

« Silent Walk » / Mise en train / Exercice de coopération

Brève description	Abordant ce dernier module dans le cadre d'une démarche collective, les participants privilégient le dialogue et se focalisent sur l'objectif commun de cette activité. Cet exercice de concentration ne peut en effet porter ses fruits que s'ils sont attentifs les uns aux autres et arrivent à s'insérer dans le collectif.
Sujets	Coopération, concentration, résistance à la frustration
Objectifs d'apprentissage	<ul style="list-style-type: none"> • Se concentrer et tenir compte des autres • S'ouvrir aux autres en étant prêt à se percevoir comme le membre d'un collectif
Taille du groupe	Indifférente, groupe tout entier
Durée	10 - 30 min
Matériel	-
Instruction	<p>Le degré de difficulté de cet exercice est souvent sous-estimé par les participants, au départ, quand on leur explique de quoi il retourne : la classe part en promenade, en file indienne, dans les locaux scolaires, chaque participant posant les mains sur les épaules de celui qui marche devant lui. Le tempo doit être donné par le « chef de file », de préférence l'enseignant, qui avance volontairement à pas lents. L'objectif : arriver à effectuer cette promenade d'environ cinq minutes dans un silence absolu. Outre le bruissement des pas des participants, pas le moindre son ne doit se faire entendre, pas un seul mot ni murmure, pas de toux, d'éternuement, ni de raclement de gorge, etc. Chaque fois que l'enseignant ou une autre personne chargée de la surveillance perçoit un bruit perturbateur, l'exercice est immédiatement interrompu et les participants doivent regagner leur place initiale (assis en cercle sur leurs sièges). L'exercice est rapidement relancé au signal donné par l'enseignant, qui attend que le silence règne dans la pièce, compte jusqu'à trois, tempore encore un instant puis se lève. Le départ se fait quand il parcourt lentement le cercle dans une direction, les participants devant alors se ranger successivement et précautionneusement en file indienne. Les deux ou trois premières tentatives se solderont par un échec pour le groupe. Il est recommandé à l'enseignant d'interrompre systématiquement l'exercice quand il décèle une perturbation, car les participants doivent pleinement appréhender la finalité de cette activité. Le parcours effectué à travers les locaux scolaires ne doit pas être trop compliqué, quelques marches constituant déjà de véritables obstacles. En outre, pour que la classe ait vraiment la possibilité de réussir cet exercice, la déambulation ne doit pas durer plus de cinq minutes au total. A la fin, il convient de prévoir une brève session de réflexion : « De quoi s'agissait-il ? », « Qu'est-ce qui fait que nous avons réussi/échoué ? », « Allons-nous réessayer un peu plus tard ? ».</p>