

ACTIVITES DYNAMISANTES Projet DECOLANG

LE ATTIVITA' Dinamisant Project DECOLANG

Activités dynamisantes : d'ICE, d'IFOA, de PAC, du CLIVE

<p>1. Que sont les activités dynamisantes ?</p> <p>2. Que sont les activités dynamisantes dans la formation ? <i>Quand les utiliser ?</i></p> <p>3. Pourquoi et comment les utiliser ? <i>Conduire</i> <i>Se concentrer</i> <i>Pourquoi doit-il y avoir un animateur pour créer des activités dynamisantes ?</i></p> <p>4. Exemples et pratiques partagés dans le projet DECOLANG Les principales Activités Dynamisantes testées et proposées dans le projet DECOLANG sont à lire sur le site : https://www.decolang.net/activites-dynamisantes</p>	<p>1. Cosa sono le attività dinamizzanti</p> <p>2. A cosa servono le attività dinamizzanti nella formazione <i>Quando utilizzarli?</i></p> <p>3. Perché e quando utilizzarle <i>Per guidare</i> <i>Per focalizzare</i> Perché deve esserci un facilitatore a creare le attività dinamisanti?</p> <p>4. Esempi e pratiche condivise nel progetto DECOLANG Le principali attività Dinamisant sperimentate e proposte nel progetto DECOLANG Essi devono essere letti sul sito: https://www.decolang.net/activites-dynamisantes</p>
---	---

1. Que sont les activités dynamisantes ?

Les activités de dynamisation utilisées et expérimentées durant le séminaire DECOLANG ne sont que quelques exemples des potentialités contenues dans la formation de groupe grâce à l'utilisation de méthodologies informelles et non formelles.

Dans un contexte général où le temps libre pour tous (y compris les enfants) est de plus en plus axé sur la compétition et la hâte, les activités dynamisantes que nous proposons dans les espaces de formation (avec des groupes d'enfants et/ou d'adultes) permettent de s'améliorer sans stress et de s'amuser en apprenant beaucoup. En fait, les enfants mais aussi les adultes peuvent apprendre :

- à gérer en autonomie sa propre énergie, pour devenir plus calme et capable d'observer et de transformer ses émotions ;
- à surmonter les difficultés motrices, améliorer la coordination, l'équilibre et la maîtrise de soi ;
- à améliorer les relations, l'écoute et l'empathie avec les autres et à développer la confiance et la créativité à travers les nombreuses expériences artistiques ;
- à améliorer ses apprentissages, grâce au développement de la concentration et de l'attention.

Une des premières applications des activités dynamisantes réside dans la fonction d'allègement du climat d'apprentissage. Il peut être utile de transformer "une classe hostile" ou "une classe timide" en un groupe exceptionnel et inoubliable. Dans les deux cas, il est très important de briser la glace pour ouvrir immédiatement un canal de communication entre les participants et établir une relation avec eux par le biais d'une ou plusieurs activités dynamisantes ou brise-glace. Mais laquelle choisir ?

Les activités brise-glace ou dynamisantes sont l'héritage de ceux qui organisent des événements de formation (de la mega convention, à la réunion des parents, à la formation, au teambuilding, au laboratoire). Pour le formateur, le médiateur et le facilitateur ce sont des outils. Ce sont des "activités" qui durent quelques minutes, au service du groupe, qui permettent de libérer de l'énergie, de se sentir à l'aise, de divertir, de mettre la main à la pâte, de faire connaissance, de surmonter les impasses et bien d'autres choses encore.

Nous avons tous nos brise-glace préférés, ceux qui remplacent très bien le café d'après repas et ceux qui déclenchent l'étincelle, même dans les groupes les plus hétérogènes. Les brise-glace sont nés dans le monde anglo-saxon à titre d'"apéritif" pour assouplir de manière informelle l'environnement et rapprocher les membres du groupe.

Notre projet a été une longue et précieuse période de prospection, de collecte, de construction, d'amélioration continue de différents types d'activités dynamisantes ou brise-glace, dans le respect du style et de l'esprit européens.

2. Que sont les activités dynamisantes dans la formation ?

Les réunions formatives standardisées peuvent représenter de nombreuses situations de stress et celles de team building ne sont pas exemptes d'une condition psycho-physique de ce type. Comment une personne peut-elle commencer une réunion de constitution d'équipes de manière optimale, de manière à éviter le stress et à atténuer la tension initiale typique de telles activités ? En utilisant ce qu'on appelle des brise-glace (ou activité dynamique) pour alléger l'atmosphère. Ce sont des activités amusantes et stimulantes qui créent un environnement positif et détendu parmi les participants, qui se sentiront alors complètement à l'aise.

Par exemple, l'un des brise-glace les plus couramment utilisés dans le monde de l'entreprise est connu sous le nom de "**Un mensonge**" ou "**La cravate à trois bandes**". Chaque participant est invité à dire trois choses à propos de lui-même, une difficile - pour les autres - de croire et l'autre un mensonge. Le groupe doit coopérer et deviner ce qui est faux.

Il existe un exercice appelé "**si j'étais un animal, je serais ...**", c'est un simple brise-glace, qui permet toutefois aux participants d'apprendre quelque chose les uns sur les autres en utilisant la métaphore animale (chien, chat, lion, zèbre ...).

Lorsque vous apprenez à travailler en équipe, il peut être très utile de savoir comment chaque membre voit ses faiblesses. Pour cela, vous pouvez utiliser l'activité "**Changer une chose**", en donnant la possibilité à chaque personne de dire quelque chose qu'il changerait dans sa vie et pourquoi, en empêchant les jugements de la part des autres participants.

Ice Breaking est sans aucun doute un moyen efficace de démarrer un événement de formation et de consolidation d'équipe. Des séances interactives et engageantes, organisées avant l'activité principale, aident les gens à mieux se connaître.

Quand les utiliser ?

Comme son nom l'indique, une séance de brise-glace est conçue pour briser la glace lors d'une séance d'entraînement, d'un atelier ou d'une réunion, habituellement utilisé quand :

- Les participants viennent d'horizons différents, comme dans les projets Erasmus + ;
- Les personnes doivent apprendre à se connaître rapidement pour atteindre un objectif commun ;
- L'équipe est récemment formée ;
- Les sujets abordés sont nouveaux ou inconnus pour beaucoup de personnes impliquées ;
- Les animateurs ont besoin de connaître rapidement les participants et de les faire mieux connaître.



3. Pourquoi et comment les utiliser ?

Lorsque les participants se connaissent, le rôle du brise-glace ne fera que réchauffer l'atmosphère, favorisant le rire et facilitant la conversation. Si les participants sont des étrangers, cela servira à aller au-delà des "formalités" et à faire connaissance un peu mieux. Cela garantira que les présentations se déroulent dans une atmosphère plus confidentielle et plus paisible, aidant les participants à se sentir à l'aise pendant la session de travail.

- Si les membres du groupe sont similaires, la "glace" peut simplement refléter le fait que les personnes ne se sont pas encore rencontrées.
- Si nous rencontrons des personnes de niveaux et de niveaux différents pour une discussion ouverte, la "glace" peut refléter la différence de statut entre les participants.
- Si le groupe est composé de personnes d'horizons, de cultures et de perspectives de travail différents, au sein de l'entreprise ou entre entreprises, la "glace" peut alors refléter les perceptions différentes.

Conduire

Dans ce cas, briser la glace signifie présenter et guider les participants vers le thème principal de la réunion. La plupart sont référés à des cours de formation ou à des réunions sur un thème spécifique, que le brise-glace introduit.

Se concentrer

Une troisième situation dans laquelle une telle activité est utile est lors des réunions de travail internes à la société pour attirer l'attention de tous les participants à l'ordre du jour, par exemple lors d'une réunion du service des ressources humaines au cours de laquelle on discute du fait que cela a pris 3-4 mois pour remplacer une personne qui a démissionné. Dans ce cas, l'activité du brise-glace occupe toute la session pour suivre le flux des conversations, de manière à pouvoir identifier les avantages et les inconvénients des processus de recrutement de l'entreprise et à discuter de la manière de les améliorer.

Pourquoi doit-il y avoir un animateur pour créer des activités dynamisantes ?

Cette activité joue un rôle clé dans les événements où la communication et le niveau de confort des participants sont importants. Cela aidera à :

- Se sentir plus à l'aise en éliminant les barrières qui existent tant sur le plan personnel que pour l'organisation au sein des entreprises et des lieux de travail ;
- Arriver plus rapidement à une discussion efficace sur le sujet ;
- Trouver des points communs entre des personnes travaillant dans la même entreprise mais dans des départements différents ;

- Supprimer la timidité et les réticences lorsque des personnes d'une même entreprise y participent, mais avec des rôles et des responsabilités différents, incitant également les nouveaux collègues ou les plus jeunes à interagir avec moins d'inhibitions ;
- Faciliter la dynamique des "plaisanteries", y compris les présentations et les poignées de main lorsque les gens ne se connaissent pas ;
- Trouver le bon canal de communication, parmi les étrangers qui partagent une mission, un intérêt ou une idée, mettant en avant ce qu'ils ont tous en commun.

4. Exemples et pratiques partagés dans le projet DECOLANG

Dans le cadre du projet, les activités de dynamisant ou de brise-glace ont été activées pour les objectifs suivants :

- Fédérer le groupe ;
- Apprendre à se connaître ;
- Se mettre en énergie avant de travailler.



Les principales Activités Dynamisantes testées et proposées dans le projet DECOLANG

Activité dynamisante par l'IFOA

Jouer à jouer

Xixi-Coco

Activité dynamisante CLIVE

Tatsuo

Le samourai

Activité dynamisante PAC

La course hippique

Avec Magda, nous avons dansé

Activité dynamisante ICE

Langa-Langa de « el indiozinho »

Activités dynamisantes: d'ICE, d'IFOA, de PAC, du CLIVE

1. Cosa sono le attività dinamizzanti

Le attività dinamizzanti utilizzate e sperimentate durante il progetto sono solo alcuni esempi delle potenzialità racchiuse nella formazione di gruppo attraverso l'utilizzo di metodologie informali e non-formali.

In un contesto generale dove il tempo libero per tutti (compresa l'infanzia) è sempre più improntato alla competizione e alla fretta, con le attività dinamizzanti trasmettiamo all'ambiente formativo (se del caso anche con i gruppi di bambini e adulti) che è possibile migliorare se stessi senza stress e divertirsi imparando tante cose. Infatti i bambini, ma anche gli adulti possono imparare:

- La gestione autonoma della propria energia, per diventare più calmi e capaci di osservare e trasformare le proprie emozioni
- Come superare difficoltà motorie, migliorando la coordinazione, l'equilibrio e l'autocontrollo
- Come migliorare le relazioni, l'ascolto e l'empatia con gli altri e come sviluppare fiducia e creatività attraverso le numerose esperienze artistiche
- Come migliorare l'apprendimento, grazie allo sviluppo della concentrazione e dell'attenzione

Una delle prime applicazioni delle attività dinamizzanti risiede nella funzione di alleggerimento del clima formativo. Può essere utile per trasformare "l'aula ostile" e "l'aula timida" in un incontro eccezionale o/e indimenticabile. In entrambi i casi è molto utile rompere il ghiaccio per aprire subito un canale di comunicazione con i partecipanti e instaurare con loro un rapporto di relazione attraverso una o più attività dinamizzante o ice-breaker. Ma quale scegliere?

Gli icebreakers o attività dinamizzanti sono patrimonio di chi organizza eventi formativi. Dalla mega convention, alla riunione parentale, al corso di formazione, al teambuilding, al laboratorio. Per il formatore, il mediatore e il facilitatore sono parte della cassetta degli attrezzi. Sono delle «cose» che durano pochi minuti, al servizio del gruppo, che servono a liberare energia, sentirsi a proprio agio, divertire, mettere le mani in pasta, conoscersi, superare gli impasse e molto altro. Tutti noi abbiamo i nostri *icebreakers* preferiti, quelli che sostituiscono egregiamente il caffè postprandiale e quelli che fanno scattare la scintilla anche nei gruppi più eterogenei. Gli icebreakers nascono nel mondo anglosassone come «aperitivo», per sciogliere in modo informale l'ambiente e avvicinare le persone del gruppo fra loro e con il tema dell'evento. Il nostro progetto è stato un lungo e prezioso periodo per un *pout pourri* di sperimentazione, raccolta, costruzione, miglioramento in itinere di diversi tipi di attività dinamizzanti o Icebreakers con un occhio particolare allo stile e lo spirito europeo.

2. A cosa servono le attività dinamizzanti nella formazione

Gli incontri formativi standardizzati possono rappresentare per molti delle situazioni di stress e quelli di team building non sono esenti da una condizione psico-fisica del genere. Come può una persona iniziare un incontro di team building in modo ottimale, così da evitare lo stress e **allentare la tensione** iniziale tipica di attività del genere?

Utilizzando dei cosiddetti **rompighiaccio (ice-breaking o attività dinamizzante) per alleggerire l'atmosfera**. Sono delle attività divertenti e stimolanti che creano un **ambiente positivo e rilassato** tra i dipendenti, i quali si sentiranno poi del tutto a proprio agio.

Uno dei rompighiaccio più comuni tra quelli usati nel mondo aziendale è ad esempio conosciuto come: **“Una bugia“** o **“La cravatta a tre strisce”**. Ogni partecipante è invitato a dire tre cose su se stesso, una difficile – per gli altri – da credere e l'altra invece una bugia. Il gruppo deve collaborare e indovinare qual è la cosa falsa.

Ad esempio c'è un esercizio conosciuto come **“se fossi un animale sarei ...”** è un semplice rompighiaccio, che permette però ai partecipanti di imparare qualcosa l'uno dell'altro utilizzando la metafora degli animali (cane, gatto, leone, zebra...).

Quando si impara a lavorare come una squadra, può aiutare notevolmente sapere come ogni membro vede le proprie debolezze. Per questo si può usare l'attività **“Cambiare una cosa”**, dando la possibilità a ogni persona di dire una cosa che cambierebbe di se stesso, e perché. Evitare che qualcuno dia pareri, perché in questo caso si entrerebbe troppo nel personale.

Gli Ice Breaking sono sicuramente un modo efficace d'iniziare un evento formativo e di team building. Sessioni interattive e coinvolgenti eseguite prima dell'attività principale che aiutano le persone a conoscersi meglio.

Quando utilizzarli?

Come suggerisce il nome, una sessione di ice breaking è progettata per rompere il ghiaccio in un evento formativo, durante un laboratorio oppure dentro ad una riunione. Di solito si utilizzano quando:

- I partecipanti provengono da diversi background come nei progetti Erasmus+;
- La gente ha bisogno di conoscersi in fretta per lavorare a un obiettivo comune;
- La squadra è di recente formazione;
- I temi discussi sono nuovi o sconosciuti a molte persone coinvolte;
- Per i facilitatori è necessario conoscere velocemente i partecipanti e farli conoscere meglio.



3. Perché e quando utilizzarle

Quando i partecipanti si conoscono, il ruolo dell'ice breaker servirà solamente a scaldare l'atmosfera, favorendo qualche risata e facilitando la conversazione. Se i partecipanti invece sono stranieri, servirà per andare oltre le "formalità di rito" e conoscersi un po' meglio. Questo farà sì che le presentazioni avvengano in un clima più confidenziale e sereno, aiutando i partecipanti a sentirsi a loro agio nel corso della sessione di lavoro.

- Se le persone del gruppo sono simili, il "ghiaccio" potrebbe semplicemente riflettere il fatto che le persone non si sono ancora incontrate.
- Se incontriamo persone di diversi gradi e livelli per una discussione aperta, il "ghiaccio" può venire dalla differenza di status tra i partecipanti.
- Se il gruppo è composto da persone di diversa provenienza, cultura e prospettiva di lavoro all'interno dell'azienda o tra aziende diverse, allora il "ghiaccio" può venire da percezioni diverse.

Per guidare

In questo caso, rompere il ghiaccio significa introdurre e guidare i partecipanti al tema principale dell'incontro. Ci si riferisce per lo più a corsi di formazione o riunioni con uno tema preciso, ai quali l'ice breaker introduce.

Per focalizzare

Una terza situazione in cui è utile una figura di questo tipo è durante riunioni di lavoro interne all'azienda per focalizzare l'attenzione di tutti i partecipanti sull'ordine del giorno, ad esempio, durante una riunione del dipartimento Risorse Umane in cui discutere del perché ci sono voluti 3-4 mesi per sostituire una persona che si è dimessa. L'attività dell'ice breaker occupa in questo caso tutta la sessione per tracciare il flusso di conversazioni affinché si possano individuare i pro e i contro dei processi di recruitment dell'azienda e si discuta su come migliorarli.

Perché deve esserci un facilitatore a creare le attività dinamisanti?

Questa figura svolge un ruolo fondamentale negli eventi in cui la comunicazione e il livello di comfort dei partecipanti è importante. Aiuterà affinché:

- tutti si sentano a proprio agio, abbattendo le barriere che esistono sia a livello personale che per organizzazione all'interno di aziende e ambienti di lavoro;
- si arrivi con più velocità ad una discussione efficace sul tema;
- per trovare punti in comune tra persone che lavorano nella stessa azienda ma in reparti diversi;
- per togliere timidezza e riserve quando a partecipare sono persone della stessa azienda ma con ruoli e responsabilità diverse, inducendo anche i nuovi colleghi o i più giovani ad interagire con meno inibizioni; per agevolare le dinamiche dei "convenevoli", tra presentazioni e strette di mano quando le persone non si conoscono;
- tra sconosciuti che condividono una missione, un interesse o un'idea, per trovare il giusto canale comunicativo, portando in primo piano ciò che tutti hanno in comune.

4. Esempi e pratiche condivise nel progetto DECOLANG

All'interno e attraverso il progetto le attività dinamizzanti o ice-breaking sono state attivate per i seguenti obiettivi e finalità:

- fédérer le groupe;
- apprendre à se connaître;
- se mettre en énergie avant de travailler.



5. Le principali attività Dinamizzanti sperimentate e proposte nel progetto DECOLANG

- **Activité dynamizzante par l'IFOA**

Jouer à jouer
Xixi-Coco

- **Activité dynamizzante CLIVE**

Tatsuo
Le samouraï

- **Activité dynamizzante PAC**

La course hippique
Avec Magda, nous avons dansé

6. Activité dynamizzante ICE

Langa-Langa de « el indiozinho »