



FICHE ACTIVITÉ RÉMINISCENCE :

“ATELIER PORTRAIT CHINOIS”



PRÉAMBULE :

Un **portrait chinois** est un jeu littéraire de **type questionnaire de Proust** où il s'agit de déceler, à travers un questionnaire, certains **aspects de la personnalité d'un individu** ou d'identifier ses goûts ou ses préférences personnelles.

Dans son Dictionnaire des jeux, **René Alleau** le définit comme une variante du jeu littéraire ancien du portrait, dit aussi « jeu des énigmes ».

L'adjectif « chinois » n'indiquerait pas une origine ethnique, mais l'aspect plus compliqué de ce jeu.

Dans nos propositions de portrait chinois vous pouvez tour à tour travailler sur les émotions où sur un portrait plus généraliste, prenez le temps de choisir celui que vous voulez faire en duo et en famille avec votre proche fragilisé.

Et surtout **AMUSEZ-VOUS !**



ASTUCE HELPY :

Si votre proche fatigue rapidement et a des difficultés à comprendre l'atelier, guidez-le et montrez lui votre propre portrait chinois cela pourra lui donner un repère sécurisant.



PRÉPARATION EN AMONT :

Choisissez un endroit calme et proposez à votre proche de réaliser un portrait chinois. Imprimez un de nos exemples ou créez votre propre exemple.

QUELQUES CONSEILS :

- ✓ **Chaque activité doit avoir un but**, un sens. **Assurez-vous que votre proche aura du plaisir** à la réaliser !
- ✓ **Avant de démarrer l'activité**, proposez-la à votre proche : surtout, **ne la lui imposez pas**. Si cela ne le tente pas une première fois, n'hésitez pas à l'y inviter plus tard dans la journée ou dans la semaine !
- ✓ **Pendant toute l'activité, veillez à donner des objets à manipuler** à votre proche : il faut qu'il n'ait à aucun moment les mains vides ! Manipuler apaise et facilite la concentration, disait Maria Montessori !
- ✓ **Fournissez des repères visuels** à votre proche : disposez le matériel nécessaire à l'activité sur un plateau, dont la couleur tranche avec le matériel de l'activité, afin de favoriser son autonomie.
- ✓ **Asseyez-vous du côté dominant** de votre proche (celui qui est le plus valide).
- ✓ **Soyez patient**, ne bousculez pas votre proche, **respectez les silences**, répétez ce qu'il vous a dit, pour montrer que vous l'écoutez activement. **Valorisez votre proche** en réagissant avec enthousiasme.
- ✓ **Clôturez l'activité en 3 temps** : d'abord, remerciez votre proche ; puis, demandez-lui s'il a apprécié cette activité ; enfin, demandez-lui s'il aimerait recommencer !



ASTUCE HELPY :

Si votre proche a des difficultés à écrire ou à retranscrire ses idées aidez le à remplir sa fiche en lui servant de scripte.

Relisez à chaque fois les réponses que vous avez rédigé pour lui.



DÉROULÉ DE L'ACTIVITÉ:

1/ Imprimer nos gabarits de portrait chinois ou réaliser le vôtre sur une feuille de papier A4.

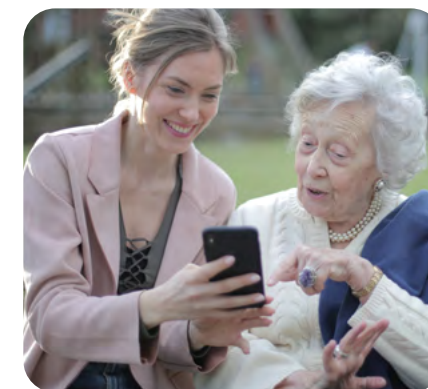
2/ Remplissez chaque catégorie

3/ Échangez ensemble sur vos réponses

4/ Collez les dans un carnet ou dans le livre de vie de votre proche si vous avez réalisé cet atelier !

(Voir les 13 étapes sur notre blog à la rubrique "Livre de vie" <https://helpy-lejeu.fr/?s=livre+de+vie>)

Amusez-vous !





Si j'étais...

Le portrait chinois de

UNE FLEUR



UNE CHANSON



UNE PERSONNE
CÉLÈBRE



UN VOYAGE



QUELQUE CHOSE
À MANGER



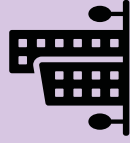
UN ANIMAL



UNE SAISON



UN LIEU



UN OBJET



UN MÉTIER



UN JOUR
DE LA SEMAINE



UNE COULEUR



Si la **JOIE** était...

**UN LIVRE OU UN FILM,
CELA SERAIT :**

.....

**UNE CHANSON,
CELA SERAIT :**

.....

**UN ANIMAL,
CELA SERAIT :**

.....

UN VÉGÉTAL (PLANTE, ARBRE, FLEUR ...)

CELA SERAIT :

.....

**UNE ODEUR,
CELA SERAIT :**

.....

**UNE COULEUR,
CELA SERAIT :**

.....

UN MÉTIER,

CELA SERAIT :

.....

**UN PLAT,
CELA SERAIT :**

.....



Si la PEUR était...

**UN LIVRE OU UN FILM,
CELA SERAIT :**

.....

**UNE CHANSON,
CELA SERAIT :**

.....

**UN ANIMAL,
CELA SERAIT :**

.....

UN VÉGÉTAL (PLANTE, ARBRE, FLEUR ...)

CELA SERAIT :

.....

**UNE ODEUR,
CELA SERAIT :**

.....

**UNE COULEUR,
CELA SERAIT :**

.....

UN MÉTIER,

CELA SERAIT :

.....

**UN PLAT,
CELA SERAIT :**

.....



Si la **COLÈRE** était...

UN LIVRE OU UN FILM,
CELA SERAIT :

.....

UNE CHANSON,
CELA SERAIT :

.....

UN ANIMAL,
CELA SERAIT :

.....

UN VÉGÉTAL (PLANTE, ARBRE, FLEUR ...)

CELA SERAIT :

.....

UNE ODEUR,
CELA SERAIT :

.....

UNE COULEUR,
CELA SERAIT :

.....

UN MÉTIER,

CELA SERAIT :

.....

UN PLAT,
CELA SERAIT :

.....



Si la **TRISTESSE** était...

UN LIVRE OU UN FILM,
CELA SERAIT :

.....

UNE CHANSON,
CELA SERAIT :

.....

UN ANIMAL,
CELA SERAIT :

.....

UN VÉGÉTAL (PLANTE, ARBRE, FLEUR ...)

CELA SERAIT :

.....

UNE ODEUR,
CELA SERAIT :

.....

UNE COULEUR,
CELA SERAIT :

.....

UN MÉTIER,

CELA SERAIT :

.....

UN PLAT,
CELA SERAIT :

.....

