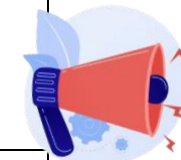


## STRATÉGIES POUR DES TRAVAUX DE GROUPE PLUS SEREINS

|                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <p><b>Communiquer sur tes difficultés</b> avec tes camarades dès le départ</p> <p>Si tu te sens à l'aise d'évoquer ton TDA/H, communiquer sur ses impacts possibles sur ton implication dans le travail de groupe et échanger sur les solutions disponibles pour vous permettre une répartition égale de travail peut s'avérer très positif !</p>         |
| <input type="checkbox"/> | <p><b>Séquencer</b> un maximum les tâches à faire pour chaque <b>étape</b> et les répartir en groupe</p>                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <input type="checkbox"/> | <p>Fixer des <b>délais clairs</b> et réguliers pour ces tâches précises</p> <p>Avertir les autres dès qu'on se rend compte qu'on pourrait ne pas respecter un délai, plutôt que d'attendre la dernière minute. Replanifier ensuite ensemble un nouveau délai qui convienne à tout le groupe, en laissant un temps raisonnable pour terminer la tâche.</p> |
| <input type="checkbox"/> | <p>Écrire à l'avance les <b>questions</b> ou remarques que l'on a, pour les évoquer efficacement lors des réunions de groupe</p>                                                                                                                                                                                                                          |
| <input type="checkbox"/> | <p>Revoir le groupe à chaque étape, <b>feedback</b> réguliers</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <input type="checkbox"/> | <p>Répartir équitablement le <b>temps de parole</b> entre chaque personne du groupe, permettre à tout le monde de <b>participer</b> (voir fiche : stratégie communication)</p>                                                                                                                                                                            |
| <input type="checkbox"/> | <p><b>En cas de conflit</b>, se donner un temps pour répondre et réfléchir à la situation (ne pas être d'accord est normal et il est possible de l'exprimer avec bienveillance)</p>                                                                                                                                                                       |
| <input type="checkbox"/> | <p>Un conflit par messages nécessite également un temps pour <b>réfléchir</b> et envoyer une <b>réponse appropriée</b></p>                                                                                                                                                                                                                                |



Se renseigner sur des techniques de communication non-violente :

[cnvsuisse.ch](http://cnvsuisse.ch)