

## Girafe'O Cartes

2020 - fiche modifiée le 29 juin 2020

Un jeu destiné à pratiquer la Communication NonViolente (CNV) de manière ludique et dynamique.

<b>Support</b>	Cartes
<b>Âge du public</b>	A partir de 8 ans
<b>Thèmes associés à cet outil</b>	Compétences psychosociales, Expression de soi
<b>Obtention</b>	Acquisition
<b>Participants</b>	De 8 à 24
<b>Prix</b>	40,00 €
<b>Consultable chez PIPSa</b>	Oui (réf. 4CP-JCA-010-GIR)



PIPSa propose des pistes d'utilisation pour cet outil

### Sur l'outil

#### Description selon l'éditeur

#### Matériel :

- 153 cartes, réparties en cinq catégories :
  - Cartes "GiraSpeed" : 64 cartes réparties en 4 couleurs et 8 thèmes : jugement, émotion/sentiment agréable, émotion/sentiment désagréable, faux sentiment, sensation physique, besoin, action et objet
  - Cartes "Défi" : 50 cartes représentant un thème sur une face et une "question de défi" sur l'autre face
  - Cartes "Chacal" : 16 cartes destinées à pimenter le jeu
  - Cartes "Girafe de secours" : 8 cartes destinées à demander de l'aide en cours de partie
  - Cartes "Vocabulaire" : 15 cartes proposant des listes de mots (Thèmes : Faux sentiments, Émotions/sentiments, Sensations physiques, Besoins fondamentaux humains, Besoins "étapes")
- [Règle du jeu](#) (PDF)
- Un dé à 6 faces

Sur YouTube : [Découverte du contenu et des différentes cartes](#)

#### Concept :

Ce jeu s'adresse aussi bien aux enfants qu'aux adultes. Bien qu'il soit particulièrement approprié pour des personnes ayant déjà appris les fondements de la CNV dans le cadre d'ateliers ou de formations, il peut également convenir à des personnes qui ne connaissent pas du tout la CNV et qui souhaitent découvrir le processus en s'amusant.

Il est possible de jouer seul ou en groupe, en famille, à l'école ou en milieu professionnel.

Il est par ailleurs possible de jouer selon des niveaux de difficulté différents, selon le degré d'intégration du processus de la CNV des joueurs.

[Plus d'infos sur le site de l'éditeur](#)

#### Conseils d'utilisation

Voir l'onglet "[Pistes d'utilisation](#)"

#### Bon à savoir

Auteure : Sophie Grosjean (GIRASOL sprl) - [Chaîne YouTube du jeu Girafe'O Cartes](#)

[Formulaire de commande](#)

#### Où trouver l'outil

**Chez l'éditeur :**

GIRASOL sprl  
Banoyard, 817  
4910 - Theux  
Belgique  
+32 (0)479 89 07 26 - [sg@girasol.be](mailto:sg@girasol.be)  
<https://www.girasol.be> - <http://www.communicationnonviolente.be>

**Dans les centres de prêt :**

Centre verviétois de promotion de la santé  
+32 (0)87 35 15 03 - [s.vilenne@cvps.be](mailto:s.vilenne@cvps.be)  
<http://www.cvps.be>  
Catalogue : <http://www.cvps.be/index.php/le-centre-de-documentation>

Centre local de promotion de la santé en province de Luxembourg  
+32 (0)84 31 05 04 - [clps.lux@skynet.be](mailto:clps.lux@skynet.be)  
<http://www.clps-lux.be>  
Catalogue : <http://bit.ly/1AfCwMD>

Cultures&Santé asbl  
+32 (0)2 558 88 10 - [info@cultures-sante.be](mailto:info@cultures-sante.be)  
<http://www.cultures-sante.be>  
Catalogue : <http://www.cultures-sante.be/centre-doc/pedagotheque.html>

**Pistes d'utilisation**

---

*Support d'animation / expression*

*Thème : expression de soi, compétences psychosociales*

*Support : cartes illustrées*

**Description**

Voir l'onglet "[Sur l'outil](#)"

Présentation vidéo des différents thèmes des cartes "défi", avec des exemples illustratifs pour aider les joueurs à comprendre :

[Cartes défis sensations physiques](#)

[Cartes défis émotions et sentiments](#)

[Cartes chacal](#)

[Cartes faux sentiments](#)

[Cartes action et objet](#)

**Comment l'utiliser**

Ce jeu de cartes qui vise à se familiariser avec la CNV et faciliter l'intégration du vocabulaire et du processus. On y joue seul ou en équipe de 3 (maximum 24 joueurs).

Deux façons de jouer :

- Pour les personnes qui ne sont pas familiarisés avec la CNV et pour les enfants : gagner le plus de cartes possibles en trouvant un exemple (d'objet, d'action, de faux-sentiment, de jugement, de sensation physique, émotion/sentiment agréable/désagréable) selon la couleur indiquée par la carte.

Objectif : enrichir le vocabulaire. Des propositions sont fournies par des listes que les joueurs peuvent consulter. Celles-ci ne sont pas exhaustives et certaines propositions n'ont pas de réponse (ex : un besoin qui commence par « K »). Le thème « faux sentiment » (=évaluation masquée de soi-même ou de l'autre) est particulièrement complexe pour les novices et il vaut mieux ne pas jouer avec ces cartes dans une première approche du jeu et de la matière.

- Autre façon de procéder (plus complexe mais aussi plus riche) : pratiques et exercice de la CNV à partir des cartes Défi. Celles-ci fournissent une occasion d'identifier nos stratégies de satisfaction de nos besoins. Elle demandent d'avoir acquis la signification des différentes cartes et de pouvoir faire le lien avec le vécu. Pour adolescents et adultes.

**Public**

8-12 ans, pour la première façon de jouer. A partir de 12 ans pour la seconde

### **Rôle de l'animateur**

L'utilisateur (= girafe médiatrice) doit être formé à la CNV pour expliquer les différents concepts et vérifier la compréhension au sein du public. Aider l'enfant à mettre des mots, explorer les émotions/situations identifiées et aider à faire le lien avec les besoins.

### **Temps d'appropriation**

Assez rapide

### **A quel moment d'un projet ?**

Le jeu peut soutenir un projet pédagogique autour de l'exploration des émotions, des besoins et des moyens que nous mettons en place pour les satisfaire.

### **En quoi il est soutenant pour la promotion de la santé ?**

Les émotions doivent être approchées, appréhendées, comprises pour permettre à chaque enfant de mieux se connaître. Ce processus participe donc des compétences psychosociales dont on sait qu'elles constituent un puissant antidote pour renforcer son système immunitaire émotionnel face aux aléas de la vie.

### **Temps de préparation :**



### **Points forts :**

Thème, graphisme, facilité d'utilisation

### **Sujets abordés :**

Emotions, besoins, sentiments, Communication NonViolente

**Date de l'avis :** 29 juin 2020

<https://www.pipsa.be/outils/export-2139614153/girafe-o-cartes.html?export>

30-03-2023 07:48