

Goûter aux Conversations carbone

Les Conversations carbone sont une puissante méthode d'animation de groupes développée aux Royaume-Unis, puis adaptée et diffusée en Suisse par les Artisans de la Transition.

1. Brève présentation de la méthode – 5'

Deux schémas à présenter en s'aidant des notes au verso :

- les objectifs des Conversations carbone
- l'empreinte carbone, une question de justice climatique !

Matériel : schémas (annexe)

2. Brainstorming : un avenir sobre en carbone – 20'

Consigne : envisager un futur sobre en carbone. Comment devrait être la vie et comment pourrions-nous vivre en émettant 1 ou 2 tonnes de CO₂ au lieu de 14 ? Comment ferions-nous personnellement si nous réduisions nos émissions de moitié ?

Inviter le groupe à faire un brainstorming sur les attraits et difficultés de la vie dans un monde à faible émissions.

Une fois le brainstorming terminé, invitez les participant·e·s à un tour de réaction : que ressentez-vous devant cet avenir décarboné ?

Méthodologie : l'objectif d'un brainstorming est de générer autant d'idées que possibles sans s'arrêter pour les discuter ou les évaluer jusqu'à ce que le groupe soit à court d'idées ou que la feuille soit remplie.

Écrire les idées des participant·e·s dans deux colonnes. Ne soyez pas surpris·e si des éléments identiques apparaissent de chaque côté : un attrait pour une personne peut être une difficulté pour une autre.

Matériel : grande feuille, marqueur

3. Créer les groupes de conversation – 5'

Consigne : demander aux participant·e·s d'aller se positionner sous un des thèmes affichés dans la salle, de sorte à former des groupes à peu près équilibrés et avec un nombre pair de personnes.

Méthodologie : décider du nombre de thèmes à aborder en fonction du nombre de facilitateurs et facilitatrices à disposition. Selon le temps disponible, vous pouvez aborder plusieurs thèmes à la suite.

Matériel : 4 pictogrammes (annexe)

4. Activités en sous-groupes - 20'

a. Logement -> Faire des changements chez soi – 20'

Consigne : inviter les participant-e-s à parcourir les listes « Changer dans votre foyer – motivations et réserves » et à cocher les affirmations qui rejoignent leur propre perspective. Ils peuvent aussi modifier une formulation ou ajouter leurs propres motivations et réserves (5'). Les inviter ensuite à former des paires pour partager leurs pensées sur le sujet (5'), puis à reformer un cercle avec l'ensemble du groupe pour discuter, en se concentrant d'abord sur les motivations positives avant d'explorer les résistances (10').

Méthodologie : cette activité explore les motivations des gens pour améliorer leur logement, les obstacles auxquels ils font face et les résistances qu'ils peuvent ressentir. Proposer un temps de réflexion individuelle avec l'appui des listes (5 minutes maximum, car cela fonctionne mieux si c'est fait rapidement), puis un temps d'échange en binômes, car certaines personnes préfèrent partager leurs pensées avec une autre personne avant de se confier au groupe.

Matériel : listes « Changer dans votre foyer » (annexe)

b. Mobilité -> Analyse des champs de force – 20'

Consigne : inviter chaque participant-e-s à identifier un changement dans les moyens de transport qu'ils utilisent (au quotidien ou pour les vacances), qui leur permettrait d'émettre moins de CO₂. Ce doit être un changement difficile à réaliser, mais pas impossible toutefois. Inviter ensuite les participant-e-s à former des paires et distribuer à chacun-e une feuille « Analyse des champs de force ». En paires, les participants identifient toutes les forces qui les poussent dans le sens de ce changement, ainsi que toutes celles qui les empêchent de changer. Ils évaluent aussi l'intensité de ces forces sur une échelle de 1 à 5. Enfin, toujours par deux, ils réfléchissent à toutes les manières d'annuler ou de diminuer les forces de résistance. Pour clôturer, en cercle avec tout le groupe, demander aux personnes qui le souhaitent de partager une conclusion (une nouvelle opinion, un changement ressenti, un premier pas, etc.)

Méthodologie : l'analyse des champs de force est une bonne méthode pour faire bouger l'attention des gens au-delà des sentiments d'impuissance ou de résistance vers la possibilité d'un changement. Rappelons-nous qu'il est toujours plus facile d'essayer de réduire l'intensité ou le nombre des forces de résistance plutôt que d'augmenter l'intensité ou le nombre des forces d'entraînement.

Matériel : Feuille d'analyse des champs de force

c. Nourriture -> Le sens de la nourriture – 10'

Consigne : inviter les participant-e-s à lire et compléter individuellement les feuilles « le sens de la nourriture », puis à échanger à deux autour des réponses obtenues.

Méthodologie : cette activité se concentre sur les émotions des gens à propos de la nourriture. Elle demande aux participant-e-s de penser aux impacts-clé de leurs habitudes alimentaires en famille, liées à leur religion et leur culture, leurs préférences et les limitations qu'ils éprouvent. Encourager à être aussi ouvert que possible, et souligner que les gens doivent uniquement partager les choses qui les mettent à l'aise.

Matériel : feuilles « Le sens de la nourriture »

c.bis : Nourriture -> Les préoccupations liées à la nourriture – 10'

Consigne : à chaque préoccupation énoncée, inviter les participant-e-s à se situer dans l'espace selon une ligne dont une extrémité représente le pôle « très inquiet, inquiète » et l'autre extrémité le pôle « pas du tout inquiet, inquiète ».

Méthodologie : pour conduire la méthode de la ligne de champ, désigner une extrémité de la pièce comme pôle « très inquiet, inquiète » et l'autre extrémité comme pôle « pas du tout inquiet, inquiète ». Un à un, lire les éléments de la liste « préoccupations liées à la nourriture ». Pour chacun d'entre eux, demander aux participant-e-s de se positionner le long de cette ligne en fonction de leur niveau d'inquiétude. On peut brièvement demander à une ou l'autre personne pourquoi elle se situe à cet endroit. C'est une bonne façon de voir la diversité des réactions dans le groupe sans s'empêtrer dans des discussions abstraites. L'activité fonctionne mieux si elle est réalisée rapidement.

Matériel : liste « préoccupations liées à la nourriture »

d. Consommation -> Météo de la consommation – 10'

Consigne : demander aux participant-e-s d'identifier un achat dont ils ou elles ont été satisfait-e et un qu'ils ou elles regrettent. Puis inviter chacun-e à expliquer brièvement au groupe ces achats.

Méthodologie : tour de parole dans le sens des aiguilles d'une montre. 1 minute par personne. La personne à gauche fait la gardienne du temps, avec un sablier.

d.bis : Consommation -> Pourquoi achetons-nous – 10'

Consigne : inviter les participant-e-s à lire et compléter individuellement les feuilles « pourquoi achetons-nous », puis à échanger à deux autour des réponses obtenues.

Méthodologie : Cette activité permet d'explorer les raisons pour lesquelles nous dépensons de l'argent, qui sont complexes.

Matériel : Feuilles « Pourquoi achetons-nous »