

## COMME D'HAB ? /



Consciemment ou non, notre quotidien est jalonné d'habitudes : les premières actions qu'on fait au matin, notre repas du midi, nos traditions avec nos amis, les fêtes tout au long de l'année... Et si nous avons pris des habitudes personnelles, il y a aussi un lieu que tu fréquentes qui est truffé d'habitudes : ta Section ou ton Unité ! Aujourd'hui, on a envie de t'aider à prendre une nouvelle habitude : celle de réfléchir aux habitudes de ta Section et de, pourquoi pas, changer celle qui en a besoin.

Tourne vite la page pour en découvrir plus sur le sujet !

## Un peu de réflexion

L'être humain a besoin d'habitudes. Dès son plus jeune âge, l'enfant est habitué à un certain rythme, un cadre, des rituels, qui le structurent et le rassurent. Grâce à ce cadre posé, chaque enfant peut alors partir à l'aventure et se développer petit à petit. En grandissant, les habitudes changent avec les besoins de chacun·e et, bien sûr, l'environnement familial et social.

Les habitudes, ça permet aussi de faciliter la vie quotidienne et collective. En camp, par exemple, tu as peut-être l'habitude d'organiser une gym chaque matin ou avec ton Staff, vous avez pris l'habitude de partager les tâches d'après repas de telle ou telle manière entre les jeunes.

Bref, les habitudes, ça a pas mal de bienfaits !

L'être humain aime aussi le changement, il a besoin d'évoluer et de progresser. Tu l'as peut-être déjà entendu ou même pensé ou partagé : « Je m'ennuie, on fait tout le temps la même chose ! » « On mange encore ça ? Ne changerait-on pas pour une fois ? »

Dans le Scoutisme et le Guidisme, c'est la même chose. Ce n'est pas toujours un réflexe, mais rien de plus normal que de vouloir changer certaines choses. Brimer les idées nouvelles parce que "ça marche très bien comme ça", rien de plus frustrant. Le changement, ça a du bon, remettre en question, c'est nécessaire et source de nouvelles énergies.

Ce qui nous amène à notre troisième élément important : l'équilibre ! Rien ne sert de tout changer et rien ne sert non plus de tout garder (en l'état). L'objectif est de garder un certain confort, de conserver pour l'instant les bonnes habitudes et puis de faire évoluer les habitudes qui le demandent. Évidemment, cela se fait petit à petit !

Mais comment savoir si une habitude est bonne ou si elle mérite un petit changement ? On te refile quelques conseils dans les fiches pratiques, mais voici déjà les quatre éléments-clés :

1. Une bonne habitude a du sens. Les participant·es savent pourquoi ces habitudes existent.
2. Une bonne habitude en adéquation avec les valeurs et la méthode.
3. Une bonne habitude est (et reste) adaptée aux besoins du groupe. (Si le groupe change, l'habitude peut changer aussi.)
4. Une bonne habitude permet d'innover ou de pourquoi pas créer d'autres bonnes habitudes.

# FAIRE ÉVOLUER UNE HABITUDE

Pour concrétiser toute cette belle théorie, on te propose de changer au moins une habitude de ton camp.

En fonction de ta Section, pense à inclure les jeunes dans le processus.

**1<sup>ère</sup> étape :** Lister toutes les habitudes du camp : activités, temps hors animation, répartition des rôles, horaire, préparation...

**2<sup>e</sup> étape :** répartir les habitudes dans l'étoile du changement, dont voici les branches :

- **Développer :** Ce qui a du sens mais qui pourrait être encore plus réfléchi ou qui pourrait encore plus prendre de place. Ce qui donne envie aux jeunes et/ou au Staff d'y mettre de l'énergie.
- **Réduire :** Ce qui est encore pertinent mais qui ne mérite plus autant de place ou de ressources.
- **Maintenir :** Ce qui a du sens, ce qui fonctionne bien et répond aux besoins de la majorité du groupe.
- **Supprimer :** Ce qui n'est plus pertinent aujourd'hui et qui peut laisser sa place à d'autres choses.
- **Créer :** dans cette branche, vous listez toutes les nouvelles actions qui n'existent pas encore. Quelles sont les envies et les besoins du groupe ?
- **Mettre en œuvre :** cette branche est utilisée dans la troisième étape.

Pour vous aider à réaliser cette étape, vous pouvez vous baser sur l'évaluation du camp de l'année passée.



**3<sup>e</sup> étape** : choisir les actions à mettre en œuvre dans les cinq autres branches de l'étoile. Mettez de côté tout ce que vous maintenez. Focalisez-vous sur les branches « Diminuer » - « Créer » - « Développer » - « Supprimer ». En fonction de vos ressources et de votre envie de changement, choisissez au minimum une action à concrétiser d'ici le camp.

**4<sup>e</sup> étape** : Planifier le process du changement : quand est-ce qu'on prend du temps en Staff pour y réfléchir ? Qui se renseigne sur comment ça se passe dans d'autres Unités ou s'il y a des outils qui parlent de ça ? Quand est-ce qu'on en parle aux jeunes ? À quel moment les inclure dans la réflexion ?

Et puis, place au changement progressif.

#### **Quelques conseils pour un changement réussi :**

- Assure-toi qu'un climat propice au changement soit présent avant d'initier quoi que ce soit. Rassure le groupe : on ne va pas tout changer, on prend juste le temps de réfléchir au sens de nos habitudes et de faire évoluer celles qui le méritent.
- Si une habitude a vraiment besoin d'évoluer, focalise-toi en priorité sur celle-là.
- Implique dans le process les personnes qui participent d'habitude à ce que tu vas changer. Au minimum, informe-les des changements et laisse place à la discussion. Tout seul, on va plus vite, ensemble on va plus loin.
- Si tes jeunes ne sont pas impliqués dès le départ dans la réflexion, anticipe leurs réactions.
- Les émotions, c'est important.
- Certaines traditions vont mettre du temps à évoluer et c'est très bien !
- Lorsque tu réfléchis à une habitude, demande-toi vers quel objectif devrait-elle idéalement s'orienter.
- Quand tu réfléchis à un changement, pose-toi la question suivante : « Par quoi débiter la transformation ? »
- Pour un changement réussi, fixe-toi des objectifs minimaux à atteindre et pense à bien opérationnaliser ce changement : qui fait quelle tâche ? Pour quand ?
- Prends ton temps et remets en question régulièrement tes réflexions.