



LE JEU DE L'ANGE GARDIEN

INTRODUCTION

Peut se jouer en famille, entre collègues, en classe, en WE communautaire, etc
Se joue à plusieurs sans limite d'âge. Il est intéressant de faire le jeu à plusieurs générations.

Noter le prénom de chaque participant sur un bout de papier (un prénom par papier), puis plier en 4 et mettre dans un chapeau.
Chaque participant tire au sort un papier. Il sera, pour la journée (ou le we), l'ange gardien de la personne qu'il aura piochée. Et lui-même aura son ange gardien puisque son prénom aura été tiré au sort.

CONSIGNES

Comme ange gardien, vous devrez protéger, veiller, soutenir ... la personne pour qui vous êtes l'ange gardien, mais de façon tout à fait discrète et naturelle afin de ne pas vous faire remarquer. Cela impliquera de le soutenir, de remarquer ce qu'il fait de bien, de l'écouter sans le juger, de l'encourager, de lui sourire, de l'aider,...

Comme personne soutenue par l'ange gardien, vous serez attentif aux personnes qui vous font du bien, vous accepterez les signaux de reconnaissance qui vous sont faits. Vous aiderez votre ange gardien en n'hésitant pas à exprimer vos besoins et vos émotions.

A la fin du jeu, chaque participant devra dire s'il a trouvé qui était son ange gardien. S'il n'est pas sûr de sa réponse, il pourra se faire aider par les autres participants qui ont, sans doute, comme témoins, observé la bienveillance de tel ou tel.

ÉPILOGUE

Vous pouvez poursuivre, si vous le souhaitez, en échangeant à partir de ses questions :

1. Comment me suis-je senti pendant le jeu ? en tant qu'ange gardien ? en tant que personne soutenue par l'ange gardien ?
2. Quelle faculté cela m'a-t-il demandé , en tant qu'ange gardien ? en tant que personne soutenue ?
3. Qu'est ce que cela m'inspire maintenant dans mes relations ?