

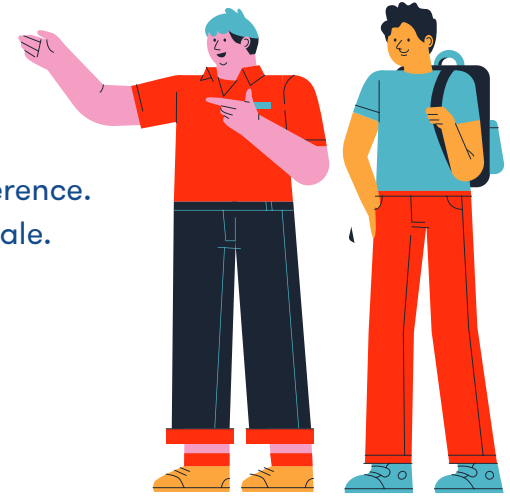
Mon cadre culturel

Qu'est-ce que la centration ?

C'est un processus d'introspection qui nous amène à prendre conscience de nos propres cadres de référence. Cela facilite la réflexion vis-à-vis de sa culture afin de pouvoir l'observer de manière un peu plus impartiale.

Nous te proposons ici un outil pour t'aider à réaliser ce processus. Cette réflexion vise à :

- Cerner, rendre explicite et préciser ton cadre de référence personnel;
- Repérer et analyser tes « zones sensibles »¹ qui peuvent mener à des chocs culturels.



Cette étape de réflexion ne sert pas à juger du cadre de référence de chacun·e ou à se prononcer sur sa validité. On souhaite plutôt rendre explicites les éléments qui le composent et préciser en quoi ces références (origines ethnique, religieuse, nationale, cadre professionnel, institutionnel, etc.) peuvent influencer notre perception d'une situation donnée.

Exercice 1

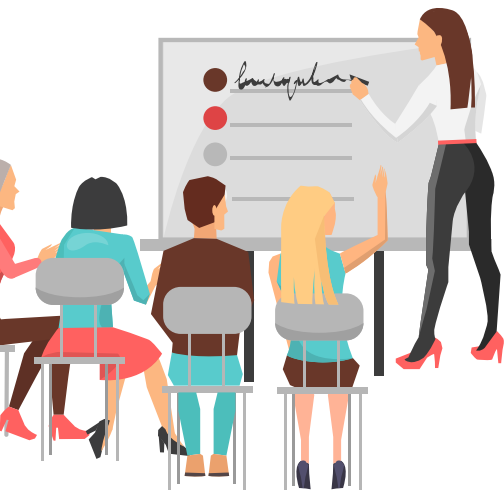
Identifie les éléments qui composent ta culture individuelle en utilisant l'outil de la page suivante.

Exercice 2

Prends connaissance des perceptions qui peuvent entrer en ligne de compte lors d'une situation donnée, qu'elle soit interculturelle ou pas.

Pour ce faire, réponds aux questions ci-dessous afin de cibler tes potentielles « zones sensibles ».

- Quels éléments te semblent les plus importants ? Les moins importants ?
- Quels sont ceux qui te semblent les plus sensibles ?
- Quels sont les sujets où la communication est plus difficile ?
- Certains de ces éléments te créent-ils un malaise lorsqu'ils sont abordés ?
- Penses-tu que certains éléments ont un impact plus important que d'autres sur tes perceptions ?



¹ Par zones sensibles, on entend les sujets ou les éléments de votre cadre de référence où les malentendus risquent d'être les plus fréquents, les incompréhensions les plus grandes et les sentiments les plus forts ou à vif.

Ma spiritualité

Ma religion ou mon orientation spirituelle :



Mon identité de genre :

Mon âge :

Ma passion :

Qui suis-je?

Mes origines



Mon ou mes pays de citoyenneté :

Mon pays d'origine (si différent) :

Mon identité ethnique :

Ma langue maternelle :

Mes autres marqueurs ou traits importants

Mes intérêts (film préféré, activité préférée,
livre préféré, mon plat préféré, etc...) :

Mes engagements :

Ma situation sociale

Ma famille:

Frère(s) et soeur(s) ?

Mes animaux :

Mes amis ou amies :

MON CADRE CULTUREL

Mes valeurs

La bienveillance, l'ouverture, l'amour, etc.. :

Mon profil scolaire

Mon école :

Ma classe :

Ma concentration ou profil (sports, sciences, art, musique...) :

Arrondissement ou territoire de l'école :

