

DÉFIS de groupe



DÉFIS DE GROUPE



DANS CE FASCICULE...

- 1- **Introduction**
- 2- **Qu'est-ce qu'un défi de groupe?**
- 3- **Quand faire un défi de groupe?**
- 4- **Comment animer un défi de groupe**
- 5- **Trucs pour animer un retour**
- 6- **Les obstacles**
- 7- **Défis de groupe (exemples)**

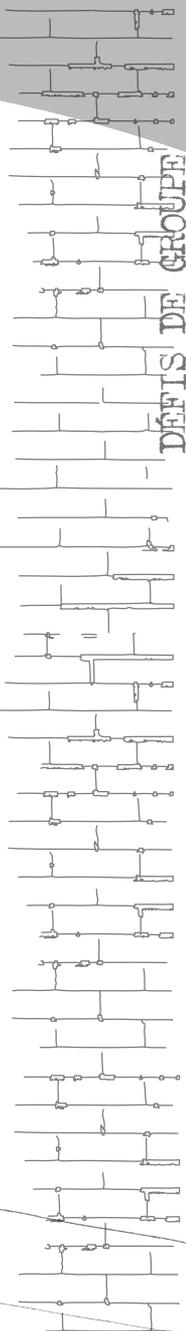
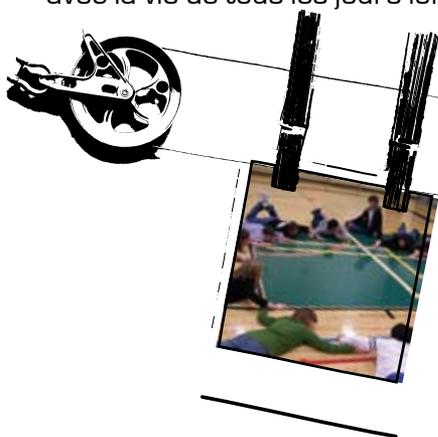
Introduction

En travaillant dans un groupe, on s'aperçoit très vite que les groupes efficaces ne tombent pas du ciel, mais qu'ils se développent! Les défis de groupes sont d'excellentes occasions d'apprendre une multitude de choses en ce qui concerne le travail d'équipe.

N'importe qui peut donner des consignes et expliquer les activités. Par contre, certains éléments de base sont nécessaires afin que le groupe vive des expériences enrichissantes. Des défis de groupe sont des activités intenses tant pour le groupe que pour l'animateur.trice. Le groupe devra mettre en question ses habitudes de travail et ça ne sera pas facile. L'animateur.trice de son côté devra utiliser toutes ses connaissances en animation puisqu'il y a non seulement le défi à animer, mais aussi des observations à faire et des discussions de groupe à diriger. De plus, une bonne connaissance préalable du fonctionnement des groupes est définitivement requise. Si on s'en sert correctement, les défis de groupes peuvent donner un bon coup de main, mais si on ne sait pas comment s'en servir, ils peuvent aussi causer des ennuis!

La magie des défis de groupe ne réside pas dans les activités en soi, mais dans les mille et un liens qui peuvent être faits avec la vie de tous les jours lors du retour qui suit le défi. Ceci

étant dit, les participant.e.s profiteront pleinement de cet exercice en devenant plus conscients du fonctionnement interne de leur groupe, en partageant leur point de vue et en bénéficiant de l'aide et l'expérience de l'animateur.trice.



Qu'est-ce qu'un défi de groupe?

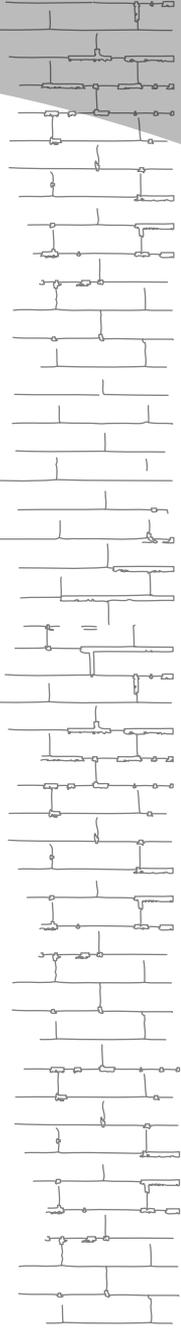
Un défi de groupe est tout d'abord une activité parmi plusieurs dans une animation. Il faut, de préférence, 8 à 20 participant.e.s pour cette activité. Il y a trois étapes distinctes d'un défi de groupe : la détermination de l'objectif, l'exécution du défi et le retour. Peu importe si le défi est accompli, ce sont les efforts déployés par l'équipe pour atteindre des objectifs qui importent plus. C'est pour cela qu'il y a toujours plus de temps alloué au retour lors d'un défi de groupe.

Les défis de groupes sont des activités bénéfiques tant pour un groupe qui existe depuis longtemps que pour un groupe qui a été créé seulement pour l'animation. En étant des activités d'exploration et de connaissance de soi, les défis de groupe donnent aux participant.e.s l'occasion de jeter un regard critique sur le dynamisme et la coopération à l'intérieur du groupe. Ainsi, après un défi de groupe bien accompli, il y a souvent un renouvellement et un regain d'énergie qui est ressenti par les membres.

Ultimement, les défis de groupes servent à faciliter l'apprentissage des participant.e.s aux réalités du travail de groupe. Ils simulent des obstacles et des émotions que l'on pourrait vivre normalement dans un environnement supervisé. Avec l'aide de l'animateur.trice, le groupe a la chance de vivre différentes approches au travail d'équipe, de discuter de ce qu'ils et elles ont vécu et de formuler des solutions pour pouvoir former des groupes plus efficaces après l'animation.

Quand faire un défi de groupe?

Du côté des participant.e.s, un défi de groupe est approprié lorsque les membres du groupe ont déjà eu la chance de se familiariser entre eux pour qu'ils et elles puissent travailler ensemble confortablement. De la perspective de l'animateur.trice, il ou elle doit avoir eu le temps de bien connaître la per-



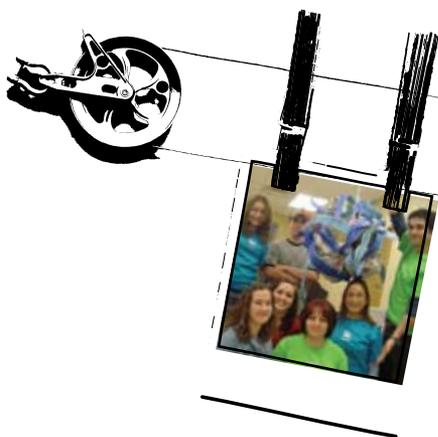
sonnalité du groupe afin de mieux distribuer les obstacles, modérer l'exécution du défi et animer le retour qui suit le défi de groupe. Bien connaître le caractère des élèves dans le groupe aide aussi à gérer les tensions qui peuvent survenir lors de l'exercice.

D'habitude, les défis de groupe sont des activités placées au milieu d'une animation, avant que le groupe organise une activité, lors de la partie « mise en pratique » de l'animation. Les défis de groupe aident à préparer le groupe à travailler ensemble et à appliquer des connaissances apprises lors de l'animation. Cela étant dit, chaque animation est unique et c'est à l'animateur.trice d'adapter son animation aux besoins du groupe.

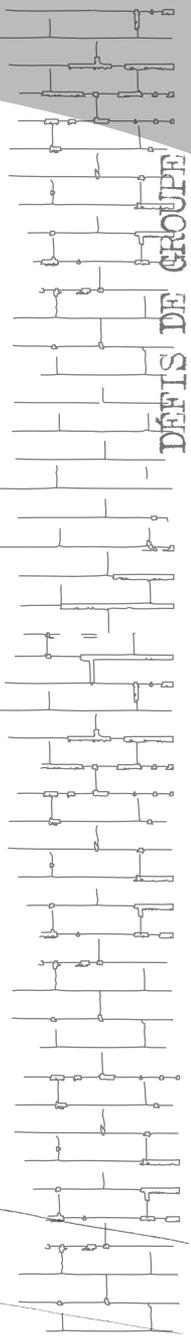
Comment animer un défi de groupe

1. Fixer des objectifs

La partie la plus importante du défi de groupe est l'identification d'un ou plusieurs objectifs à accomplir pendant la durée de l'exercice. Peu importe si le défi est accompli, la réussite de toute l'activité réside dans l'effort du groupe à accomplir leurs objectifs. En conséquence, l'objectif du groupe est un des sujets principaux du retour.



Un défi de groupe commence donc par une discussion pour choisir l'objectif à relever pendant l'exercice. Il est important que cet objectif soit fixé avant que l'animateur.trice commence à expliquer le défi. L'objectif peut être une lacune à améliorer identifiée par le groupe, une théorie que le groupe veut



mettre en pratique, etc. Par exemple, un groupe peut choisir d'améliorer la coopération en donnant la chance à chaque personne de parler au moins une fois.

Pour assurer la motivation et l'engagement de tous les membres lors du défi, il est nécessaire d'expliquer au groupe l'importance de la participation active de tous et toutes dans l'élaboration des objectifs. Un objectif de groupe doit être accepté, compris et désiré par tous les membres pour qu'il soit motivant. Le groupe devrait suivre les principes S.M.A.R.T pour se fixer un bon objectif (Simple, Mesurable, Atteignable, Réaliste et Temporel).

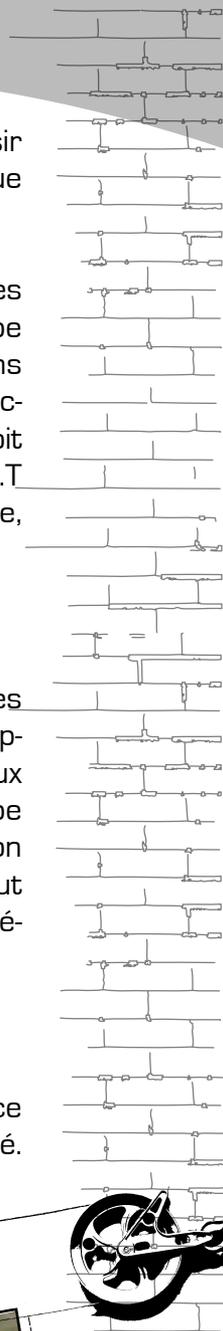
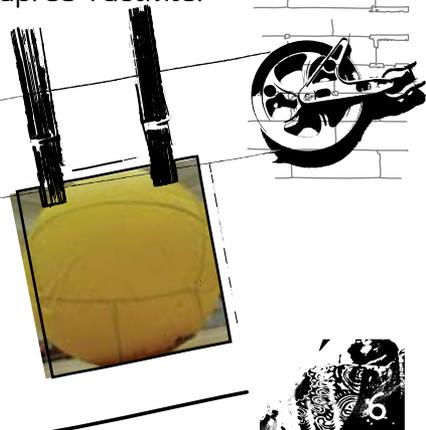
2. Faire une mise en situation

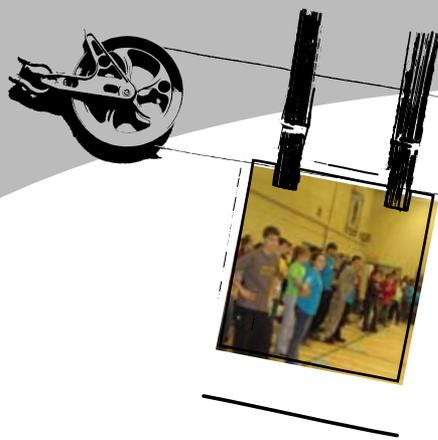
L'animateur.trice donne toutes les consignes nécessaires pour que le groupe comprenne la tâche qu'il doit accomplir. Certaines consignes peuvent être modifiées pour mieux répondre aux besoins du groupe. C'est lors de cette étape que les obstacles devraient être distribués (voir la section des obstacles pour plus d'information). Un bref caucus peut être permis au groupe pour permettre aux membres de réfléchir et de s'organiser avant de commencer le défi.

3. L'exécution du défi

Le groupe exécute la tâche et l'animateur.trice observe ce qui se passe pour pouvoir faire un retour après l'activité. Voici une liste d'exemple d'observations possibles :

- Qui sont les leaders?
- Qui participe à l'activité et comment?
- Quel est l'appui entre les membres du groupe?
- Quelle est la pression exercée entre les participant.e.s?
- Négativité / Positivité



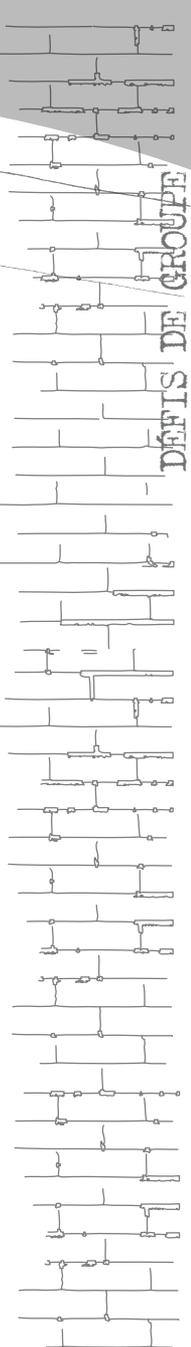


- Efficacité
- Y a-t-il eu présence de discrimination?
- Faire un parallèle avec la vie de tous les jours
- Peur (physiques, psychologiques, etc.)
- Joie

- Plaisir
- Le processus de décision
- Décisions prises, par qui et comment
- Qui n'a pas exprimé ses idées?
- Qui a décroché?
- L'engagement des membres
- La motivation à accomplir la tâche

Il est normal que le groupe éprouve des difficultés au début de l'exercice. Quelques essais sont habituellement nécessaires avant que le groupe relève le défi. Des fois, le groupe a besoin d'un peu d'encouragement à penser différemment. Par contre, s'il semble avoir frappé une impasse, l'animatrice devra soit demander à tout le monde de s'immobiliser et faire un retour sur ce qui se passe à ce moment-là ou d'arrêter complètement l'activité et faire un retour final. Pour le bien-être de certains groupes, il est préférable qu'il ait une autre chance pour relever le défi. D'autres groupes peuvent accepter de ne pas avoir relevé le défi et faire un retour plus approfondi. C'est à l'animatrice de décider en se basant sur son jugement personnel et son expérience.

Dans tous les cas, il faut se souvenir qu'il n'est pas essentiel que le groupe réussisse la tâche, mais plutôt qu'il soit resté fidèle à son objectif. En d'autres mots, l'objectif peut être respecté sans que le défi soit relevé. Parfois, les meilleurs retours proviennent des défis qui n'ont pas été relevés.



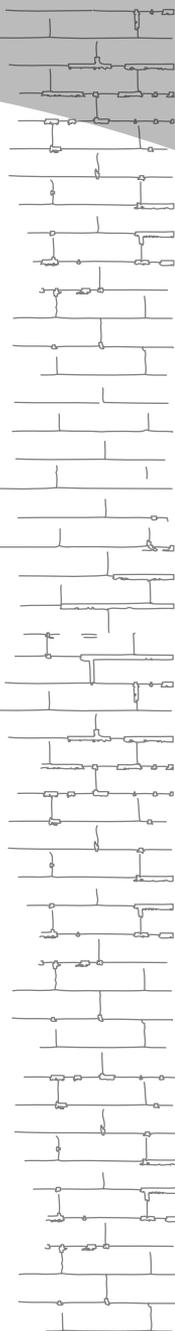
4. Le retour

Le défi se termine lorsque le groupe a accompli la tâche ou lorsque le temps est écoulé. Le retour devrait durer aussi longtemps que l'exécution du défi sinon plus pour permettre à la discussion de faire le tour de la question. L'animatrice entame une discussion avec le groupe en faisant ressortir tout ce que le groupe a fait et vécu. Il est important de faire ressortir tous les hauts et les bas qui ont eu lieu lors du défi. Ceci donne la chance aux participant.e.s d'exprimer leurs émotions, les difficultés et les facilités à l'intérieur du groupe. De plus, ils et elles ont la chance d'identifier l'origine des problèmes identifiés et établir des solutions. C'est ici que les observations et l'expérience de l'animatrice lui viennent en aide puisqu'elles peuvent servir à clarifier ce qui est vraiment arrivé pendant l'exercice et ainsi gérer des tensions dans le groupe.

Une fois que tous et toutes ont pu exprimer ce qu'ils et elles ont ressenti pendant le défi de groupe, la discussion est prête à passer à la deuxième étape : l'évaluation critique de l'objectif de groupe. En tenant compte de tout ce qui a été dit, le groupe doit discuter pour savoir si l'objectif a été atteint et pourquoi. On peut aussi discuter de l'objectif comme tel, déterminer s'il était approprié ou non, et identifier le prochain objectif du groupe. Finalement, la discussion devrait aborder ce qui sera retenu et comment les membres du groupe peuvent mettre en pratique les leçons apprises.

Trucs pour animer un retour

- L'animatrice peut prendre des notes lors de l'exécution du défi pour l'aider à animer le retour.
- Demander au groupe d'éviter des attaques personnelles ou d'employer un vocabulaire agressif. Toutes les interventions doivent être constructives et respectueuses.
- Demander au groupe d'identifier les faits saillants et événements importants du début à la fin.

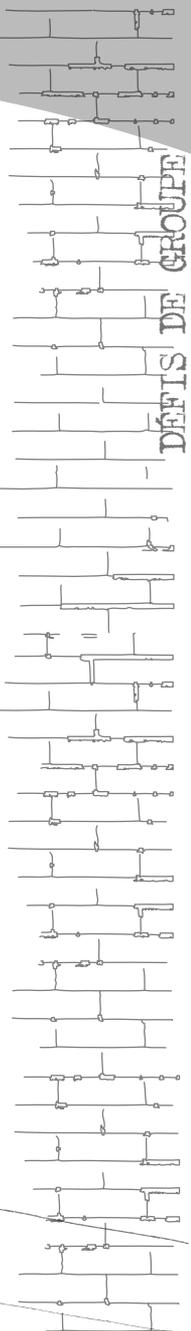


- Sonder l'opinion du groupe avec des signes de pouces.
- Demander aux participant.e.s de partager leur définition des concepts abstraits tel que le leadership.
- Revoir les principes de base de la FESFO avec le groupe.
- Poser des questions ouvertes style « pop corn » pour faire ressortir des impressions générales.
- Poser des questions fermées en tour de table pour faire ressortir l'opinion de tout le monde, pour casser un faux consensus...
- Comparer les situations qui ont été vécues lors du défi à des situations vécues dans la vie de tous les jours.
- Utiliser sa créativité! En sous-groupe, faire un dessin ou des saynètes des moments-clés qui se sont déroulés et les présenter au restant du groupe.
- Piste de discussion:
 - « Qu'est-ce qu'on en retire? »
 - « Qu'est-ce qu'on a appris? »
 - « Pour la prochaine fois... »
 - « Quelles étaient les consignes? Est-ce qu'elles ont été respectées? »
 - « Est-ce que vous avez atteint vos objectifs? »
 - « Si tu avais à recommencer... »
 - « Qu'est-ce qui s'est passé quand... »
 - « Avez-vous aimé l'activité? Pourquoi? »



Les obstacles

Les obstacles servent à changer le dynamisme du leadership dans le groupe afin de le pousser à s'adapter à des circonstances inhabituelles. Ils servent aussi à brasser les vieilles habitudes



d'un groupe qui peuvent étouffer l'innovation, par exemple lorsque le leadership a l'habitude de reposer sur la même personne. Enfin, les obstacles ont l'effet cumulatif d'augmenter la difficulté d'un défi pour réellement mettre les capacités de l'équipe à l'épreuve.

Les obstacles sont distribués à la discrétion de l'animatrice, d'habitude lors de l'explication de la consigne. Ils peuvent être attribués soit à des participant.e.s spécifiquement ou au groupe en entier. Les obstacles peuvent encourager un élément du groupe tel qu'un leader caché ou une nouvelle dynamique de travail.

Voici une liste d'obstacles

- Pas le droit de parler
- Peut seulement communiquer par écrit
- Peut seulement se déplacer à une jambe
- Ne peut pas bouger par soi-même
- A les yeux bandés
- Deux participant.e.s sont « fusionné.e.s » ensemble (par les bras ou la cheville)
- Le défi doit être relevé dans X minutes

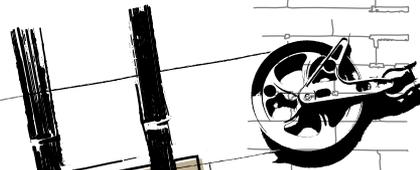
Défis de groupe

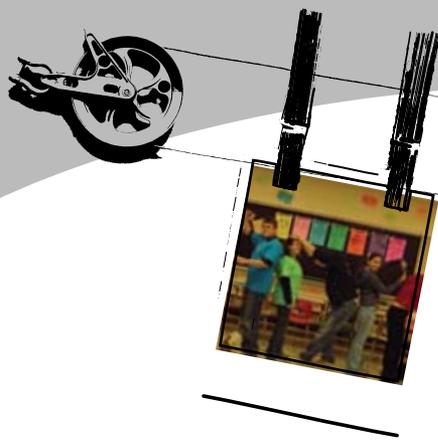
Voici quelques exemples de défis de groupe!

1. Formes géométriques

Matériel requis : Bandeaux (facultatif)

Demander aux participant.e.s de se tenir debout dans un cercle et de bander leurs yeux avec un bandeau ou de garder leurs yeux fermés pour le restant de l'activité. Leur demander de tourner trois fois sur soi-même et de reformer le cercle en se tenant les mains. Les





participant.e.s doivent ensuite former ensemble une forme géométrique tel un carré ou un triangle. Lorsque tout le groupe pense avoir obtenu la bonne forme, l'animatrice annonce que tout le monde peut ouvrir les yeux

pour voir le résultat. Pendant l'exercice, il ne faut pas lâcher les mains ni ouvrir les yeux.

2. Formes géométriques (version alternative) :

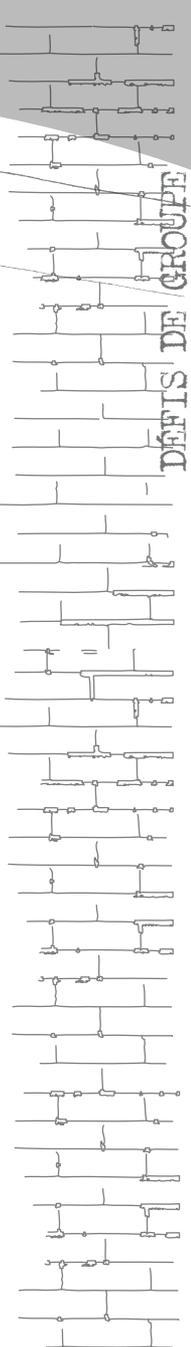
Matériel requis : Bandeaux (facultatifs)
 Longue corde

Demander aux participant.e.s de se tenir debout dans un cercle et de bander leurs yeux avec un bandeau ou de garder leurs yeux fermés pour le restant de l'activité. Leur demander de tourner trois fois sur soi-même. Remettre une partie de la corde à chaque participant.e.s. Avec cette corde, l'équipe doit tracer sur le sol une forme géométrique tel un carré, un triangle ou une étoile. Lorsque tout le monde pense d'avoir obtenu la bonne forme, l'animatrice annonce que tout le monde peut ouvrir les yeux pour voir le résultat. Pendant l'exercice, il ne faut pas ouvrir les yeux.

3. Baguette flottante

Matériel requis : Long bâton léger (ex : bâton de tente)

Demander au groupe de former deux lignes égales et parallèles, face à face. Les participant.e.s doivent placer leurs index à la hauteur de la taille, horizontalement au sol. Les paires de doigts doivent alterner d'une personne à l'autre comme les dents d'une fermeture éclair. En d'autres mots, chaque personne devrait voir entre ses deux index un index de la personne devant elle.



DÉFIS DE GROUPE



Déposer le bâton sur les doigts des participant.e.s. Tous les doigts doivent le toucher, et rester en contact, pendant la totalité de l'activité. Le bâton ne peut être tenu d'une autre manière autre que sur le dessus des doigts. Au signal, l'équipe doit déposer le bâton sur le sol sans qu'un doigt perde le contact avec le bâton. Si le doigt de quelqu'un cesse de toucher le bâton, toute l'équipe doit recommencer. L'activité est réussie lorsque l'équipe réussit à déposer le bâton au sol.

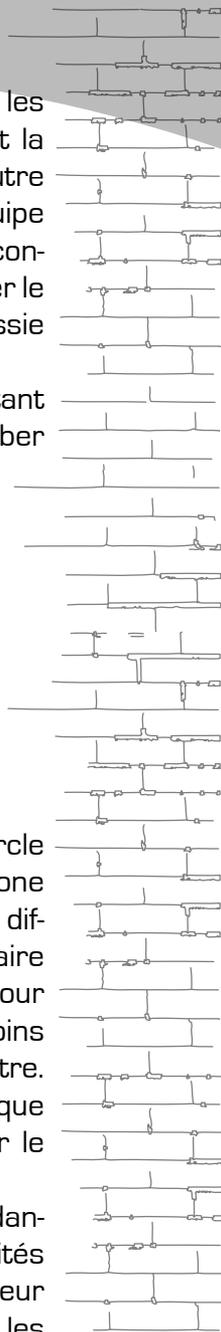
Il est possible d'augmenter la difficulté de ce jeu en ajoutant des poids aux extrémités du bâton qui ne doivent pas tomber pendant la descente.

4. Le réacteur nucléaire

Matériel requis : Ruban adhésif
 Plusieurs élastiques
 Longue corde
 Ciseaux
 Bouteille

Ce jeu demande un peu plus de préparation. Tracer un cercle sur le plancher avec le ruban adhésif pour délimiter la zone de danger (un cercle plus grand représente un niveau de difficulté plus élevé). Ensuite, préparer le « réacteur nucléaire » : Couper un morceau de corde de la même longueur pour chaque participant.e.s. Ce morceau doit mesurer au moins deux fois la distance entre l'extérieur du cercle et son centre. Mettre un élastique autour de la bouteille et placer chaque morceau de corde sous l'élastique, à son milieu. Placer le réacteur nucléaire au milieu du cercle.

Demander au groupe de s'asseoir autour de la zone de danger et remettre à chaque participant.e les deux extrémités d'une corde. Expliquer au groupe qu'il faut sortir le réacteur nucléaire (la bouteille) de la zone de danger en utilisant les morceaux de corde qu'ils et elles ont reçu. Évidemment, aucune partie du corps ne peut entrer dans la zone de danger. Le groupe doit coordonner ses efforts puisque s'il tire trop fort sur la corde la bouteille tombera de l'élastique ou ce dernier cassera tout simplement. Si quelqu'un entre dans la



zone ou si le réacteur tombe, le groupe doit recommencer. Le défi se termine lorsque le réacteur nucléaire est déposé hors de la zone de danger.

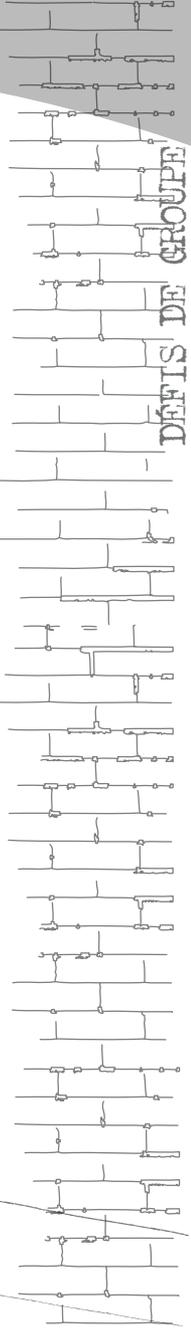
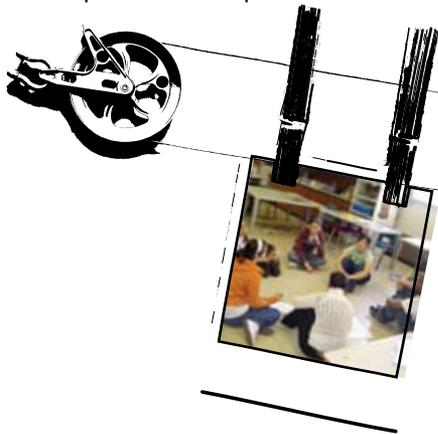
5. Le labyrinthe

Matériel requis : Ruban adhésif

Tracer une grille carrée sur le plancher avec du ruban adhésif et une grille correspondant sur une feuille de papier. Désigner une case de départ et une case d'arrivée aux extrémités opposées de la grille. Tracer ensuite un parcours sur la grille de papier entre les deux cases tenant compte que les participant.e.s peuvent seulement se déplacer à gauche, à droite, en avant ou en arrière.

Expliquer aux participants que l'équipe doit se rendre du début du labyrinthe jusqu'à la fin sans dévier du parcours. Si une personne se déplace dans une case qui n'est pas sur le parcours, son tour est terminé et doit rejoindre les autres pour aider la prochaine personne. Le parcours doit être découvert par essais et erreurs.

Il peut avoir seulement une personne sur la grille à tout moment. Chaque tour commence à la case départ. Le ou la participant.e doit se déplacer d'une case à la fois, en vérifiant d'être sur le parcours avec l'animatrice avant de se déplacer à la prochaine case. Il est interdit de sauter une case, de se déplacer diagonalement et d'utiliser un accessoire. Chaque participant.e doit avoir eu la chance d'essayer le parcours une fois avant que quelqu'un d'autre puisse faire un deuxième essai. Le défi est complété lorsque toute l'équipe parvient à se déplacer du début à la fin du labyrinthe sans dévier du parcours.



Il est aussi possible d'effectuer ce défi à l'extérieur en remplaçant le ruban adhésif avec de la corde tenue par des piquets.

6. Carré magique

Matériel requis : Ruban adhésif

Tracer un carré sur le plancher avec du ruban adhésif. Demander à tous les membres du groupe de se placer dans le carré sans que personne ne touche le ruban. Ils et elles doivent pouvoir rester ainsi durant un minimum de 5 secondes. Lorsque la première étape du défi est réussie, faire rapetisser progressivement le carré jusqu'à ce que le groupe ne puisse plus tenir à l'intérieur de l'espace alloué. L'équipe n'a pas le droit d'utiliser d'accessoires autres que leur corps pour rester dans le carré.

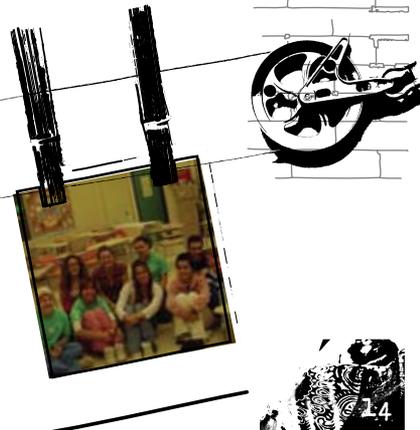
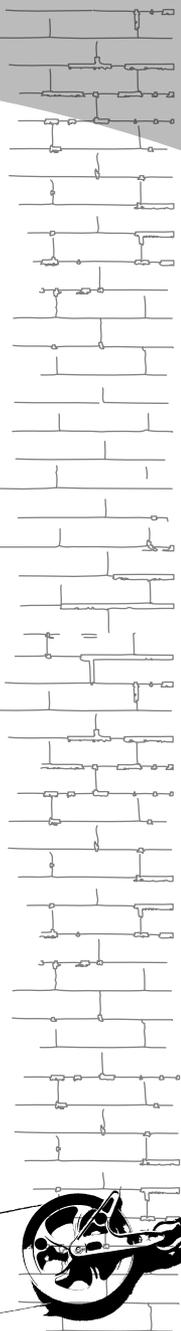
Au fur et à mesure que le défi avance, des obstacles peuvent être donnés aux participant.e.s afin d'augmenter la difficulté et les forcer à trouver de nouvelles solutions.

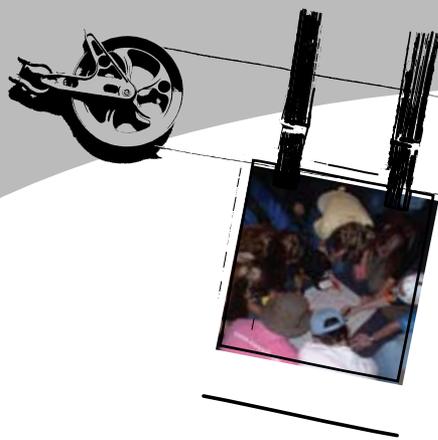
7. La crêpe

Matériel requis : Une toile, un tapis ou une couverture

Peu importe l'objet utilisé comme « crêpe », elle ne doit pas être trop grande ni trop petite pour le groupe. Poser la crêpe sur le plancher et demander au groupe de se placer dessus; personne ne doit toucher le plancher. Lorsque tous les membres sont sur la crêpe, les participant.e.s doivent la retourner, de manière à ce que la partie qui touchait le sol fasse maintenant face au plafond. Personne ne doit toucher le plancher dans le processus.

La difficulté du jeu peut être augmentée si le groupe peut utiliser seulement utiliser ses pieds ou encore que





tous doivent rester en contact avec la crêpe en tout temps, etc.

8. Nœud humain

Matériel requis : Aucun!

Demander aux participant.e.s de former un cercle où tout le monde est placé côte à côte. Chaque personne met sa main droite au centre du cercle et prend une autre main dans la sienne. Ensuite, le même geste est effectué avec la main gauche jusqu'à ce que toutes les mains soient reliées. Attention! Il faut s'assurer que personne ne prenne la main de la personne directement à ses côtés ni les deux mains de la même personne.

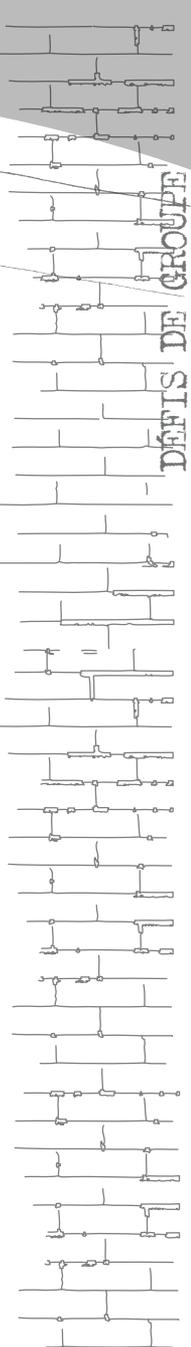
Il faut maintenant se démêler! Sans se lâcher des mains, les participant.e.s doivent se faufiler, se contorsionner et s'enjamber pour redevenir un grand cercle. Il arrive parfois que le résultat donne deux cercles plus petits; ceci est normal.

9. Version alternative du nœud humain

Matériel requis : Une corde (3 m + 0.5 m/personne)

Cette version du nœud humain se joue avec une corde. L'avantage de cette version, c'est qu'il faut moins de contact entre les participant.e.s, ce qui peut être gênant dans certaines situations.

Faire un nœud dans la corde pour chaque personne dans le groupe. Il faut un environ 50 cm entre les nœuds. Les participant.e.s doivent choisir un nœud et se mettre à côté. Demander à tou.te.s. de prendre la corde et de la tenir près de leur nœud dans la main de leur choix. Le défi consiste à défaire tous les nœuds sans que quelqu'un ne lâche la corde ou bouge sa main qui est sur la corde. Donc, les participant.e.s ont seulement le droit d'utiliser leur main libre pour défaire



les nœuds. Si quelqu'un lâche la corde, il faut que le groupe recommence. Le défi est relevé lorsque tous les nœuds sont défaits.

10. Poteau téléphonique

Matériel requis : aucun!

Les participant.e.s doivent se mettre en ordre de date de naissance (plus jeune à plus vieux.vieille) sans parler. Dès que le groupe croit avoir relevé le défi, demander à chaque membre de dévoiler sa date de naissance.

La difficulté du défi peut être augmentée en donnant un temps limite pour l'accomplir.

L'ordre qui détermine le rang peut être autre chose que la date de naissance. Par exemple, une suite de nombres secrets assignés aléatoirement à l'avance. Il ne faut pas avoir peur d'utiliser son imagination!

11. Le mille-pattes

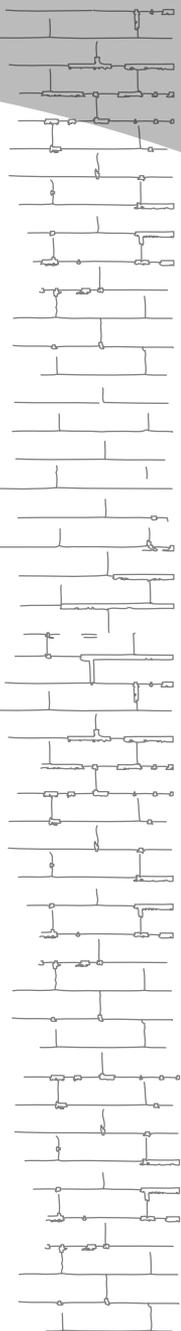
Matériel requis : aucun!

Tracer une ligne de départ et une ligne d'arrivée; ces lignes délimiteront la distance que le groupe doit parcourir. Demander ensuite, aux participant.e.s de s'assembler derrière la ligne de départ. Ils et elles doivent maintenant marcher de la ligne de départ jusqu'à la ligne d'arrivée en gardant un contact continu avec les pieds de leurs voisin.e.s. Le groupe est maintenant uni par les pieds. Si un.e participant.e perd contact avec le pied de son ou sa partenaire, le groupe en entier doit recommencer à la ligne de départ. Ce défi peut se faire côte à côte ou à la queue leu-leu.

12. L'ultime défi de groupe!

Matériel requis : inconnu

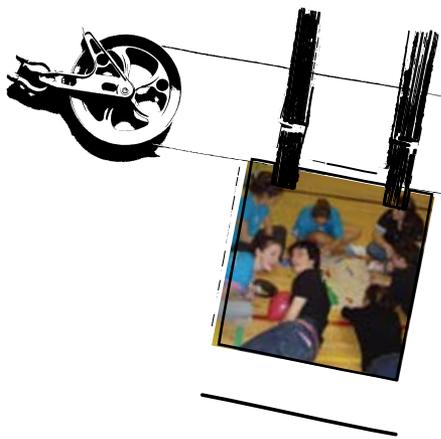
1. Utiliser son imagination! La tâche à accomplir peut être n'importe quoi tant et aussi longtemps que tout

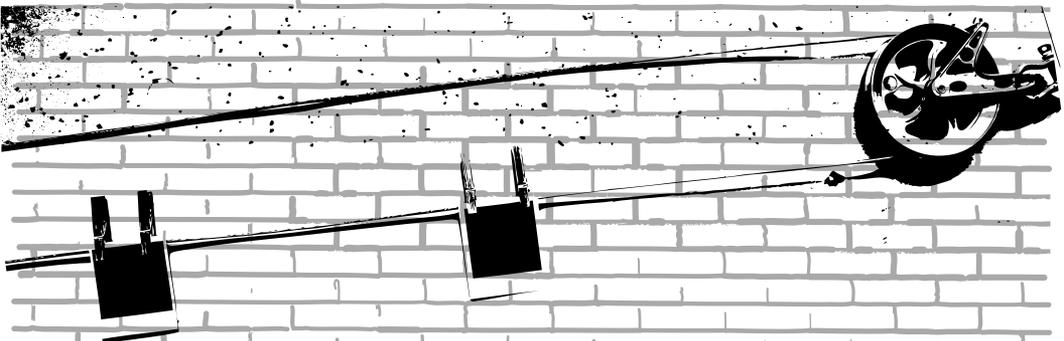


le groupe participe pour la réussir et qu'elle soit amusante. C'est toujours le retour qui comptera le plus.

2. Prévoir tous les scénarios possibles du défi. Vérifier qu'il n'y a pas de scénario impossible ou de raccourcis.
3. Garder le défi simple! Il est mieux d'avoir un défi plus court et un bon retour qu'un défi trop compliqué et un retour court.

DÉFIS DE GROUPE





fesfo

fédération de la jeunesse franco-ontarienne

