

FICHE OUTIL

# LE FLEUVE DE VIE

Pour faire quoi ?

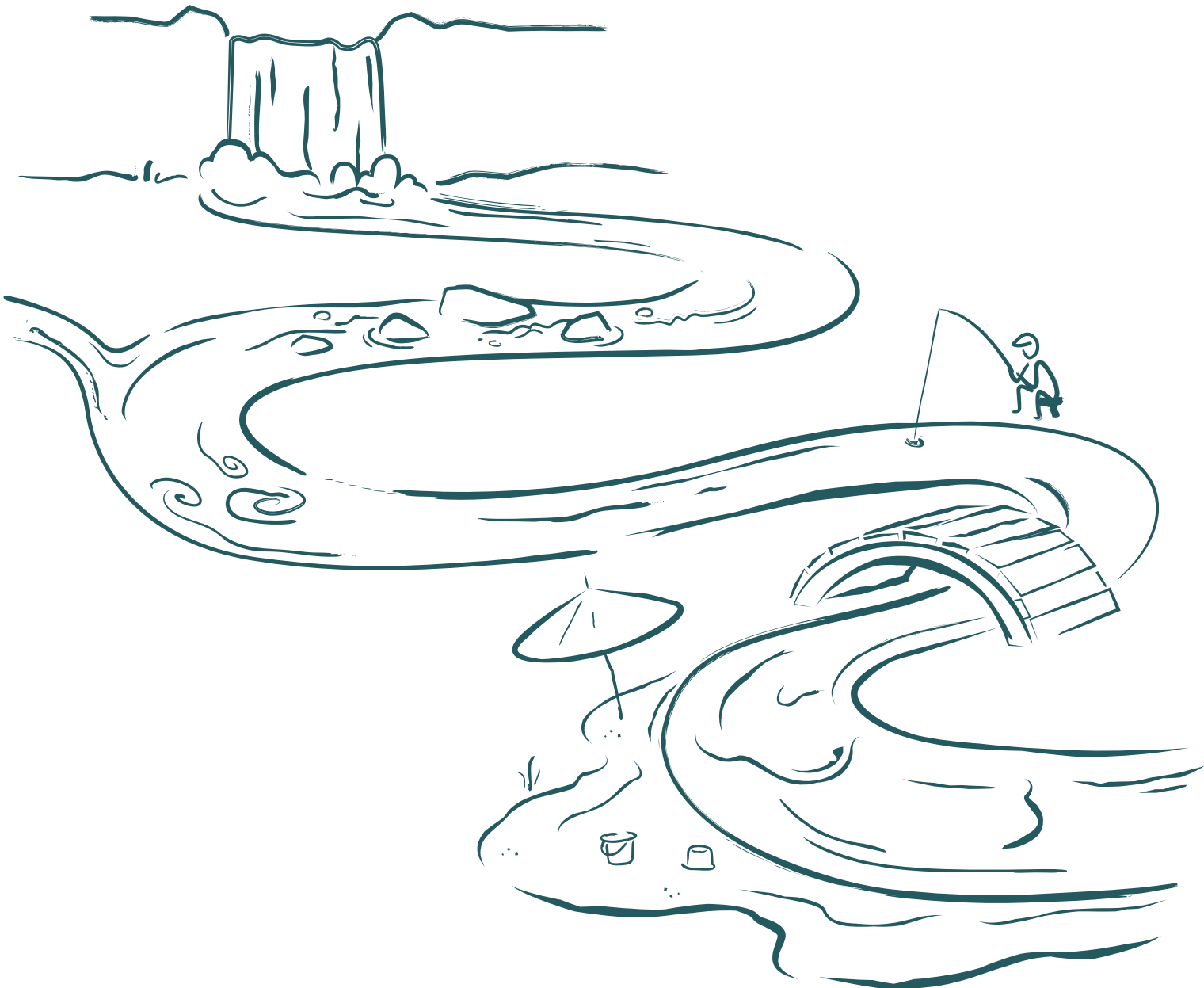


Animation de groupe

## De quoi s'agit-il ?

Le fleuve de vie est une **méthode de représentation visuelle** et symbolique. Il traduit sous forme de dessin, le parcours d'une personne, d'un projet ou d'une organisation.

Il sert à prendre du recul, relire ce qui a été vécu, et partager différents points de vue. En travaillant avec des images et des symboles, chacun·e peut exprimer son expérience et ressenti autrement qu'avec des mots.



## L'outil en pratique

### Une méthode d'animation et d'analyse collective du « fleuve de vie »

#### **Participants**

De 1 à 15 personnes

Toute personne dont on souhaite écouter le récit ou le ressenti d'une expérience vécue

#### **Durée**

1h30 à 2h (avec le débriefing)

#### **Mise en place**

Soit chacun·e son fleuve pour un partage de récits individuels

Soit un fleuve co-construit collectivement par le groupe comme récit commun

#### **Matériel**

Grande feuille (nappe en papier, A3, rouleau...), feutres, peintures, ciseaux, colle, et tous les matériaux disponibles (naturels ou de récupération)

#### **Moment**

À l'occasion d'un moment de présentation ou d'évaluation

## Comment utiliser cet outil ?

### L'activité peut se dérouler de deux manières

#### › Co-construction d'un fleuve collectif

Les participant·e·s partagent et dessinent ensemble un seul fleuve en y représentant symboliquement les événements, moments, acteur·ice·s et éléments déclencheurs tout au long de l'histoire du fleuve. Le résultat est construit des vécus individuels et commun.

#### › Partage de fleuves individuels

Chacun·e dessine son propre fleuve. Cela permet une approche plus personnalisée des vécus et met en lumière la diversité des points de vue. S'en suit une présentation croisée des fleuves de vie individuels.

### Les étapes clés :

- 1 **Choisissez le processus** (individuel ou collectif) ainsi que le sujet à explorer.
- 2 Définissez **la période à représenter**. Par exemple : « les 5 dernières années », « le projet X depuis son lancement », « la vie de l'association depuis le dernier contrat-programme ».
- 3 **Donnez les consignes :**
  - Dessinez en silence.
  - Représentez les moments marquants de la période choisie en utilisant des images, symboles, couleurs, formes ou même des objets (feuilles, bouchons, ficelles...) pour donner vie au fleuve.
  - Laissez place à la créativité, au réalisme ou à la fantaisie : tout est permis, et cela ne doit pas être beau.
- 4 **Dessinez le fleuve :** chaque personne (ou le groupe) trace le fleuve et ses symboles. Inspirez-vous de questions pour stimuler l'imagination.
  - Le fleuve a-t-il connu des obstacles ou des barrages ?
  - Y a-t-il eu des confluences, des rencontres, des bifurcations ?
  - Avez-vous traversé des rapides, des zones calmes ?
  - Quelle est l'origine du fleuve ? Une source ? Plusieurs rivières qui se rejoignent ?
  - Comment imaginez-vous son cours dans l'avenir ?
- 5 **Mettre en commun :**
  - Si un fleuve commun a été réalisé, prenez un temps pour l'observer et commenter ensemble ses différentes parties.
  - Si chacun·e a dessiné son fleuve, proposez un tour de table durant lequel chacun·e explique les symboles qu'il ou elle souhaite partager.
- 6 **Débriefer :** place à la discussion autour des représentations et de ce qu'elles révèlent. Quelques questions pour guider l'échange.
  - Qu'est-ce qui est positif dans ce fleuve ?
  - Qu'avons-nous découvert de nouveau, individuellement et collectivement ?
  - Quelle analyse critique pouvons-nous faire ?
  - Que souhaiterions-nous modifier ou améliorer pour l'avenir ?
- 7 **Faire la synthèse.** Relever les points clés qui sont ressortis en matière d'apprentissage, de pistes d'action, de valeurs partagées, etc. Si le futur a été dessiné, utilisez-le comme base pour un plan d'action.
- 8 **Clore et remercier.** Prendre un temps de reconnaissance collective pour remercier chacun·e de sa contribution.

## Les avantages de cet outil

- › Donner **un point de départ** à une réflexion critique et constructive sur un projet, une histoire commune ou un processus (collaboration, gouvernance, changement, redéfinition de mission ou de vision).
- › Proposer **un moyen d'évaluation** créatif et accessible.
- › Donner **la parole à tou-te-s**, même aux moins à l'aise à l'oral.
- › Favoriser le partage d'expériences et **la construction d'un récit collectif**.

## Les trucs pour réussir

- › **Installez un climat de confiance** et de bienveillance.
- › **Favorisez l'écoute** et veillez à l'équilibre des temps de parole.
- › **Respectez les étapes** : création individuelle, partage et débriefing.
- › Prévoyez **suffisamment de matériel** et encouragez la créativité.
- › **Conservez une trace** (photo, rapport, fresque...) pour garder une mémoire du travail effectué.
- › **Laissez chacun-e choisir** de montrer ou non son dessin.

## Outils associés

Rendez-vous sur [competentia.be](https://competentia.be) : D'autres outils consacrés à **l'animation de groupe** y sont rassemblés et forment un ensemble cohérent.

Vous trouverez notamment :

- Animer un brainstorming
- Le Speedboat
- Le world café

