

Compte rendu des séances des GEHS du 18 décembre:

Groupe A (14h/15h30)

On débute la séance par un petit jeu de questions J'ai préparé des questions écrites sur un papier plié. Chaque jeune pioche une question qu'il doit poser à une autre personne.

"Quelle est ta couleur préférée ?" par exemple.

Je vise les compétences suivantes : savoir interpeller l'autre, savoir poser une question à quelqu'un, savoir donner une information sur soi. (Communication expressive, communication réceptive).

Ensuite, debout dans la pièce nous avons fait des petits exercices basés sur le regard et l'observation de ce qui se passe dans l'environnement.

Ensuite, nous reprenons notre jeu de plateau, "l'école des monstres". Les règles sont maîtrisées pour cette seconde fois, la partie est plus fluide. Je constate de bons moments d'attention conjointe.

Une petite relaxation ensuite pour expérimenter des techniques de concentration et de retour au calme.

Groupe B (16h/17h30)

Le premier temps d'échange sous forme de "quoi de neuf?" On aborde différents thèmes.

On tente un petit jeu pour travailler l'empathie et la confiance (jeu de l'aveugle).

Le jeu de plateau "improsocial" nous permet d'échanger au fil des questions sur des thèmes variés et j'insiste beaucoup également sur l'empathie (se mettent à la place des différents personnages impliqués dans la situation).

Pour finir, une petite relaxation. Ce n'est pas évident pour tous de se concentrer et de vider ses pensées.

Discussion autour des stratégies et des expériences de chacun dans la vie de tous les jours (ASMR, respirations...).

Pour finir cette année 2020, l'association offre un petit goûter aux participants, boissons, cookies et chouquettes....merci. C'était très bon.

Très belles fetes de fin d'année à tous
Françoise

L