



Nourrir des liens bienveillants

Introduction

Les relations bienveillantes renforcent les sentiments d'appartenance, d'acceptation et de soutien, ce qui contribue à une meilleure perception de sa propre valeur. Une façon simple et ludique de créer des liens est de s'intéresser à l'autre et d'apprendre à se connaître.

Étape 1 : Demandez aux participants de répondre à une ou plusieurs des questions suivantes individuellement.

- a. Si j'étais un animal, je serais [...], parce que [...].
- b. Si j'étais une chanson, je serais [...], parce que [...].
- c. Si j'étais un personnage de BD/personnalité connue, je serais [...], parce que [...].
- d. Une compétence ou un talent que j'ai et que mes collègues ne savent pas est [...].

Étape 2 : Invitez les membres de l'équipe à se séparer en sous-groupes et à présenter leurs réponses.

Étape 3 : Faites un retour en groupe et demandez aux participants comment ils ont vécu l'expérience et ce qu'ils ont apprécié de cette courte activité.

Étape 4 : Identifiez des moyens pour permettre à l'équipe de poursuivre la création de liens bienveillants au travail et de prendre du temps pour ses collègues. Énumérez-les et partagez la liste à l'équipe.

- | | |
|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |