

**Grande compétence : Communiquer des idées et de l'information**

- **B1** : Interagir avec les autres

**Grande compétence : Rechercher et utiliser de l'information**

- **A1** : Lire des textes continus

**Tâche 6**

**Utiliser des techniques pour améliorer son sens de l'observation. (Niveau 2)**

*Durée approximative : 60 minutes, selon la capacité de votre groupe*

**Note :** Durant cette activité, les personnes apprenantes découvrent et mettent en pratique des techniques pour améliorer leur sens de l'observation, puis elles en discutent en groupe. Elles choisissent ensuite deux techniques qu'elles veulent utiliser pour exercer leur sens de l'observation.

**Pistes d'animation suggérées**

- Discuter des métiers qui requièrent des personnes ayant un bon sens de l'observation. Inviter les personnes apprenantes à dire comment un sens de l'observation plus aiguisé peut être avantageux dans la vie quotidienne et au travail. Voici quelques exemples : pour lire le langage non verbal, pour remarquer les détails importants qui aideront à prendre des décisions éclairées ou à éviter un accident, pour remarquer des changements corporels susceptibles d'être des symptômes de maladie, pour relever des détails importants lors d'incidents criminels, etc. Préciser qu'il est possible d'améliorer son sens de l'observation en l'exerçant davantage.
- Inviter les personnes apprenantes à former des équipes de deux, puis assigner à chaque équipe une ou deux des techniques suggérées à l'**Annexe 8**. Chacune doit lire la description de la technique, puis l'essayer pour ensuite présenter ses exemples au reste du groupe. Voici les techniques à pratiquer :
  - Observer des objets familiers avec un œil nouveau
  - Observer des objets et être curieux de leur origine, de leur fabrication, etc.
  - Jouer à «Devine ce que je vois» (*I spy with my little eye*)
  - Observer méthodiquement
  - Reconstituer un environnement
  - Observer avec tous les sens
  - Se concentrer sur les détails tout en gardant son attention divisée
  - Développer sa vision périphérique (ce que l'on peut voir de chaque côté du champ visuel central)
- Donner quelques minutes aux équipes pour lire et pratiquer la technique avant de revenir en grand groupe pour présenter leurs exemples. Discuter des méthodes suggérées et proposer d'autres techniques.

- Inviter les personnes apprenantes à choisir deux techniques à utiliser durant l'étude du module pour améliorer leur sens de l'observation. Cet exercice pratique sera abordé dans l'autoévaluation à la fin du module.
- Présenter aussi les activités suggérées ci-dessous, qui peuvent être effectuées n'importe quand durant le module. En faire une chaque jour puis discuter en groupe de l'utilité de l'activité pour améliorer le sens de l'observation.

### Activités à faire pour améliorer le sens de l'observation

#### 1 – Chasse au trésor

Il n'y a pas de limite au nombre de personnes qui peuvent jouer à ce jeu. Préparer une liste d'objets qui se trouvent dans la salle et demander aux personnes apprenantes d'indiquer où se trouvent ces objets dans la pièce. Les questions peuvent inclure une liste d'objets, mais elles peuvent aussi être générales, pour leur permettre de faire des comparaisons tout en observant. Par exemple : trouve deux objets qui sont plus grands que moi, trouve un objet qui a une odeur, trouve un objet plus petit qu'une épingle, etc.

#### 2 – Casse-tête, jeux de mémoire, etc.

On peut exercer son sens de l'observation en effectuant des casse-tête, des jeux de mémoire ou des jeux d'association de nombres, par exemple. Ces jeux exigent la recherche de détails particuliers et constituent un excellent exercice pour améliorer son sens de l'observation.

#### 3 – Peinture, photographie, etc.

La photographie, la peinture et la décoration, entre autres, sont des activités qui font appel au sens de l'observation. Elles permettent notamment de remarquer l'impact de la lumière, de distinguer les teintes, d'agencer les couleurs et les textures.

#### 4 – Jeux variés

Le site <http://www.eyecanlearn.com> contient une panoplie d'activités qui aideront les adultes à exercer le sens de l'observation. Bien que les directives qui accompagnent chacune des activités soient en anglais, la formatrice peut facilement expliquer le jeu en français. Voici quelques activités qui peuvent servir à tout âge :

Associer les formes : <http://www.eyecanlearn.com/match.htm> et  
<http://www.eyecanlearn.com/form%20constancy.htm>

Trouver les images cachées : <http://www.eyecanlearn.com/hidden%20pictures.htm>

#### 5 – Activité d'agencement

Choisir un objet dans une pile (souliers, balles avec des motifs particuliers, chandails, etc.) et le décrire en détail sans dire ou montrer ce que c'est (par exemple, soulier de cuir brun lacé avec semelle en caoutchouc). Les autres personnes du groupe doivent observer la pile d'objets et trouver celui qui est décrit.

## 6 – Ma photo préférée

Parmi un éventail de photos, demander à la personne apprenante d'en choisir une et

- de dire pourquoi elle a choisi cette photo;
- de dire ce qu'elle n'aime pas sur cette photo;
- de préciser comment elle pourrait la rendre plus agréable;
- d'indiquer deux détails intéressants sur la photo.

## 7 – Mon quartier

Inviter les personnes apprenantes à songer au quartier où elles vivent, puis leur demander de dire pourquoi il s'agit d'un endroit convenant aux familles avec des jeunes enfants, aux gens plus âgés, aux personnes qui ont des animaux, etc. (p. ex., présence d'un parc avec des jeux pour les enfants, de trottoirs, de lampadaires pour illuminer la nuit, d'écoles, d'un complexe sportif, etc.)

## 8 – Marches d'observation

Inviter les personnes apprenantes à faire des marches durant lesquelles elles utilisent leur sens au maximum pour capter les stimuli de l'environnement. Encourager l'utilisation de jumelles, de loupes et d'appareils photo pour exercer l'observation visuelle, mais aussi le recours à l'ouïe, à l'odorat, au toucher et au goût pour capter toutes les sensations du milieu.

## 9 – Poésie

Demander aux personnes apprenantes d'utiliser la poésie pour décrire par écrit un objet qu'elles ont choisi. Les inviter à utiliser la comparaison et les contrastes dans leur description.

## Annexe 8

### Exerce ton sens de l'observation

**Note : Ne pas effectuer ces exercices en conduisant une automobile ou en effectuant des activités essentielles au travail. Profiter plutôt des temps morts pour s'exercer sans danger!**

#### 1. Observer des objets familiers avec un œil nouveau

Observe les objets familiers qui se trouvent dans ton milieu. Concentre-toi sur un ou deux objets et observe-les de façon à remarquer des choses que tu n'avais pas vues auparavant. Par exemple, en observant une horloge dans le salon, tu peux voir une étiquette que tu n'avais pas remarquée auparavant; en regardant une plante que tu aimes, tu peux remarquer des bourgeons qui s'apprêtent à éclore; en regardant le mur de la salle de bain, tu peux observer des marques que tu ne voyais pas auparavant.

Répète l'exercice avec divers objets, de façon régulière.

#### 2. Observer des objets et être curieux de leur origine, leur fabrication, etc.

Observe des objets en te demandant de quoi ils sont faits, comment ils ont été fabriqués, etc. Examine, par exemple, une statuette de bronze qui se trouve sur la table; elle est faite d'un alliage de différents métaux. A-t-elle été fabriquée à la main ou en usine? De quelle origine est la personne représentée par la statuette? Quel genre de vêtements porte cette personne? Est-ce qu'il y a de la peinture sur la statuette pour en souligner des aspects particuliers? Est-ce qu'on peut déterminer la période de l'histoire que celle-ci représente?

Répète l'exercice avec divers objets, de façon régulière.

#### 3. Jouer à «Devine ce que je vois» (*I spy with my little eye*)

Cet exercice peut se faire seul ou avec une autre personne. Il est basé sur un jeu d'enfant *Devine ce que je vois*. Choisis un aspect particulier de ton environnement que tu vas observer. Par exemple, les personnes qui portent quelque chose de rouge, les personnes qui parlent au téléphone cellulaire, les personnes qui fument, les automobiles blanches, les poubelles sur la rue ou encore les bicyclettes qui passent durant une période donnée.

Exerce-toi à faire cet exercice de façon régulière, lorsque tu n'as rien à faire, que ce soit dans l'autobus ou en attendant en file pour passer à la caisse.

#### 4. Observer méthodiquement

Lorsque tu regardes une image, une photo ou une affiche, pratique-toi à le faire avec méthode. Tu peux observer les détails de gauche à droite, de droite à gauche, de haut en bas ou de bas en haut, en divisant l'image en quadrants ou en demies. Fais la même chose en observant une scène. Essaie de retenir davantage de détails en utilisant cette technique.

## Annexe 8 (suite)

### 5. Reconstituer un environnement

Lorsque tu es assis dans une pièce, observe ton environnement pendant quelques minutes. Ensuite, ferme les yeux et tente de le reconstituer. Imagine les objets dans la pièce et vois-les où ils se trouvent. Ouvre ensuite les yeux et vérifie ce que tu as manqué. Refais cet exercice à plusieurs reprises. Tu peux le faire n'importe quand.

### 6. Observer avec tous les sens

L'observation n'engage pas seulement la vue, mais bien tout ce qui stimule l'ouïe, l'odorat, le toucher et le goût. Pour maximiser tous tes sens, ferme les yeux et concentre-toi sur les odeurs, les bruits et autres stimuli sensoriels autour de toi, comme la température, le degré d'humidité ou ce que tu peux goûter. Cela te permettra de capter la scène et d'aiguiser ton sens de l'observation.

Pratique-toi à reconstruire une scène en y ajoutant les stimuli captés par tes sens autres que la vue.

### 7. Se concentrer sur les détails tout en gardant l'attention divisée

Quand on se concentre sur un objet, on ne voit pas tout ce qui se trouve dans son champ visuel. Il est bon, lorsque l'on se concentre de la sorte, de tenter de garder son attention divisée de façon à voir ce qui se passe autour de cet objet. Ceci peut être accompli en balayant le champ visuel en même temps que tu observes l'objet.

Pratique-toi à regarder un objet avec beaucoup d'attention tout en gardant un œil sur ce qui se passe autour. Décris l'objet et ce qui l'entoure.

### 8. Développer sa vision périphérique

Lorsqu'on observe une scène, notre cerveau complète ce que notre œil voit. De plus, nos yeux deviennent en quelque sorte paresseux, de sorte qu'ils ne s'exercent pas à distinguer les objets en périphérie. Voir un objet qui se trouve en périphérie peut être avantageux lorsque tu conduis une automobile. De plus, la pratique d'exercices pour développer ta vision périphérique peut te permettre d'améliorer tes compétences en lecture.

Pour exercer ta vision périphérique, regarde droit devant toi en gardant les yeux fixes, puis essaie de «voir» ce qui se passe autour sans déplacer le regard.