

# L'union fait ma force !

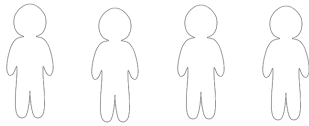
Cette activité permet aux stagiaires d'identifier des forces et des qualités chez leurs collègues. D'une durée d'environ 30 minutes, cette activité peut être réalisée lorsque les stagiaires ont eu un certain temps pour se connaître entre eux.

## Objectifs

- Reconnaître et exprimer aux autres des qualités ou des forces
- Favoriser la connaissance de soi
- Favoriser le sentiment d'appartenance au groupe
- Favoriser la confiance en soi

## Matériel

1 illustration de bonhomme non-binaire pour chaque stagiaire  
Crayons de couleurs



## Déroulement

Remettre une illustration de bonhomme à chaque stagiaire et leur demander d'y inscrire leur nom et de la passer ensuite à leur voisin de gauche. Chaque stagiaire inscrit une qualité ou une force observée chez la personne identifiée sur le bonhomme. Il ou elle la remet ensuite à son voisin de gauche et ainsi de suite jusqu'à ce que chaque stagiaire ait pu inscrire au moins une force ou une qualité pour chaque stagiaire dans le groupe et que l'illustration du bonhomme couverte de qualités revienne à la personne à qui elle est dédiée.



## Savoir-être visés

- Confiance
- Sentiment de compétence
- Connaissance de soi
- Sentiment d'appartenance au groupe
- Respect

## Questions de relance

- Que ressentez-vous en lisant les qualités et les forces qui vous ont été attribuées ?
- Est-ce que vous souhaiteriez ajouter d'autres forces ou qualités à celles qui vous ont été attribuées ?
- Est-ce qu'il est facile ou difficile pour vous d'attribuer des forces et des qualités à autrui? Est-ce qu'il est facile ou difficile pour vous d'en recevoir?

## Actions du superviseur.e

- Inviter les stagiaires à accueillir les forces et les qualités qui leur sont reconnues par leurs pairs
- Encourager les stagiaires à mobiliser les forces et les qualités identifiées dans le contexte de la supervision ou du stage

## Actions du stagiaire

- Attribuer des qualités ou des forces à leurs collègues
- Reconnaître leurs propres qualités et leurs propres forces

## Variantes

- Demander à chaque stagiaire d'encercler ou de surligner la force ou la qualité qui le/la représente mieux.