

PHASE 1 :

L'enseignant commence par faire indiquer à la classe la différence entre les désirs et les besoins : Le besoin doit être satisfait (j'ai besoin de chaussures), le désir doit être entendu (je veux des Nike).

Dans ce cadre, il présente et fait discuter les jeunes sur la **pyramide de Maslow** (cf. verso) et il leur demande d'illustrer chaque type de besoin par un exemple. Ceci va permettre aux élèves de définir et de catégoriser leurs besoins. Cela permet aussi de les faire réfléchir sur la notion de développement personnel et de réalisation de soi au sein de la société.

PHASE 2 :

- L'enseignant fait noter à chacun sur une feuille :
 - ce qui va plutôt bien pour lui,
 - ce qui va moins bien,
 par rapport : - à sa famille (sa place au sein de cette famille, l'ambiance qui y règne, l'espace qu'il occupe),
 - à sa vie personnelle (loisirs, santé, amis...),
 - au groupe (classe ou autre...), (place, ambiance, espace...).....
- Pour chaque situation difficile, le jeune note en correspondance ce dont il aurait besoin pour améliorer les choses ou réussir dans son projet.

OBSERVATION

- L'enseignant facilite l'expression des jeunes, individuellement en parlant avec chacun d'eux.

VARIANTE :

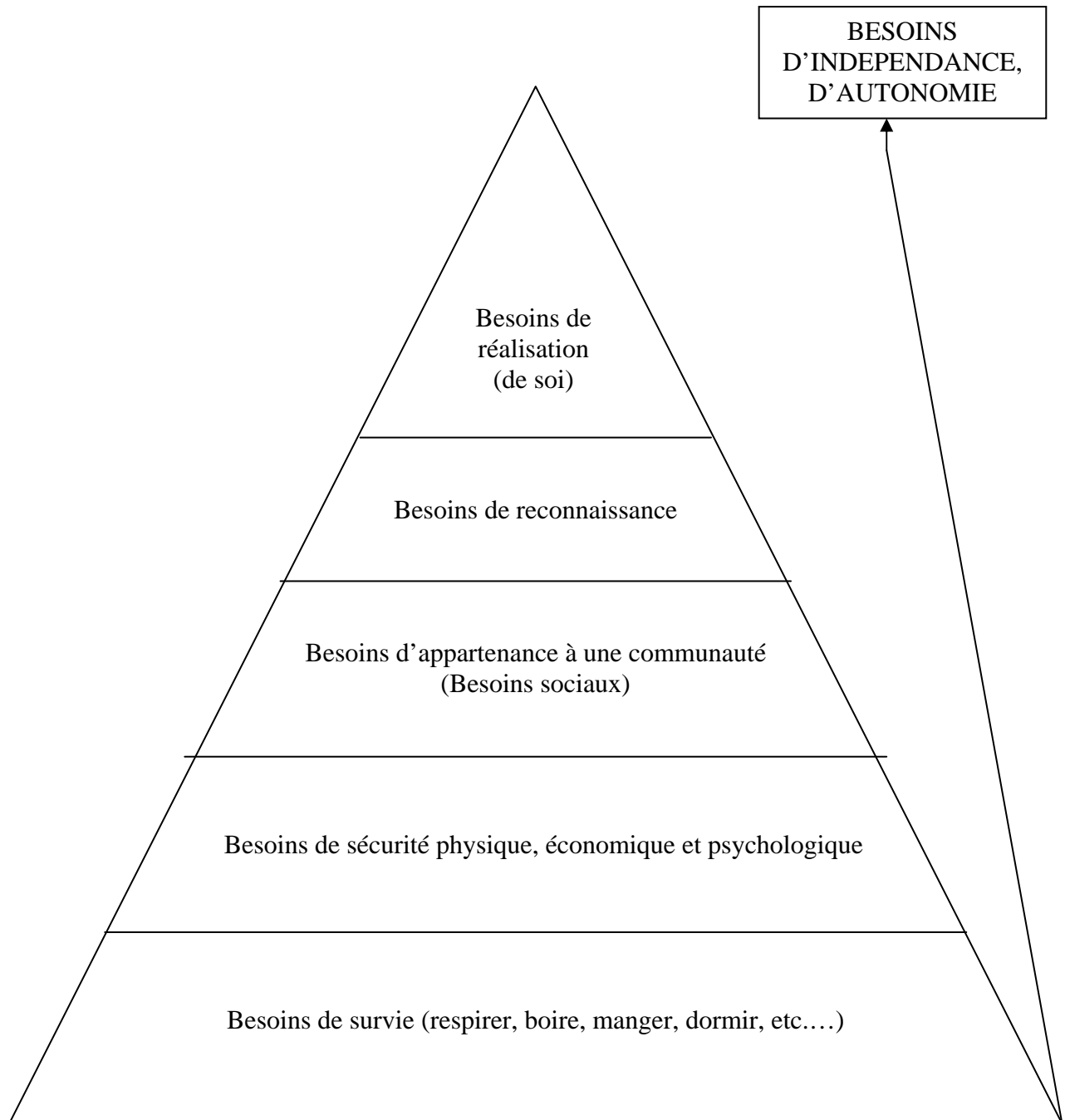
L'enseignant fait émerger les besoins en utilisant des phrases incomplètes :
ce qui me manque..., ce qui me fait plaisir..., ce que je crois..., je me verrais bien..., ce qui m'énerve..., ce que j'aimerais....

Commentaire : ☞ Cet exercice ne peut être effectué que lorsque la confiance est instaurée dans la classe.

Durée de l'exercice**Matériel nécessaire****Durée de l'exercice : 2 h**

- Feuilles blanches
- Crayons, feutres
- Tableau blanc
- Photocopie de la pyramide de Maslow

LA PYRAMIDE DE MASLOW



Nota Bene : Selon Abraham Maslow, 1943, l'homme a 5 grands types de besoins qu'il cherche à satisfaire successivement (de bas en haut sur le schéma). Dans la réalité, certaines personnes plus attirées par la réalisation de soi, peuvent agir au détriment des besoins de sécurité (perdre leur emploi) ou physiologiques (détériorer leur santé).

S2/ est capable de se donner des objectifs personnels

A partir du repérage des besoins effectué lors de l'exercice précédent (cf. F/S1), les élèves vont déterminer un ou deux besoins, qui leur paraissent prioritaires. Dans un premier temps, les jeunes essaient d'identifier les obstacles à la satisfaction des besoins énoncés.

PHASE 1 : individuelle

L'enseignant distribue une feuille de grand format (A3 ou feuille de paper-board) à chaque jeune. Chacun prépare sa feuille en la séparant en trois colonnes :

| besoin(s) à satisfaire | obstacles rencontrés | pistes de remédiation |
|------------------------|----------------------|-----------------------|
| | | |

Chacun indique ensuite, dans la colonne qui convient, les besoins qu'il a à satisfaire personnellement et les obstacles qu'il rencontre pour y parvenir. Puis, après avoir clarifié ses obstacles avec l'enseignant (si nécessaire), chacun affiche sa feuille sur un mur de la salle.

PHASE 2 : Collective

Le groupe recherche des pistes de remédiation pour les difficultés de chacun. Ces pistes sont inscrites sur les feuilles de paper-board affichées, dans la colonne « pistes de remédiation » restée vide.

PHASE 3 : individuelle

Chaque jeune récupère sa feuille et, après un temps de réflexion, indique les objectifs qu'il se donne. L'enseignant veille à ce que ces objectifs soient formulés positivement, qu'ils soient clairs, réalistes, écologiques (non dommageable pour la personne et son environnement), et que soient précisés les délais de leur validation (Cf. support proposé dans les commentaires à la page suivante).

| besoin(s) à satisfaire | obstacles rencontrés | pistes de remédiation | objectifs personnels |
|------------------------|----------------------|-----------------------|----------------------|
| | | | |

Durée de l'exercice**Matériel nécessaire**

1 heure 30mn

- Paper-board

Commentaires :

☞ Dans la phase 2, l'enseignant stimulera les réponses du groupe en demandant, par exemple, si quelqu'un a déjà réussi à dépasser telle ou telle difficulté et il essaiera de faire ressortir les critères de réussite.

Il suggérera des réponses lorsque le groupe ne trouve pas de pistes.

☞ Les jeunes sont libres de présenter ou pas certains de leurs objectifs.

☞ Pour que cet exercice soit efficace, l'enseignant doit effectuer un suivi, collectif ou individuel ; faire le point sur la poursuite des objectifs personnels et suggérer d'autres pistes lorsque celles qui ont été prévues ne sont pas opérantes(cf. F/S4)

COMMENT DEFINIR UN OBJECTIF

Un objectif se définit selon 5 critères qui représentent les 5 conditions d'une formulation efficace :

1) Une formulation positive

Pour vérifier que la condition est remplie, on pose la question « *que voulez-vous ?* »

2) Un contexte spécifique

La question de vérification est « *que voulez-vous au juste ?* » « *qui, quoi, quand, où ?* » : Il s'agit de préciser l'objectif afin de le rendre le plus concret possible.

3) Un objectif vérifiable

La question peut être « *comment saurez-vous que vous avez atteint votre objectif ?* » ou « *quelles seront les preuves de l'atteinte de cet objectif ?* »

4) Un objectif atteignable (réaliste pour la personne)

Il est parfois important de rappeler que l'on ne peut changer que soi-même et pas les autres. Il est important que l'objectif dépende de la personne, qu'il soit décidé et maintenu par elle. « *de quoi, de qui dépend l'obtention de ce que vous voulez ?* ».

5) Un objectif écologique

C'est-à-dire qu'il respecte :

- d'une part, le système familial, professionnel, social dans lequel vit la personne ;
- d'autre part, les critères, les valeurs, les croyances et les sentiments de la personne.

La question peut être « *que se passera-t-il quand vous aurez atteint vos objectifs ?* »

Référence : *Programmation Neuro-Linguistique.*

S3/ identifie une stratégie appropriée à sa situation
personnelle

L'animateur constitue des groupes d'environ 3 ou 4 jeunes qui disposent de 15 minutes pour trouver des stratégies par rapport aux situations suivantes (la liste n'est pas exhaustive).

En fonction du potentiel de débrouillardise de la classe ou d'un petit groupe précis, toute la classe travaille en sous-groupes sur le même thème ou les petits groupes choisissent tous des situations différentes, ou deux groupes distincts travaillent sur le même thème chacun de son côté...toutes les combinaisons sont possibles.

Exemples de situations :

- *Comment trouver un moyen de transport pour se rendre sur un lieu de stage éloigné ?*
- *Comment organiser et financer un voyage pour le groupe ?*
- *Comment se trouver un petit job ?*
- *Comment trouver un club de sport ou une activité culturelle ?*
- *Comment organiser un week-end intéressant ?*
- *Comment développer un réseau relationnel ? (pour ne pas être seul, rechercher un emploi...)*
- *Comment se maintenir en bonne santé ?*
- *Comment convaincre quelqu'un pour obtenir quelque chose (obtention ou changement de rendez-vous, emprunter quelque chose, avoir une information) ?*
- *Comment trouver une personne-ressource pour résoudre un problème ? (financier, administratif, matériel, psychologique...).*

Une minute est accordée au rapporteur de chaque groupe.

L'animateur liste au tableau.

Le groupe choisit les stratégies les plus intéressantes pour chaque situation et chacun prend note de toutes les stratégies choisies.

Variante :

Thèmes différents.

Durée de l'exercice

Matériel nécessaire

1 heure 30mn

- Tableau
- Une feuille par groupe

Commentaire :

☞ Faire noter toutes les stratégies à tout le groupe a pour objectif d'éviter les moqueries vis-à-vis d'un bouc émissaire et les discours frimeurs du type « *ce n'est pas la peine que je note, je sais faire tout ça !* ».

S3/ identifie une stratégie appropriée à sa situation personnelle

L'animateur constitue des groupes d'environ 3 ou 4 jeunes qui disposent de 15 minutes pour trouver des stratégies par rapport aux situations suivantes (la liste n'est pas exhaustive).

En fonction du potentiel de débrouillardise de la classe ou d'un petit groupe précis, toute la classe travaille en sous-groupes sur le même thème ou les petits groupes choisissent tous des situations différentes, ou deux groupes distincts travaillent sur le même thème chacun de son côté...toutes les combinaisons sont possibles.

Exemples de situations :

- Comment trouver un moyen de transport pour se rendre sur un lieu de stage éloigné ?
- Comment organiser et financer un voyage pour le groupe ?
- Comment se trouver un petit job ?
- Comment trouver un club de sport ou une activité culturelle ?
- Comment organiser un week-end intéressant ?
- Comment développer un réseau relationnel ? (pour ne pas être seul, rechercher un emploi...)
- Comment se maintenir en bonne santé ?
- Comment convaincre quelqu'un pour obtenir quelque chose (obtention ou changement de rendez-vous, emprunter quelque chose, avoir une information) ?
- Comment trouver une personne-ressource pour résoudre un problème ? (financier, administratif, matériel, psychologique...).

Une minute est accordée au rapporteur de chaque groupe.

L'animateur liste au tableau.

Le groupe choisit les stratégies les plus intéressantes pour chaque situation et chacun prend note de toutes les stratégies choisies.

Variante :

Thèmes différents.

Durée de l'exercice

Matériel nécessaire

1 heure 30mn

- Tableau
- Une feuille par groupe

S4 / accepte de se mettre en action pour réaliser une démarche inhabituelle pour lui

Cet exercice s'appuie sur les objectifs personnels énoncés en F/s2, qui consistent à utiliser des pistes de remédiation pour surmonter des obstacles à la satisfaction d'un besoin.

Il s'agit, dix à vingt jours après avoir réalisé cette séquence, d'amener chaque jeune à expliciter où il en est dans la réalisation de ses objectifs.

PHASE 1 : *individuelle*

Individuelle :

Chaque jeune écrit sur un paper-board :

| Ses objectifs énoncés en S2 | Ce qui a marché – les raisons | Ce qui n'a pas marché – les raisons |
|-----------------------------|-------------------------------|-------------------------------------|
| | | |

Puis il affiche sa feuille sur les murs de la salle

PHASE 2 : *collective*

En parlant de ce qui a marché et n'a pas marché, le groupe dégage des critères de réussite ou non-réussite.

Puis il donne des pistes de remédiation par rapport aux objectifs non réalisés.

Le formateur fait noter les critères de réussite susceptibles de venir en aide à chacun.

PHASE 3 : *individuelle*

Par rapport à ce qu'il n'a pas réussi, chaque jeune se redonne des objectifs en tenant compte des nouvelles stratégies apportées par le groupe.

Durée de l'exercice

Matériel nécessaire

1 heure 30mn

- Paper-board
- Stylos, feutres

Commentaires :

☞ Le formateur aura intérêt à rappeler aux jeunes, à mi-parcours (entre l'exercice précédent et celui-ci), que chacun est censé réaliser les objectifs qu'il s'est fixés, s'il veut éviter les réponses du type : « ça n'a pas marché parce que je n'ai rien fait ».

☞ Cet exercice peut faire ressortir, chez certains jeunes, des difficultés qui réclameront une aide individuelle de l'animateur ou appelleront d'autres types d'exercices dans le cadre du groupe.

Exemple : une grande timidité pour faire des démarches ou oser s'exprimer...