



28. GESTION DE GROUPE

Comment aider mes participants à se concentrer lors d'une réunion ?

CONTEXTE

De nos jours, il est difficile de retenir l'attention des participants pendant les réunions à distance. Par exemple, vous présentez un argument complexe lors d'une réunion à distance et vous obtenez pour toute réponse "Je ne suis pas sûr d'avoir suivi". Il existe un phénomène appelé "Zoom fatigue". Il s'agit d'un sentiment d'épuisement et de fatigue qui survient après avoir passé beaucoup de temps en réunion à distance. C'est aussi la raison pour laquelle il est si difficile de se concentrer pendant les réunions en ligne. La question est de savoir comment éviter cette fatigue.

BASE THÉORIQUE

L'utilisation croissante de divers outils et plateformes numériques peut créer une fatigue cognitive et entraîner des problèmes d'interaction, une perte d'intérêt, diminuant les capacités de concentration. L'utilisation de différentes interfaces et la faible vitesse de connexion entre les utilisateurs desservis par différents fournisseurs de services peuvent accroître ces effets négatifs. Le responsable du groupe peut essayer d'organiser des réunions hybrides si possible ou s'assurer que la technologie est facile à utiliser et disponible pour tous les participants.

L'ACTIVITÉ EN BREF

La capacité d'attention est l'un des facteurs les plus critiques pour une communication efficace. Par rapport aux années 2000, où notre capacité d'attention était de 12 secondes, elle a aujourd'hui diminué de plus de 60 %. Aujourd'hui, il est important non seulement que les participants essaient de se concentrer et d'écouter, mais aussi que le modérateur fasse tout son possible pour rendre la réunion plus facile et intéressante pour tous.

Activités/Solutions

TYPE DE CONTACT

En ligne/présentiel/Hybride

TEMPS NÉCESSAIRE

10 minutes

NOMBRE DE PARTICIPANTS

6-20

TYPE D'ACTIVITÉ

Travail en groupe

GROUPE CIBLE

Tout public

VARIATION DE L'ACTIVITÉ

L'activité "Repérer l'erreur" peut être réalisée sur n'importe quel sujet d'intérêt. Pour en tirer le meilleur parti, choisissez un sujet en rapport avec la réunion.

Objectif

- Aider les participants à se concentrer.
- Pour obtenir de meilleurs résultats en réunion, les participants se concentrant sur l'écoute des autres.

Comment se préparer

- Pour préparer l'activité "Repérer l'erreur", écrivez une dizaine d'affirmations sur un thème du patrimoine culturel local (par exemple, la nourriture traditionnelle, la musique traditionnelle, l'artisanat traditionnel). Trois ou quatre de ces affirmations doivent être fausses.

L'activité étape par étape

1. Demandez aux participants d'écouter attentivement pendant que vous lisez les déclarations, car chacune ne sera répétée qu'une seule fois.
2. Dites aux participants qu'ils doivent reconnaître les fausses déclarations.
3. Commencez à lire les affirmations au participant. Ne lisez chaque phrase qu'une seule fois.
4. Le piège du jeu est que vous devez alterner entre les affirmations vraies et fausses.
5. Demandez aux participants de deviner quelles affirmations sont fausses. Vous pouvez utiliser le chat comme plate-forme de réponse pour que tout le monde puisse participer, ou utiliser les émojis pouce en l'air/bas.
6. Vous pouvez poursuivre l'activité en petits groupes. Dites aux participants de créer eux-mêmes quatre à six affirmations, puis de les présenter à leur groupe.