



# Portraits croisés

Pendant un portrait croisé, les participant-es font connaissance à travers le dessin en se mettant à égalité : dessiner sans regarder ce qu'on dessine, en se concentrant sur ce qu'on observe.

## Objectifs

- Développer la confiance mutuelle et l'acceptation à travers une activité ludique et artistique ;
- Encourager l'observation attentive et la communication non verbale ;
- Briser la glace de manière originale et détendue, en favorisant les rires et l'interactivité.

## Public cible

- Groupe nouvellement ou anciennement constitué ;
- Entre 4/5 et 20 personnes ;
- Événement en journée ou demi-journée avec un groupe constitué (inadapté pour une réunion d'une heure).

## Durée

3 à 8 minutes

## Matériel

- Feuilles de papier et support
- Stylos ou feutres



## Déroulement

Former des paires entre les participant-es, munies de matériel de dessin.

La consigne est de regarder son binôme dans les yeux pour dessiner, pas sa feuille de papier.

Une fois les portraits réalisés, les artistes les signent et les offrent à leur binôme.



## Variations possibles

- Compliquer encore la consigne en demandant de dessiner avec la main non directrice, ou d'ajouter une contrainte du type : "vous devrez utiliser deux couleurs" ou "vous n'avez pas le droit de lever le stylo de la feuille"



## Conseils & Astuces

- Rassurer les participant-es sur le fait que l'objectif n'est pas l'exactitude du dessin mais le processus d'observation et l'expérience partagée. Il est très probable que les dessins ne soient pas ressemblants, et c'est ce qui sera amusant.



## Débriefing

- Vous pouvez discuter des impressions et des sentiments suscités par cette manière de se "voir" à travers les yeux de quelqu'un d'autre ou réfléchir à l'importance de l'acceptation et de l'humour dans les relations interpersonnelles et au travail d'équipe.



## Exemples d'adaptations possibles (handicaps, neuroatypies)

Pour les participant-es ayant des difficultés visuelles ou motrices, envisager des adaptations comme agrandir le format du papier ou utiliser des matériaux tactiles.

Vous pouvez également proposer de réaliser l'exercice assis-e, avec un support fixe comme une table pour s'appuyer.

Les personnes avec un Trouble du Spectre de l'Autisme (TSA) -et bien d'autres- pourraient être très mal à l'aise à l'idée de regarder quelqu'un-e dans les yeux ou d'être elles-mêmes regardées de cette façon. Vous pouvez proposer une option dans laquelle les binôme se dessinent tour à tour de profil pour éviter ce désagrément.



## Notes complémentaires

Cette activité, par son approche non conventionnelle du dessin et de la présentation, crée une dynamique de groupe décontractée et ouverte, posant les bases pour une session productive et collaborative.

Elle peut être plus adaptée dans certains contextes que d'autres.

Par exemple, demander à des groupes qui se connaissent bien (et dont vous ne connaissez pas les problématiques et les liens ou absences de liens) de se regarder dans les yeux peut être très difficile si l'histoire commune est tendue.

Au contraire, pour faire connaissance dans un groupe de formation joyeux et enthousiaste, ça peut être l'activité idéale.