

LE SLAM DE GRAND CORPS MALADE POUR MIEUX SE CONNAITRE

Présenté par ADEPPI (Régine Petitfrère et Catherine Thibaut)

1. Source

Animation conçue à partir d'une chanson de Grand Corps Malade, *Midi 20*, Album *Midi 20*, 2006, Anouche Productions/AZ/Universal.

2. Description

L'animation est réalisée sur base du concept de « à la manière de... ».

Il s'agit de proposer aux stagiaires de réaliser un bilan de leur vie personnelle à la manière de Grand Corps Malade dans la chanson *Midi 20*, en associant chaque moment marquant de sa vie à une heure de la journée et en se positionnant aujourd'hui par rapport aux 24 heures que compte une journée.

Cette animation est utilisée en début de formation avec un public de stagiaires en milieu carcéral. On peut envisager de revenir à ce bilan de vie personnelle tout au long de la formation pour le compléter ou le faire évoluer.

3. Objectifs

Selon les termes du référentiel :

UF1 - Bilan personnel et professionnel

- > Pouvoir utiliser les concepts de valeurs, compétences, ressources, freins et moteurs
- > Etre capable d'exprimer ses valeurs, ses centres d'intérêt, ses leviers et ses freins
- > Nommer et mettre en lien les éléments de son parcours
- > Etre capable de prendre conscience de ce qui fait avancer, identifier ce qui peut initier le changement

- > Tirer parti des caractéristiques de l'environnement afin de mettre en œuvre des actions positives pour soi en tenant compte de ses ressources et freins
- > Être capable de se reconnaître des compétences, des ressources, du potentiel (se valoriser)

Selon le groupe de travail et la présentation :

- > Se mettre en projet, se situer, trouver des éléments concrets et marquants qui jalonnent le parcours de vie, visualiser son parcours de vie et faire un arrêt sur image
- > Se remettre en perspective et travailler sur sa responsabilité personnelle (relativiser la position de victime)
- > Positiver son propre parcours de vie par rapport à d'autres situations et donc développer sa carte du monde en relisant sa propre histoire sous un autre angle
- > Travailler la question du rythme et du temps, ainsi que la notion de rupture ou d'accident de vie
- > Envisager l'après et formuler des projets dans le temps qu'il reste

4. Public

Tout public.

5. Matériel

- > Le matériel audio nécessaire à la diffusion des deux morceaux utilisés dans l'animation
- > Les morceaux *Midi 20* et *6^{ème} Sens*, Grand Corps Malade, Album *Midi 20*, 2006, Anouche Productions/AZ/Universal
- > Le dossier « Grand Corps Malade »
- > Des feuilles A3

6. Analyse du groupe de travail



Vous sentez-vous acteur du processus ?

- ✓ Le participant est complètement acteur du processus puisqu'il retrace pour lui-même son trajet personnel. Par ailleurs, c'est un exercice qui parle directement aux émotions et beaucoup moins au mental. En outre, il ne s'agit pas d'explorer exclusivement la question professionnelle et cela permet donc de relire son parcours dans toutes les dimensions de la vie.

Il est important d'insister sur l'implication de la personne dans cet exercice qui n'a aucun sens si « on se la raconte ». C'est l'honnêteté du regard posé sur son propre parcours qui constitue l'apport essentiel de cet exercice.

Y avez-vous trouvé quelque chose qui vous permette de vous mobiliser ?

- ✓ L'exercice insiste sur la possibilité de rebondir et de se reconstruire après les accidents de la vie. Il s'agit donc de dépasser le constat négatif et de se projeter dans l'avenir. A ce titre, l'exercice est donc mobilisant. Toutefois il ne peut être mené à bien que si l'animateur possède des ressources en termes d'écoute active et de relais vers des modes d'accompagnement plus spécifiques si nécessaires, et si le cadre est clairement défini.



Portez-vous un regard positif sur votre parcours professionnel, formatif, personnel ?

- ✓ Oui, c'est l'objectif principal de cet exercice.

Cet outil permet-il de vous considérer, vous valoriser, vous entendre à partir de là où vous vous trouvez ?

- ✓ Oui, c'est l'objectif principal de cet exercice.



Cet outil vous permet-il de porter un regard analytique sur votre parcours ?

- ✓ Oui, c'est l'objectif principal de cet exercice.



Cet outil favorise-t-il le respect ? Est-il rassurant, sécurisant ?

- ✓ Le cadre posé doit être très sécurisant et assurer une parfaite confidentialité car ce type d'exercice provoque chez certaines personnes un « réflexe » de protection et un repli sur soi. Il faut que le formateur soit très vigilant sur ces points.
- ✓ Nous devons être en mesure de recevoir les émotions ou les informations provoquées tout en distinguant ce qui relève de l'accompagnement que nous devons assurer et ce qui relève d'un autre type d'accompagnement. Ce type d'exercice exige un cadre sécurisant et l'intervention d'un formateur aguerri.



Cet outil ouvre-t-il le champ des possibles, des perspectives positives pour le futur ?

- ✓ Oui puisqu'il s'agit d'envisager l'avenir. Toutefois, le groupe mentionne qu'il serait intéressant d'étaler cet exercice dans le temps de la formation et d'inviter les stagiaires à y revenir régulièrement à différentes étapes de la formation.

- ✓ Prolongements possibles de l'exercice : faire écrire un texte de slam au terme de l'activité pour délester la charge émotionnelle provoquée par l'exercice en la transformant par une activité de créativité. Il est important de s'assurer que les stagiaires repartent sur une note positive.



Cet outil est-il conçu pour un public spécifique ?

- ✓ Il est utilisable avec tout public. Pour les personnes en difficulté avec la langue française ou avec l'écriture, le caractère schématique de l'exercice (ligne du temps, cadran horaire, etc.) présente un atout. Le formateur peut aider à noter les moments-clés.



Cet outil s'appuie-t-il sur le groupe en tant que collectif et facilitateur ?

- ✓ Les réactions du groupe peuvent permettre de prendre de la distance par rapport à son propre vécu toutefois cela n'est possible que si le cadre dans lequel évolue le groupe est clairement établi.