

Totem : retour d'expérience



Totem est un jeu de développement personnel qui fait du bien et vous fait découvrir vos forces.

A tour de rôle, chaque joueur assiste à la construction d'un Totem à son image. Celui-ci est constitué d'une carte ANIMAL associée à une force, et d'une carte QUALITE, toutes deux choisies et décrites par les autres joueurs.

Déroulement du jeu

Durée : prévoir 20 à 30 minutes par joueur.

De 3 à 8 joueurs. A partir de 8 ans.

L'objectif est de recevoir son Totem, et découvrir le meilleur de soi à travers le regard des gens qui nous entourent.

1. On commence la partie avec la portion ANIMAL du totem. Le receveur brasse le paquet de cartes ANIMAL et en distribue 7 à tous les joueurs, sauf à lui-même
2. Chaque joueur regarde ses cartes sans les montrer aux autres et choisit parmi ses 7 cartes la force qu'il désire souligner chez le receveur. Chacun place ensuite sa carte choisie face cachée au centre de la table. Quand tous les joueurs ont placé leur carte, on les mélange afin que le receveur ne puisse pas savoir qui les a données. On remet les cartes non utilisées sous le paquet.
3. Le receveur prend les cartes et les regarde une par une, sans les dévoiler aux autres. Il place ensuite les cartes par ordre de préférence faces cachées sur la table, de la force qu'il reconnaît le moins posséder à sa gauche jusqu'à celle qu'il reconnaît le plus à sa droite.
4. Le receveur retourne les cartes une à une, en commençant par annoncer à voix haute la force qu'il considère posséder le moins.
5. Le joueur qui a donné cette carte ANIMAL se dévoile et décrit en quelques mots pourquoi il a choisi cette force. En s'adressant directement au receveur, il lui explique dans quelles circonstances il a observé cette force, quels impacts positifs elle a sur lui et son entourage, etc.
6. Le receveur continue ensuite à retourner ses cartes une à une, chaque carte valant un point de plus que la précédente. Tous les joueurs expliquent leur choix au receveur l'un après l'autre, jusqu'à ce que toutes les cartes soient retournées.
7. Avant de passer aux cartes QUALITE, les joueurs doivent choisir, parmi les cartes ANIMAL se trouvant sur la table, celle qu'ils considèrent être LA force dominante du receveur.

8. On poursuit avec la portion QUALITE du totem du receveur. Le receveur brasse le paquet de cartes QUALITE et en distribue 7 à tous les jours, sauf à lui-même. Le receveur et les jours répètent les étapes 2 à 7 pour les cartes QUALITES.
9. Lorsque le receveur a reçu les deux portions de son Totem, il garde ces deux cartes avec lui et c'est au tour d'un autre joueur de devenir le receveur.
Le jeu continue ainsi jusqu'à ce que chaque joueur ait reçu au moins un Totem. Rien n'empêche de continuer la partie et d'attribuer d'autres Totem.

Prendre conscience de ses forces et qualités par le jeu fait de chaque joueur un gagnant.



Mon avis sur le jeu (Pauline / Singe combatif) : Totem est un bel outil de communication et favorise l'expression des émotions. Le fait de se tourner sur les forces des joueurs est vraiment positif pour la dynamique de groupe, d'autant que nous sommes naturellement enclins à noter le négatif. Tous les messages inscrits sont positifs.

Par ailleurs, il me semble important de reconnaître et d'exprimer notre gratitude aux autres. J'ai personnellement été touchée par les commentaires de chacune de mes collègues, c'est un bel outil favorisant la motivation et l'envie de s'impliquer.

Débriefing de l'équipe

Lydia (Colibri réconfortant) : Ce jeu n'apporte que du bien, rien de désagréable. Une difficulté s'est présentée sur certains tirages, j'aurais aimé une autre carte, mais finalement, en jouant ensemble, les autres joueurs amenaient des forces ou qualités soulignant ma pensée. C'est un jeu sans contrainte et rassemble. Ce genre d'activité me permet de me relaxer dans l'équipe, de me sentir plus à l'aise.

Marie-France (Dauphin généreux) : Ce jeu permet de mieux se connaître grâce au regard des autres., rien de méchant ne peut en sortir et ça fait du bien.

Cassandra (Kangourou franc) : Ce jeu aurait été encore plus percutant si toute l'équipe avait été présente surtout après le conflit avec la personne absente.

Isabelle (Loutre disponible) : Ce jeu m'a bien plu, je me suis sentie libre d'arrêter ou pas.

Patricia (Raton Laveur minutieux) : C'est vraiment un bon moment.