d'attention d'une personne peut être mal interprété. Un « tour de météo » au début d'une séance de travail permet de prendre en compte l'état émotionnel des personnes afin de faciliter son déroulement.

Quand l'utiliser ?

Comme exercice au démarrage d'une séance de travail avec une ou plusieurs personnes.

Comment l'utiliser ?

- Le facilitateur demande aux personnes présentes de prendre quelques secondes pour réfléchir à leur « météo du jour ».
- A tour de rôle (y compris le facilitateur), chaque personne, si elle le souhaite, a la possibilité d'exprimer « sa météo du jour ».

Par exemples :

« Ma météo est au beau fixe. Je me réjouis de cette séance de travail. »

« J'ai la tête dans un nuage orageux, je viens juste d'avoir un accident de voiture. Je risque de ne pas être à 100 % concentré et je m'en excuse d'avance. »

Variante

Le facilitateur peut utiliser un jeu de cartes sur lesquelles sont écrits des adjectifs indiquant une palette d'états émotionnels (par exemple cartes « je me sens...»). Le facilitateur propose aux personnes de choisir une carte et éventuellement d'exprimer la raison de leur choix.