

# Le Dao du dessin

Les adolescents utilisent le dessin pour apprendre à se détendre, sans pour autant essayer de représenter une image spécifique

 1/5

 1/5

 10 min

Remarque : cet exercice fonctionne bien dans un cercle où les adolescents se connaissent déjà, et peuvent partager leurs impressions sur leurs dessins respectifs, de manière constructive et positive.

1

## ||| L'animateur dit :

« Au cours de cette activité, nous allons tous faire un dessin, mais le but n'est pas de dessiner un objet ou une scène. Nous allons plutôt dessiner des lignes, qui ne représentent rien du tout. Pendant les prochaines minutes, nous allons dessiner des lignes. »

2

Sur un des côtés d'une feuille de papier, dessinez quelques lignes qui ne doivent ni se toucher, ni se croiser. Faites de même de l'autre côté de la feuille.

3

## Expliquez

Il n'y a que trois règles. Premièrement, les lignes ne doivent ni se croiser, ni se toucher. Montrez les deux côtés de la feuille aux adolescents, pour qu'ils voient à quoi doivent et ne doivent pas ressembler leurs dessins. Rappelez-leur qu'ils ne sont pas tenus de reproduire votre dessin, mais peuvent dessiner les lignes qu'ils veulent, tant que ces dernières ne se touchent pas.

4

## ||| L'animateur dit :

« La deuxième règle, est que nous allons tous continuer à dessiner des lignes, jusqu'à ce que je vous demande d'arrêter. Vous pouvez dessiner rapidement ou lentement, mais essayez de continuer à dessiner. La troisième règle, est de faire tout cela en silence (sans parler). »

5

Facultatif : si vous avez un appareil pour jouer de la musique, (téléphone portable ou lecteur MP3 et un petit haut-parleur), choisissez une musique douce, et sans parole, que vous pouvez jouer pendant que les adolescents dessinent. Laissez-les dessiner pendant 3 à 5 minutes, ou plus s'ils semblent se prêter au jeu. Participez à l'exercice, et créez votre propre dessin en même temps que les adolescents.

6

Demandez aux adolescents d'arrêter de dessiner. Demandez si quelqu'un veut montrer son dessin. Ne forcez personne à montrer son dessin s'il ne le souhaite pas. Facultatif : commencez par montrer votre propre dessin, si vous pensez que cela peut encourager les adolescents à montrer le leur, (mais rappelez-leur qu'ils n'étaient pas censés produire un dessin identique au vôtre).

7

**L'animateur pose les questions**

**suivantes, aux adolescents :** « A quoi ressemble ce dessin ? Que révèle-t-il sur la vie intérieure de [nom de la personne qui a montré son dessin] » ? Expliquez (le cas échéant) : « vie intérieure » signifie la « vie » que nous vivons au niveau de nos pensées, et de nos émotions.

8

**Demandez aux adolescents de se porter volontaire, pour montrer leur dessin et discutez brièvement de ce que chaque dessin peut représenter sur la vie de chaque adolescent.**

9

**Pour conclure, posez la question suivante :** « Quel effet cela vous a-t-il fait de dessiner sans rien représenter de précis ? »

**Ensuite :**

Vous pouvez afficher les dessins des adolescents, dans leurs espaces d'activité respectifs.

**Environnement**

Espace à l'intérieur ou à l'extérieur.

**Fournitures**

Une feuille de papier et un stylo, ou un crayon par adolescent.