

LE TRAIN DE L'APPRÉCIATION

Libérez le pouvoir de la reconnaissance

Cette méthode encourage les participants à exprimer de la gratitude et de l'appréciation les uns envers les autres, créant ainsi un sentiment de connexion et de camaraderie. En mettant en œuvre le «Train de l'Appréciation», les facilitateurs peuvent renforcer la dynamique de groupe, stimuler le moral et promouvoir une culture de reconnaissance et de valorisation.

Objectif:
Socialisation en ligne,
Accès et motivation

Taille du groupe:
< 20

Durée:
< 30 min

UTILISEZ CETTE MÉTHODE POUR:

- Favoriser une atmosphère positive;
- Renforcer la cohésion d'équipe;
- Encourager une culture de reconnaissance et d'appréciation.

Adapté au multilingue: Non

Niveau d'interaction:
Moyen

L'ESPACE ICI
PEUT ÊTRE
REPLI AVEC
VOS NOTES



ÉTAPES POUR APPLIQUER LA MÉTHODE: _____

Préparation

- Déterminez les objectifs spécifiques que vous souhaitez atteindre grâce à l'exercice du Train de l'Appréciation. Qu'il s'agisse de renforcer l'esprit d'équipe, de motiver les participants ou d'instaurer une culture de reconnaissance, des objectifs clairs guideront votre animation.
- Choisissez un moment approprié dans votre réunion virtuelle ou atelier pour lancer l'exercice. Tenez compte du déroulé de l'agenda et assurez-vous que les participants disposent de suffisamment de temps pour s'y engager sans se sentir pressés.
- Vérifiez que la plateforme de réunion virtuelle ou les outils de collaboration choisis permettent un déroulement fluide de l'exercice.
- Envisagez de créer des supports visuels ou des objets virtuels, comme une image de train ou un symbole de flambeau, pour aider à la compréhension et susciter l'engagement. Ces éléments peuvent être affichés à l'écran pendant l'activité.
- Tenez compte de la dynamique du groupe et des relations existantes. Anticipez d'éventuelles sensibilités ou tensions et prenez des mesures proactives pour garantir un environnement bienveillant et respectueux.

Déroulement

- **Introduisez l'activité** en expliquant l'objectif et les bienfaits du Train de l'Appréciation. Soulignez l'importance de créer un environnement où chacun se sent valorisé.
- **Faites une démonstration** en exprimant vous-même une appréciation. Cela peut être dirigé vers un co-facilitateur, un soutien technique ou un autre collègue. Mettez l'accent sur l'importance d'utiliser des exemples concrets pour renforcer l'impact de la reconnaissance.
- Désignez **une première personne** pour démarrer le Train de l'Appréciation. Elle exprimera sa gratitude envers un autre participant en mentionnant des raisons précises (réalisation récente, contribution, attitude positive, etc.).

L'ESPACE ICI
PEUT ÊTRE
REPLI AVEC
VOS NOTES



- Une fois cela fait, cette personne **passe le "flambeau" virtuel** au participant suivant. Le flambeau peut être représenté par un objet visuel ou simplement par une désignation verbale. Chaque participant à son tour exprime son appréciation envers un autre.
- **Encouragez la sincérité et la précision.** Demandez aux participants d'être authentiques dans leurs messages.
- Poursuivez l'exercice jusqu'à ce que **chaque participant ait pu s'exprimer**. Invitez chacun à écouter activement et à accueillir les remerciements avec reconnaissance, afin de cultiver un climat d'humilité et d'ouverture.
- Alternative: Si vous pensez que les participants peuvent être mal à l'aise à l'idée d'exprimer de la reconnaissance en public, ou qu'ils ne se connaissent pas encore bien, proposez une version anonyme de l'exercice. Utilisez un tableau de collaboration virtuel où chaque nom est affiché, et où les participants peuvent déposer des post-its d'appréciation de manière anonyme.
- Une fois le Train de l'Appréciation terminé, **organisez une brève discussion** pour recueillir les impressions des participants. Invitez-les à partager leur ressenti, les effets de l'activité sur la dynamique du groupe, et les leçons retenues.
- Encouragez-les à **poursuivre la pratique de la reconnaissance** dans leurs interactions quotidiennes. Rappelez les effets positifs et les liens renforcés que peut apporter une culture continue d'appréciation.

ASTUCES POUR LES OUTILS:

Modèle de cercle d'appréciation sur Miro:

<https://miro.com/miroverse/appreciation-circle/>

Mur de remerciements ("Kudos wall") sur Mural:

<https://www.mural.co/templates/kudos-wall>