

Pauses créatives, un aperçu

Par Marco Poutré, conseiller qualité, Mouvement québécois de la qualité

(Anik April - <https://www.linkedin.com/in/anik-april-6b38b81a/>), animatrice et attiseuse de paroles, a ouvert l'événement avec son premier de trois ateliers.

#1 – Votre souhait pour la journée

Elle nous a d'abord encouragé à nous vider le cerveau en pratiquant l'écriture automatique. La seule règle était que le crayon ne devait jamais cesser d'écrire ! Sans que ce soit une course, il ne fallait rien filtrer, mais plutôt laisser notre esprit divaguer et guider notre main. Je me relis aujourd'hui, quelques jours plus tard, et rien de ce que j'ai écrit n'a de sens, mais sur le coup, ça a probablement contribué à préparer mon cerveau pour cette journée riche en contenu.

Ensuite, nous devions écrire :

1. Un mot que nous aimons. Peut-être en raison de ce qu'il signifie, mais peut-être aussi tout simplement parce que sa sonorité est douce à notre oreille ou que son orthographe nous plaît.
2. Un mot que nous détestons, pour les raisons contraires de celles exposées au point précédent.
3. Quelque chose dont nous sommes fiers.
4. Un talent que nous avons.
5. Un trait qui nous représente bien et qui commence par la première lettre de notre prénom.

Suite à ça, il fallait rédiger un souhait pour la journée en incluant les mots trouvés en 1-2-5. Puis, nous avons été divisés en sous-groupe où il fallait lire ce souhait aux autres avant de les partager dans la fenêtre de conversation, envoyant de ce fait plein d'ondes positives pour que nous passions une bonne journée ensemble.

Mon souhait ? **Grâce à mon côté mobilisateur, j'aimerais amener les participants dans l'hyperespace de la créativité, là où aucune cigarette n'a jamais mis le pied !**

#3 – La récolte de la journée

En clôture de journée, Anik nous a d'abord demandé d'écrire une question sur notre feuille. Encore ici, pas de censure, il pouvait s'agir d'une question sur la journée elle-même, sur la façon dont nous allions déployer certains apprentissages ou même autre chose sans aucun lien ! Puis, nous avons souligné des mots à travers toutes les notes que nous avons prises depuis le matin. Nous avons pondu un court texte avec ces mots avant de faire un lien entre le texte et la question. En sous-groupe avec d'autres participants, nous avons pu partager nos questions et nos textes. Le résultat était très varié, j'étais avec une participante qui se demandait comment arrêter de remettre au lendemain le ménage de sa cuisine d'été et un autre qui s'interrogeait à savoir si nous étions plus créatifs dans un contexte convivial sans aucun stress ou lorsque placés devant des contraintes qui nous forcent à agir rapidement !

Personnellement, ma question fut

« Où étais-je pendant toutes ces années ? »

en référence à cette découverte de Créa-Québec et de ces journées très abordables (75 \$, difficile de faire mieux !)

Mon texte fut :

« On peut sauver beaucoup de temps de surpréparation en ayant uniquement des participants qui ont le désir d'être là. Ça va donner un nidées très riche et on évite le piège de la nonvergence. On pourra d'ailleurs utiliser sans crainte les trois intelligences pour stimuler l'imaginaire des participants. »

Mon lien avec la question fut que ce texte n'est qu'un des nombreux apprentissages que j'ai pu partager avec vous dans ce compte rendu et que j'ai clairement l'intention de suivre de plus près cet organisme québécois de rayonnement international !