

Réagir sous la pression

Règles du jeu

Règles du jeu

Contenu, objectif et groupe cible

Les cartes suivantes contiennent les instructions des jeux de rôle. Dans chaque jeu de rôle, un (ou une) athlète nommé XY se retrouve dans une situation où il est mis sous pression soit par ses coéquipiers, soit par son entraîneur.

Les jeux de rôle sont conçus pour des groupes de différentes tailles (de deux à dix participants) et pour différentes catégories d'âge.

Pour chaque jeu, la taille du groupe est directement indiquée sur la carte. Le moniteur peut choisir le thème qui correspondra le mieux aux intérêts et à l'âge des jeunes.

Déroulement

Les jeux de rôle sont répartis entre des groupes de différentes tailles.

Le déroulement est identique pour chaque carte: Les jeunes...

- lisent les instructions,
- discutent des réactions possibles,
- préparent le jeu de rôle au sein du groupe et
- jouent la situation donnée devant les autres groupes.

Important

Pendant le jeu, les coéquipiers et les entraîneurs font pression sur XY mais ne sont jamais agressifs ou méchants.

Déroulement de la réflexion autour des jeux de rôle

- 1 Le groupe joue la scène répétée.
- 2 Le moniteur ou la monitrice laisse le public commenter la scène et évaluer les réactions:
 - Comment a réagi XY?
 - Son comportement était-il sûr?
 - Qu'avez-vous remarqué chez XY?
 - Comment ont réagi les coéquipiers?
- 3 Selon les commentaires du public, il peut être demandé au groupe de rejouer la scène en la modifiant un peu. Le moniteur ou la monitrice peut lui aussi donner des indications pour adapter les différents rôles:
 - Comment XY aurait-il pu réagir différemment?
 - L'un d'entre vous a-t-il une meilleure ou une autre idée?
 - Comment XY doit-il rejouer cette scène?
- 4 Il peut être demandé à une personne du public de rejouer spontanément le rôle du jeune mis sous pression avec ses propres idées de réaction:
 - Quelqu'un d'entre vous souhaite-t-il rejouer le rôle de XY?
- 5 Répéter les points 1 à 4 jusqu'à ce que la scène ne donne naissance à aucun nouvel aspect.

La personne mise sous pression doit rester ferme lorsqu'elle n'a pas de nouveaux contre-arguments à fournir à chaque demande pressante. Une des meilleures stratégies consiste à reproduire à plusieurs reprises et catégoriquement le comportement choisi, par exemple la répétition d'une réponse négative. De cette façon, les coéquipiers arrêteront d'insister.