Temps qui passe

|  |
| --- |
| **00h00 – Faire une ligne** |
| Les participants forment une ligne devant un écran sur lequel un chronomètre est projeté (celle-ci peut être formée sur la base de l’exercice Ice-Breaker « Dates de naissances »). | Chronomètre projeté au tableau | 2’ |
| **00h02 – Silence dans la salle !** |
| Le formateur demande le silence dans la salle. L’exercice réclame un silence absolu.La consigne est donnée : « fermez les yeux. Nous donnons le top, lorsque vous pensez qu’une minute est écoulée, ouvrez les yeux et retenez le temps exact sur le chronomètre ». On peut y ajouter : « Essayez de ne pas compter les secondes » selon l’objectif visé. |  | 2’ |
| **00h04 – Le temps passe…** |
| Les participants ouvrent les yeux quand une minute s’est écoulée depuis le top, selon eux. Ils retiennent le temps indiqué par le chronomètre.Le formateur leur demande de former une ligne chronologique par rapport aux temps réel |  | 3’ |
| **00h07 – Debrief** |
| Le formateur peut lancer la réflexion sur la perception du temps, l’impact que cela peut avoir dans un groupe, une équipe, un individu etc.Cet exercice peut alors s’enchainer avec une activité chronométrée ou minutée. |  | 10-15’ |