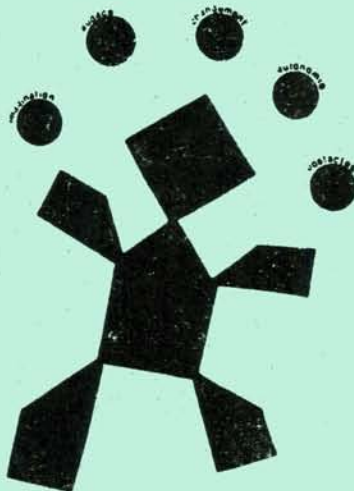


LA CREATIVITE



DOCUMENT THEMATIQUE

à l'intention des formateurs et formatrices
en alphabétisation

réalisé par: SUZANE LEGARE

projet concerté OVEP La Gigogne / C.S. de Matane

JUIN 1991

VEUILLEZ PRENDRE NOTE QUE, DANS L'UNIQUE BUT D'ALLEGER
LE TEXTE, LE MASCULIN SERA UTILISE, ET CELA, SANS AUCUNE
DISCRIMINATION.

Je remercie chaleureusement Madame Laurette Bouchard, conseillère pédagogique (C.S.de Matane), pour son support constant et ses critiques pertinentes qui m'ont guidés tout au long de cette réalisation. Ses précieux conseils m'ont permis de mieux orienter ma démarche.

Je tiens également à remercier les formateurs et les formatrices de la même institution pour leurs commentaires et suggestions à l'égard de ce document.

Enfin, un grand merci à Denise Desrosiers pour son discernement et la qualité du traitement de texte.

INTRODUCTION

La production de ce document thématique vise principalement à faciliter la tâche des formateurs et des formatrices en alphabétisation, en leur offrant du matériel thématique souple qui pourra être utilisé dans son ensemble ou en partie selon les besoins de l'adulte.

La sélection des thèmes repose sur un relevé des besoins exprimés par les adultes présentement en formation et se rapporte prioritairement à leur développement personnel et social. Les sujets traités globalement permettront aux agents de formation d'orienter les ateliers vers le cheminement d'apprentissage le plus adéquat pour l'adulte.

De plus, cette démarche permettra aux formateurs et formatrices de mieux s'approprier le contenu du processus d'apprentissage fonctionnel que le guide de formation sur mesure (MEQ) présente comme étant l'un des moyens privilégiés pour réaliser la formation intégrée.

Pour ce faire, le formateur devra préalablement se familiariser avec son propre processus d'apprentissage. Si sa propre façon d'évoluer dans un tel processus, n'est pas préalablement étudiée, il lui sera difficile de l'assimiler et de suivre avec aisance le cheminement de l'adulte.

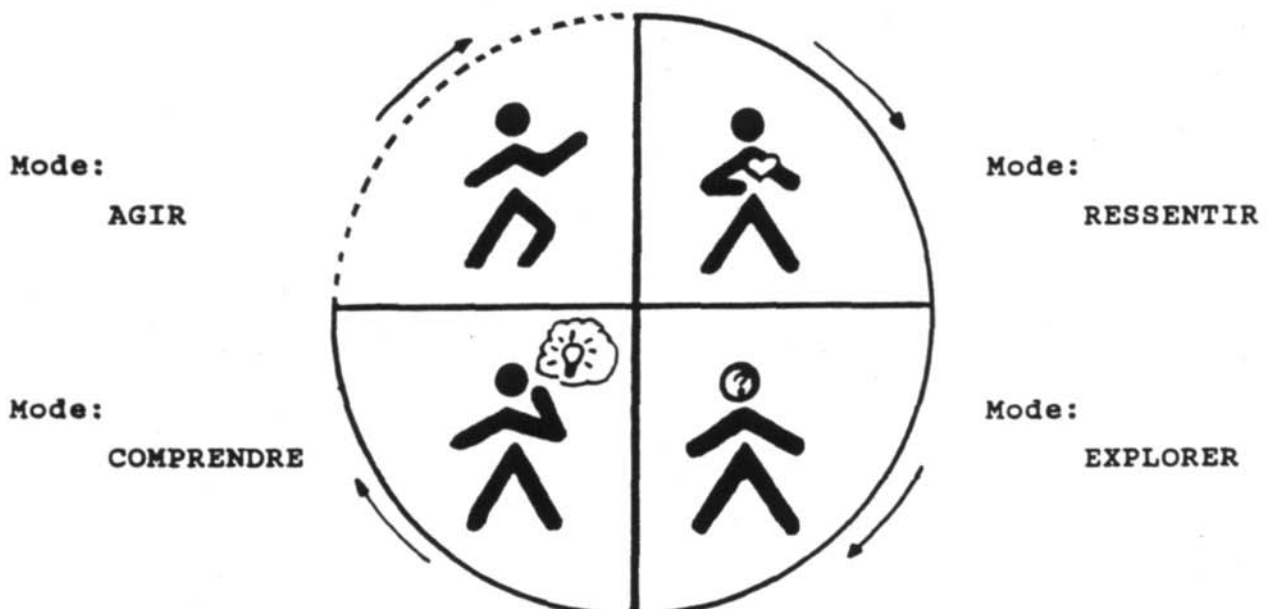
En acceptant de se pencher sur ce processus qui peut sembler ardu à priori, en l'explorant sous toutes ses facettes, en l'expérimentant d'abord sur lui-même, le formateur parviendra à mieux intégrer les différents modes et compétences qui constituent le processus.

Par conséquent, le formateur pourra observer plus facilement le déroulement du processus chez l'adulte en situation d'apprentissage et sera ainsi en mesure de repérer les comportements inadaptés ou déficitaires sur lesquels il devra mettre toute son attention pour mieux intervenir.

En annexe à cette introduction, le formateur dispose d'un schéma intitulé "Le processus fonctionnel, modes et compétences" regroupant les principales informations sur le processus d'apprentissage fonctionnel. On y retrouve aussi un document explicitant les comportements observables dans chacun des modes.

De plus, tout au long des ateliers, on pourra identifier les divers modes du processus à l'aide du symbole propre à chaque mode visé par les diverses activités. Ces repères n'ont pour but que de faciliter la tâche d'observation des formateurs et formatrices et de rendre cette observation plus spontanée.

Afin d'identifier les différentes étapes du processus fonctionnel nous ferons appel aux symboles suivants:

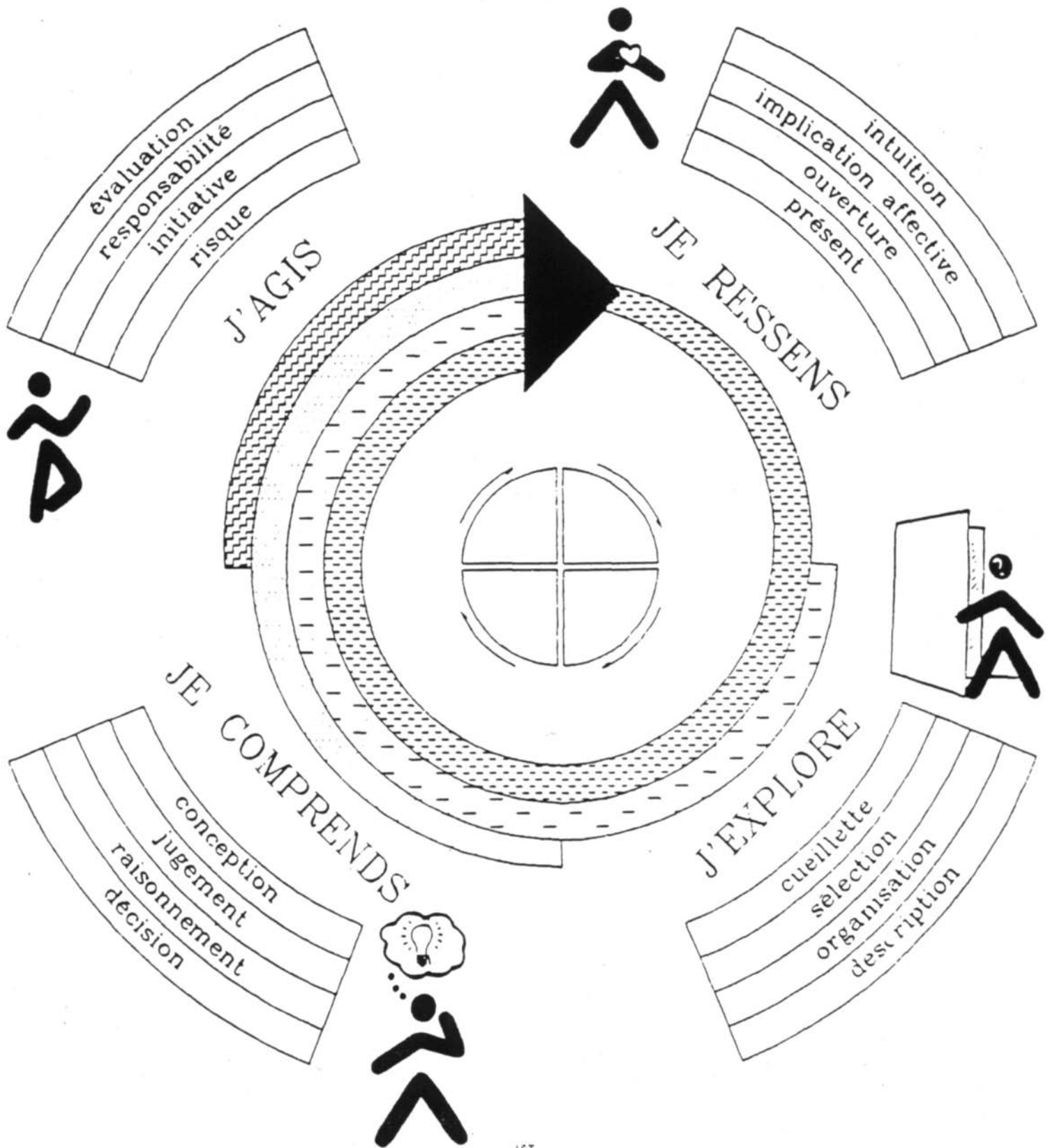


Le sigle "AGIR" en pointillés signifie que le mode est en train de s'articuler mais ne sera observable que dans la mesure où l'adulte fera le transfert de l'acquis dans son quotidien.

ANNEXE

LE PROCESSUS FONCTIONNEL

MODES ET COMPÉTENCES



LE PROCESSUS D'APPRENTISSAGE FONCTIONNEL (intentionnel-significatif)

Grille de description du processus et d'analyse fonctionnelle (diagnostic et stratégie)

(Les parenthèses servent à indiquer si le comportement-compétence est adapté (A), inadapté (I) ou déficitaire (D).)

1er MODE D'APPRENTISSAGE RESSENTIR (Les émotions)	2e MODE D'APPRENTISSAGE EXPLORER (Les perceptions)	3e MODE D'APPRENTISSAGE COMPRENDRE (Les cognitions)	4e MODE D'APPRENTISSAGE AGIR (Les actions)
<p>→</p> <p>JE RESENS</p>	<p>↕</p> <p>J'EXPLORE Je ressens</p>	<p>↕</p> <p>JE COMPRENDS J'explore Je ressens</p>	<p>↕</p> <p>J'AGIS Je comprends J'explore Je ressens</p>
<p><u>Compétences de base</u></p> <ul style="list-style-type: none"> . Je peux vivre au présent () . Je peux être ouvert à l'expérience () . Je peux m'impliquer affectivement () . Je peux me fier à mon intuition () 	<p><u>Compétences de base</u></p> <ul style="list-style-type: none"> . Je peux recueillir les données () . Je peux sélectionner les données () . Je peux organiser les données () . Je peux décrire les données () 	<p><u>Compétences de base</u></p> <ul style="list-style-type: none"> . Je peux utiliser des concepts () . Je peux porter des jugements () . Je peux raisonner () . Je peux décider () 	<p><u>Compétences de base</u></p> <ul style="list-style-type: none"> . Je peux courir des risques () . Je peux prendre des initiatives () . Je peux assumer des responsabilités () . Je peux évaluer mon efficacité et ma satisfaction ()

APPRENTISSAGE PAR CONDITIONNEMENT

Environnement
(A,I,D)

Le comportement est déterminé par ce qui précède
(antécédent)

(S - R)

Le comportement est déterminé par ce qui suit
(conséquent)

(R - S)

Environnement
(A,I,D)

**Pour apprendre plus facilement
et pour mieux fonctionner
dans la vie quotidienne:**

**j'utilise mon processus d'apprentissage
fonctionnel**

1. Je prends le temps de me rendre compte comment je me sens face à l'apprentissage que je veux faire: ma motivation, mes peurs...



2. Je concentre mon attention sur les renseignements qui me sont nécessaires pour apprendre ce que je veux apprendre.



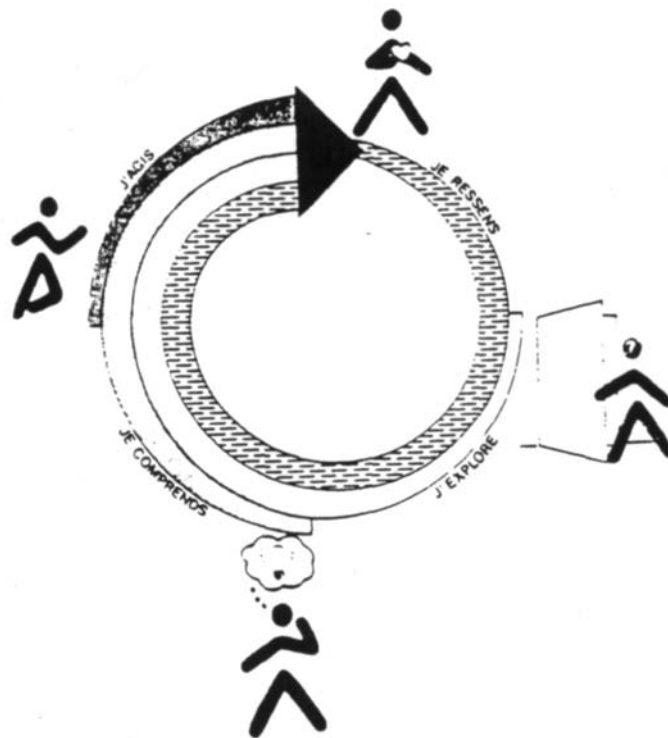
3. Je m'arrête pour vérifier si j'ai bien compris, si j'ai vraiment appris quelque chose de nouveau et je choisis une situation de ma vie où je vais utiliser l'apprentissage que je viens de faire.



4. Je me sers, dans ma vie de tous les jours, de l'apprentissage que je viens de faire et j'améliore ainsi mes conditions de vie.



LE PROCESSUS FONCTIONNEL



INDICES PERMETTANT D'OBSERVER LES COMPETENCES DES QUATRE
MODES DU PROCESSUS FONCTIONNEL

Jean Patry, Ph.D.
Psychologue
1988-01-27

Les indices

L'observation de x indices permet d'affirmer la présence de la compétence.

PREMIER MODE: [^]RESSENTIR PLUTÔT QUE REFOULER

Comportement défensif: Refouler.

Refuser de prendre en considération les stimuli internes ou externes.

Comportement adapté: Ressentir.

Le mode AFFECTIF se définit par quatre compétences principales:

1. POUVOIR ÊTRE PRÉSENT DANS L'ICI ET MAINTENANT, c'est-à-dire être disponible et trouver dans l'instant présent suffisamment d'intérêt pour le vivre pleinement.

Indices comportementaux qui permettent d'observer la compétence.

La personne:

- 1.1 Pose des questions sur la situation présente.
 - 1.2 Parle de choses qui se passent au présent.
 - 1.3 Dit qu'elle est présente.
 - 1.4 Se mobilise face à la tâche présente.
2. POUVOIR ÊTRE OUVERT AUX STIMULI, c'est-à-dire avoir une attitude réceptive de telle sorte que tout événement, qu'il provienne de l'intérieur ou de l'extérieur de la personne, soit reçu comme étant digne de considération.

Indices comportementaux qui permettent d'observer la compétence.

La personne:

- 2.1 Dit qu'elle est intéressée par ce qui est proposé.
- 2.2 Abandonne une tâche pour s'intéresser à ce qui lui est proposé.
- 2.3 Suggère des améliorations à ce qui lui est proposé.
- 2.4 Demande qu'on lui propose des choses nouvelles.

3. POUVOIR S'IMPLIQUER AFFECTIVEMENT, c'est-à-dire pouvoir établir un contact avec le retentissement subjectif d'un événement en se laissant affecter et en éprouvant les sensations, les sentiments et les émotions qu'il suscite.

Indices comportementaux qui permettent d'observer la compétence.

La personne:

- 3.1 Parle du thème proposé en racontant un fait personnel.
 - 3.2 Communique une expérience personnelle qui l'émeut.
 - 3.3 Interagit avec une personne qui communique une expérience personnelle qui l'émeut.
 - 3.4 Communique ses émotions par des rires, des pleurs, de la colère.
4. POUVOIR SE FIER À SES IMPRESSIONS, À SON INTUITION, c'est-à-dire pouvoir, face à un événement, avoir confiance dans ce qui est flairé de façon immédiate, "reconnu", saisi spontanément.

Indices comportementaux qui permettent d'observer la compétence.

La personne:

- 4.1 Exprime son intérêt par une exclamation.
- 4.2 Accepte de participer au thème proposé sans en connaître toutes les implications.
- 4.3 Reformule correctement le thème proposé globalement.
- 4.4 Communique ses premières impressions face au nouvel apprentissage.

DEUXIEME MODE: EXPLORER PLUTOT QU'INTROJECTER

Comportement défensif: Introjecter.

Préférer soumettre sa vision des choses aux normes extérieures intériorisées.

Comportement adapté: Explorer.

Le mode PERCEPTIF se définit par quatre compétences principales:

5. POUVOIR RECUEILLIR LES DONNÉES TOTALEMENT ET ADÉQUATEMENT, c'est-à-dire pouvoir se mobiliser pour obtenir, sans discrimination, les données se rapportant à une situation examinée.

Indices comportementaux qui permettent d'observer la compétence.

La personne:

- 5.1 Recherche les endroits où la documentation pertinente est susceptible d'être trouvée.
- 5.2 Ramasse tous les documents reliés à la situation.
- 5.3 Questionne les personnes pour se renseigner.
- 5.4 Utilise les techniques favorisant une cueillette de données plus adéquate: magnétophone, vidéo, fichier de bibliothèque, index de livres, dictionnaires

6. POUVOIR SÉLECTIONNER LES DONNÉES PERTINENTES, c'est-à-dire pouvoir raffiner la globalité des perceptions initiales en identifiant, parmi la totalité des données recueillies, celles qui conviennent le mieux au but poursuivi.

Indices comportementaux qui permettent d'observer la compétence.

La personne:

- 6.1 Passe en revue tout ce qui a été recueilli.
- 6.2 Reformule l'objet d'exploration.
- 6.3 Vérifie si chaque donnée est adéquate.
- 6.4 Élimine les données non pertinentes.

7. POUVOIR ORGANISER LES DONNÉES RECUEILLIES, c'est-à-dire pouvoir les aménager de façon cohérente et unifiée en les comparant et en établissant des classes et des catégories.

Indices comportementaux qui permettent d'observer la compétence.

La personne:

- 7.1 Observe les données.
- 7.2 Compare les données pour en dégager les ressemblances et les différences.
- 7.3 Détermine des critères de classement à partir de ses observations.
- 7.4 Procède au classement des données en utilisant les critères de classement.

8. POUVOIR DÉCRIRE LE RÉSULTAT DE L'EXPLORATION, c'est-à-dire pouvoir faire le bilan de la cueillette des données et, s'il y a lieu, le communiquer clairement.

Indices comportementaux qui permettent d'observer la compétence.

La personne:

- 8.1 Fait un bilan personnel de ce qui a été recueilli, sélectionné et organisé.
- 8.2 Communique les résultats de son bilan oralement.
- 8.3 Communique les résultats de son bilan par écrit: diagrammes, tableaux, fiches, rapports...
- 8.4 Répond à des questions de clarification touchant le bilan présenté.

TROISIEME MODE: COMPRENDRE PLUTOT QUE RATIONALISER

Comportement défensif: Rationaliser.

Justifier des prises de position non conformes aux significations reliées au déroulement de l'expérience.

Comportement adapté: Comprendre.

Le mode COGNITIF se définit par quatre compétences principales:

9. POUVOIR CONCEPTUALISER ET ENONCER, c'est-à-dire posséder et utiliser les concepts et les mots essentiels pour traduire les significations subjectives accordées aux événements.

Indices comportementaux qui permettent d'observer la compétence.

La personne:

- 9.1 S'exprime avec aisance dans ses communications orales.
 - 9.2 Utilise un vocabulaire précis.
 - 9.3 Utilise des synonymes.
 - 9.4 Exprime un concept dans ses propres mots.
10. POUVOIR PORTER DES JUGEMENTS, c'est-à-dire pouvoir soutenir l'existence ou l'absence de rapports entre des sentiments, des idées, des situations ou des objets.

Indices comportementaux qui permettent d'observer la compétence.

La personne:

- 10.1 Fait des affirmations sur les situations vécues.
- 10.2 Etablit des rapports entre des événements ou des idées.
- 10.3 Donne son opinion.
- 10.4 Formule une critique.

11. POUVOIR RAISONNER LOGIQUEMENT, c'est-à-dire pouvoir, à partir de deux ou plusieurs jugements donnés et grâce à des arguments, tirer un autre jugement qui en découle nécessairement.

Indices comportementaux qui permettent d'observer la compétence.

La personne:

- 11.1 Peut tirer des conclusions à la suite de ses jugements.
- 11.2 Utilise des arguments pour démontrer quelque chose.
- 11.3 Peut passer du particulier au général (induction).
- 11.4 Peut passer du général au particulier (déduction).
- 11.5 Peut établir des analogies pour illustrer son idée.

12. POUVOIR DÉCIDER, c'est-à-dire pouvoir faire des choix, les intégrer à sa structure affectivo-cognitive, et déterminer les actions à entreprendre pour rendre effectives les décisions qui découlent des choix.

Indices comportementaux qui permettent d'observer la compétence.

La personne:

- 12.1 Conclut au terme d'une délibération raisonnable.
- 12.2 Fait des choix.
- 12.3 Tient compte de ses valeurs dans ses décisions.
- 12.4 Détermine où, quand et comment agir.

QUATRIEME MODE: AGIR PLUTOT QUE COMPENSER

Comportement défensif: Compenser.

Remplacer le comportement dicté par la signification de l'expérience par un autre comportement, celui-là inapproprié.

Comportement adapté: Agir.

Le mode ACTIF se définit par quatre compétences principales:

13. POUVOIR COURIR DES RISQUES, c'est-à-dire pouvoir s'exposer, oser faire des choses, tout en sachant qu'il peut en résulter des inconvénients.

Indices comportementaux qui permettent d'observer la compétence.

La personne:

- 13.1 Manifeste, de façon non verbale, la présence d'un risque (sourire nerveux, respiration irrégulière).
 - 13.2 Agit tout en sachant que les conséquences peuvent être désagréables.
 - 13.3 Agit même si des éléments demeurent inconnus.
 - 13.4 Prend position dans un groupe alors qu'elle est seule à le faire.
 - 13.5 Défend un point de vue qu'elle est seule à soutenir dans un groupe.
 - 13.6 Ose remettre en question des situations établies.
14. POUVOIR PRENDRE DES INITIATIVES, c'est-à-dire pouvoir s'affirmer en proposant des mesures, en entreprenant des démarches, des actions.

Indices comportementaux qui permettent d'observer la compétence.

La personne:

- 14.1 Propose des idées, des actions, des situations...
- 14.2 Prend les devants pour agir.
- 14.3 Suggère des changements.
- 14.4 Alimente la vie du groupe par des interventions.

15. POUVOIR ASSUMER DES RESPONSABILITÉS c'est-à-dire être en mesure de répondre des gestes posés et d'en assumer les conséquences sans pour autant se culpabiliser.

Indices comportementaux qui permettent d'observer la compétence.

La personne:

- 15.1 S'attribue la responsabilité de ses actes.
 - 15.2 Assume les conséquences de ses actes.
 - 15.3 Reconnaît sa part de responsabilité suite à sa participation dans une situation.
 - 15.4 Réaffirme sa participation à un événement, que celui-ci ait des conséquences positives ou négatives.
 - 15.5 Exprime sa responsabilité sans culpabilité.
16. POUVOIR ÉVALUER, c'est-à-dire pouvoir mesurer l'intensité de sa satisfaction en examinant l'effet de ses comportements sur l'environnement et sur soi-même.

Indices comportementaux qui permettent d'observer la compétence.

La personne:

- 16.1 Mesure l'intensité de sa satisfaction.
- 16.2 Exprime concrètement en quoi elle est satisfaite.
- 16.3 Confronte les résultats à l'objectif visé.
- 16.4 Identifie l'effet de ses comportements sur l'environnement.
- 16.5 Identifie l'effet de ses comportements sur elle-même.

LE DEROULEMENT DES ATELIERS

Les ateliers sont structurés de la façon suivante:

- PRESENTATION DU THEME:** Présentation sommaire faite aux formateurs et formatrices sur le sujet traité en atelier et présentation des objectifs visés.
- MISE EN SITUATION:** Cette étape vise à lancer le sujet de façon à susciter l'intérêt des participants, puis de leur présenter les principaux objectifs de l'atelier.
- LES ACTIVITES:** Diverses activités d'apprentissage sont présentées dans chaque atelier. Il appartient au formateur de juger de la pertinence de ces activités et de les utiliser à bon escient. Les choix des activités et l'ordre proposé peuvent être adaptés et réorganisés par le formateur selon les besoins de ses participants. Il est cependant important de ne pas perdre de vue les indices graphiques du processus d'apprentissage fonctionnel qui permettent, tout au long de l'atelier, d'observer les comportements inadaptés ou déficitaires éventuels des participants.
- LE JOURNAL DE BORD:** Il importe, qu'à la fin de l'atelier, des actions soient entreprises. Le journal de bord permettra donc au participant, de concrétiser des décisions et d'assurer un meilleur suivi des actions à mener avec le soutien du formateur. Celui-ci pourra ensuite guider l'adulte dans l'évaluation des activités et du déroulement de son propre processus d'apprentissage.

L'AUTO-EVALUATION:

L'évaluation est l'occasion de faire le point sur l'atelier thématique.

L'auto-évaluation s'avère efficace pour déceler certains problèmes vécus par l'adulte, mais elle intervient avant tout pour lui permettre:

- de constater ses progrès personnels
- de vérifier son degré de satisfaction
- d'observer sa participation et son lien d'appartenance au groupe.

En plus de présenter l'auto-évaluation de l'adulte, il sera important de renforcer celle-ci, en faisant une évaluation de groupe. Verbalement, les participants pourront communiquer leurs impressions et leurs appréhensions. Ils pourront échanger leurs points de vue sur les dispositions à prendre pour transposer leur nouveau bagage dans leur quotidien. Cette discussion amènera le groupe à réajuster ses objectifs et son fonctionnement.

AUTRES ACTIVITES THEMATIQUES SUGGEREES:

Pour inciter les formateurs à alimenter et bonifier eux-mêmes ce document de leurs idées innovatrices, une page destinée à la suggestion d'activités complémentaires se trouve à leur disposition à la fin de chaque atelier.

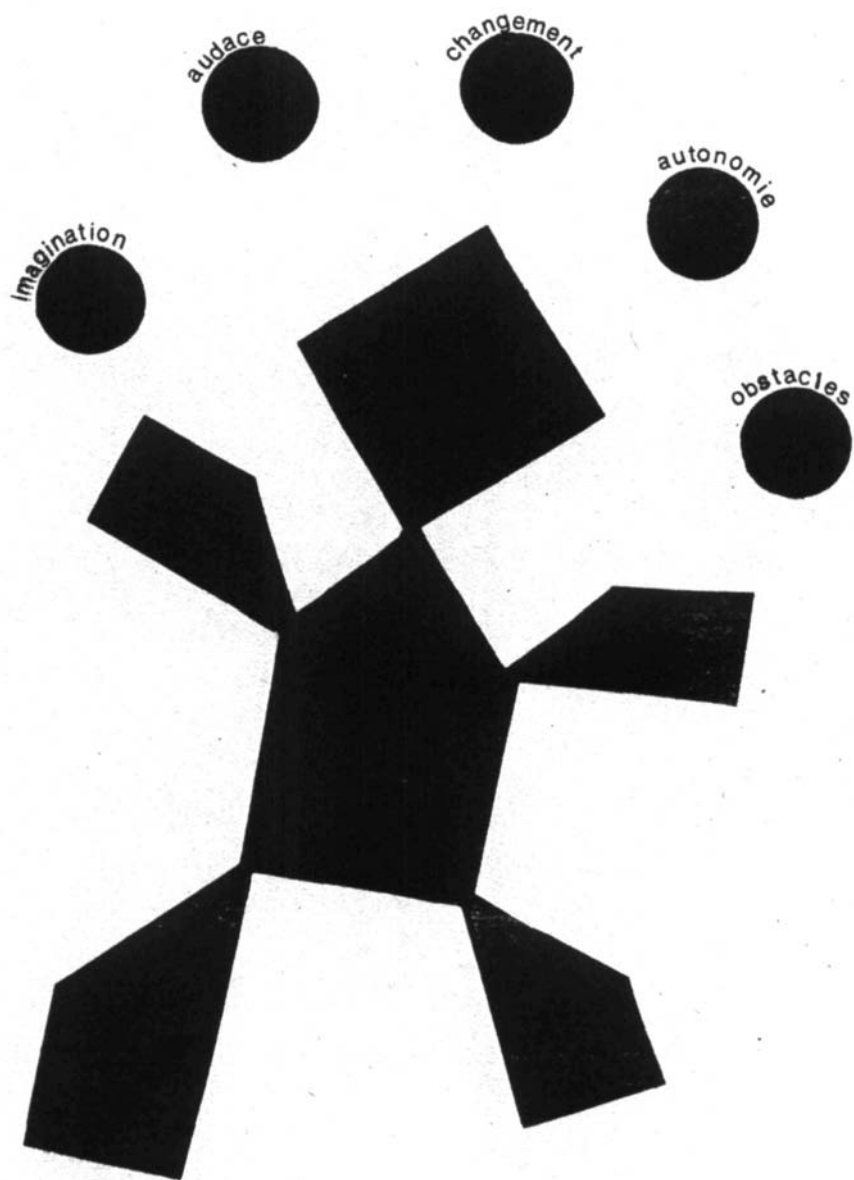
CLIMAT DES ATELIERS:

On ne peut omettre cet aspect fondamental qui repose sur l'atmosphère dans lequel évoluera chaque atelier.

Dès leur 1^{re} rencontre, le formateur ou la formatrice et son groupe devraient élaborer une sorte de contrat collectif concernant les comportements attendus de chacun dans une démarche de groupe. Parmi les plus importants, nommons:

- . L'écoute
- . Le respect (des opinions, rythme de chacun)
- . La confidentialité
- . La liberté d'expression
- . L'ouverture d'esprit
- . L'engagement, la participation, etc...

LA CREATIVITE



"CREER EST PAR DEFINITION UN ACTE
AUDACIEUX. C'EST UN PASSAGE DU CONNU
À L'INCONNU. IMPOSSIBLE D'ETRE CREATIF
SI L'ON SE REFUSE À FAIRE LE PLONGEON."

J.M. CHAPUT

PRESENTATION DU THEME

Cet atelier a pour but de démystifier la notion de créativité. Il permettra à l'adulte de:

OBJECTIF

- prendre conscience de son potentiel créateur;
- se sensibiliser à l'impact de la créativité dans ses situations de vie quotidienne;
- d'identifier les obstacles à la créativité;
- de découvrir des moyens efficaces pour libérer son pouvoir créatif.

MISE EN SITUATION

- Présenter à l'adulte les objectifs de la journée:

- .Se sensibiliser au phénomène de la créativité;
- .Se situer soi-même en rapport avec cette aptitude.

- lieu de l'activité:

Local de peinture, de céramique, de menuiserie ou autre selon l'activité de création que l'on compte exploiter durant l'atelier ou même un local plutôt terne qu'on pourrait décider de transformer.



- QUESTIONS:

A poser à l'ensemble du groupe puis faire un tour de table pour recueillir les réponses.

- Comment définissez-vous la créativité?
Le mot créativité est-ce que ça vous dit quelque chose?
- . Ce serait quoi être créatif? (Inscrire les idées au tableau)
 - . Vous trouvez-vous créatifs?
 - . En quoi l'êtes-vous? Avez-vous des idées que vous aimeriez réaliser?
 - . Pourquoi croyez-vous que vous ne l'êtes pas?

- Vérifier comment les adultes se sentent face à cet atelier:

- . Vous sentez-vous à l'aise avec le sujet d'aujourd'hui?
- . Vous sentez-vous concernés? Sinon, qui ça regarde?
- . Voyez-vous un lien entre vous et ce sujet-là?

- Les inviter à poursuivre la démarche à travers les activités qui suivent afin de découvrir ce qui les lie à l'idée de créativité.
- Leur faire prendre conscience qu'ils ont un potentiel créatif à leur service et qu'ils doivent l'exploiter au maximum pour mieux faire face aux situations difficiles du quotidien.

A C T I V I T E I

EXERCICE CREATIF

Cette lère activité vise à faire observer à l'adulte que nous avons tous des aptitudes à la créativité. Nous sommes humains donc créatifs. La créativité est cependant très fragile: Le moindre obstacle, qu'il soit d'ordre personnel, culturel ou physique (l'environnement immédiat) vient facilement briser ou nuire à notre processus créatif.

Inviter les participants à se laisser aller spontanément dans cette expérience.

A cette étape, le formateur ou la formatrice se doit d'être vigilant(e). Il peut arriver qu'un ou plusieurs participants aient de la difficulté à remplir une ou plusieurs cases. Il faut alors leur mentionner de ne pas s'attarder à une case qui ne leur suggère rien. Mieux vaut passer à une autre case.

Produire un dessin à partir des lignes tracées dans chacune des cases.

Durée: environ 10 minutes



1 	2 	3
4 	5 	6
7 	8 	9
10 	11 	12

- . Avez-vous complété toutes les cases de l'exercice?
- . Quelles sont vos réactions suite à cet exercice?

- . Y a-t-il des cases plus difficiles à remplir que d'autres?
Lesquelles?

- . A votre avis, pourquoi sont-elles plus difficiles à compléter?

- . Si vous regardez les dessins des autres participants, y a-t-il des ressemblances avec les vôtres? Des différences?

- . Que signifient ces différences?
(Plusieurs solutions possibles.)
(On n'a pas tous la même perception d'une même réalité.)
(Plusieurs points de vue sont possibles.)

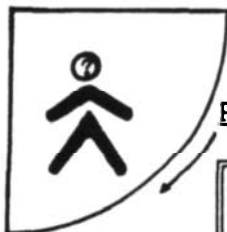
D'après-vous, y a-t-il des dessins plus valables que d'autres?

Rassurer le groupe en expliquant que cet exercice n'avait pas pour objectif d'évaluer leurs talents en dessin, mais plutôt de les amener à s'interroger sur ce qui les empêche de se laisser aller dans cette sorte d'activité.

A C T I V I T E II

LES OBSTACLES

Demander aux participants d'identifier les différents obstacles qu'ils ont rencontrés dans l'exercice précédent et de façon plus globale, les obstacles qui limitent leur créativité dans leurs actions quotidiennes.



Relevé des obstacles (en dresser la liste au tableau)

Suite à ce relevé, ajouter la réflexion suivante:

Il y a donc, comme on peut l'observer sur le tableau précédent, de nombreux obstacles qui peuvent freiner nos actions. Une fois ce constat établi, il faut trouver des moyens de franchir ces obstacles.

Mais attention, il n'existe pas de recettes miracle; il n'y a que des moyens à prendre pour tenter d'éliminer ces obstacles, petit à petit...

Cet atelier de créativité est un de ces moyens. C'est un premier pas qui nous aidera à faire surgir l'enfant créateur qui est en nous car il faut se rappeler de la facilité à créer que nous avons enfants et cet enfant, quoiqu'on en pense, fait toujours partie de nous.

Notre créativité ne s'exprime pas que dans le domaine des arts. Je peux être créatif sur bien des plans: autant dans ma façon de me vêtir, d'organiser une fête, de raconter une histoire que d'apporter des changements dans mon quotidien.

A C T I V I T E I I I

MON CHEF D'OEUVRE LITTERAIRE

Expliquer au groupe qu'ils vont exprimer leur créativité et qu'il est important qu'ils se laissent aller dans cet exercice sans penser à tout ce qui peut leur barrer la route.

Présenter au groupe le déroulement suivant:

1. Piger 1 carton de chaque couleur

Le formateur a préparé d'avance 5 séries de cartons de couleurs distinctes sur lesquels il a préalablement écrit des mots de natures différentes.



exemple: pour 10 participants, préparer:

10 cartons jaunes	=	NOMS
10 cartons verts	=	ADJ. QUALIFICATIFS
10 cartons bleus	=	VERBES
10 cartons orange	=	NOMS
10 cartons blancs	=	ADJ. QUALIFICATIFS

Eparpiller les cartons face contre table. Chaque participant pige, au hasard, 1 carton de chaque couleur et retourne s'asseoir.

<p>NOTE: Une version plus longue consiste à faire remplir les cartons par les participants.</p>
--

11. Organiser les mots en ordre pour former une phrase bien structurée (S + ADJ + V + C + ADJ)

durée: environ 20 minutes

N.B. PAS DE PANIQUE!

Préciser aux participants qu'il sera très difficile de composer une phrase claire car les liens à faire entre ces mots pigés au hasard ne sont pas toujours évidents.

Certaines de ces phrases une fois organisées, auront une allure parfois cocasse, parfois bizarre, tout à fait insensée ou au contraire très profonde.

111. Lorsque les phrases sont complétées et corrigées, chaque adulte lit sa phrase à voix haute.

IV. Illustrer la phrase en utilisant la technique du collage. Chaque participant travaille à visualiser sa phrase par un collage figuratif ou abstrait.

durée: environ 45 minutes.

matériel: colle - ciseaux
 grands cartons blancs
 une bonne quantité de revues
 crayons feutre

V. Permettre à chacun de présenter son collage à l'ensemble du groupe.



Après cette activité, poser à nouveau cette question:

Avez-vous l'impression que vous êtes créatifs à votre façon?

Dans quel domaine vous montrez-vous le plus créatif?

Et maintenant, pourquoi ne pas laisser aux adultes l'initiative de présenter, à leur tour, une activité axée sur l'expression créative?

SUGGESTIONS D'ACTIVITES DE CREATIVITE

Pour mon plaisir

Activité de peinture avec gouache ou aquarelle.

Pinceaux, gobelets, grandes feuilles blanches à fixer au mur, eau, essuie-tout, mask-in-tape, vieille nappe plastifiée pour limiter les dégâts.

Le bas de laine

Enumérer tout ce qu'on peut faire avec un bas de laine (en dresser la liste au tableau).

Il y aura peut-être dans cette liste des idées sur de nouvelles activités de créativité (bricolage, etc...).

J'pars en affaires

Dans le cadre d'un programme spécial on offre à votre groupe l'opportunité d'implanter une nouvelle entreprise dans votre municipalité.

Quel type d'entreprise serait rentable?
Trouver un nom à ce commerce ou cette entreprise.

Le comité social

On vous a nommé sur le comité social de votre municipalité. Vous avez à organiser avec vos trois collaborateurs, une activité spéciale dans le cadre de la période des fêtes de Pâques, St-Valentin, etc...

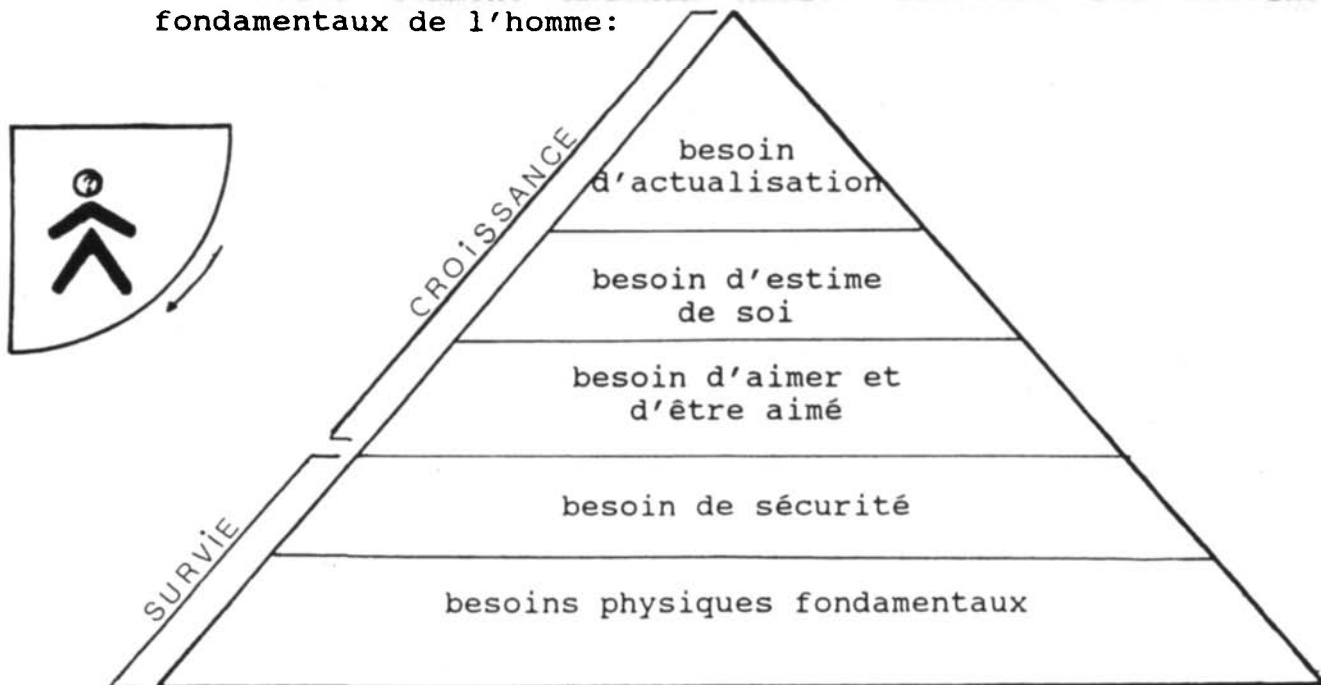
ACTIVITE 1V

LES BESOINS

Nous sommes créatifs lorsque nous passons à l'action et nous passons à l'action pour répondre à des besoins. Nous sommes les seuls responsables de nos propres besoins. Personne n'est mieux placé que nous pour y répondre. Mais, au fait, c'est quoi un BESOIN?

Un besoin, c'est l'écart entre ce qui est aujourd'hui et ce que je désire pour demain. C'est l'**ETAT D'INSATISFACTION** d'un individu par rapport à ce qui lui est **NECESSAIRE** pour sa **SURVIE BIOLOGIQUE** ou son **EQUILIBRE PSYCHOLOGIQUE**.

Voici comment Abraham Maslow illustre les besoins fondamentaux de l'homme:



Le formateur ou la formatrice trouvera en annexe des précisions sur la pyramide des besoins de Maslow. De plus, un atelier touchant spécifiquement les besoins sera disponible à l'hiver 92.

Abraham Maslow, un psychologue de grande renommée, a découvert que pour s'actualiser dans un mieux-vivre, pour parvenir à une certaine qualité de vie, l'être humain a une tendance naturelle à satisfaire cinq (5) niveaux de besoins.

Ces niveaux sont illustrés dans une pyramide selon un ordre particulier: Les besoins de base (physiques et sécurité) doivent être comblés minimalement avant de satisfaire des besoins de niveaux supérieurs.

Maslow affirme que lorsque cet ordre hiérarchique n'est pas respecté, il y a déséquilibre.

exemple: Si je cherche à combler mon besoin d'amour alors que je n'ai pas réglé ma peur d'être seul(e) (besoin de sécurité), je risque d'adopter un comportement dépendant envers la personne aimée ce qui peut causer un certain déséquilibre dans ma relation.

La satisfaction de besoins s'étale sur toute une vie. C'est en quelque sorte l'essence ou le sens de notre vie que de répondre à ces différents besoins qui changent, évoluent, tout comme les moyens utilisés pour les combler.

"Ce n'est pas le but qui compte,
mais le cheminement vers le but."

Dostoievsky

De même, notre façon de percevoir et de répondre à ces besoins nous appartient à chacun. Elle fait de nous des êtres uniques, des êtres créatifs.

C'est au moment de satisfaire un besoin que j'ai à utiliser tout mon potentiel créatif. La créativité active le changement nécessaire à un mieux-être: elle permet de trouver à travers une variété de solutions, ce qui est bon pour soi.

MON BESOIN DE COMMUNICATION



Dans l'exercice suivant, les participants (en équipe) auront à se fier à leur expérience et à leur créativité pour trouver des moyens de satisfaire un besoin de communication.



Transmettre les consignes suivantes:

- 1) S'abstenir de juger.
- 2) Laisser aller son imagination.
- 3) Avancer le plus de réponses possibles.
- 4) Essayer d'enchaîner sur les idées des autres.

Lancer la question:

Quels sont les moyens que je me donne au cours de ma vie pour combler mon besoin de communication avec les autres?



Mise en commun des réponses:

*Que pensez-vous de ces suggestions?
(faire ressortir les idées suivantes: qualité / variété
/ originalité des questions.*

*Les suggestions des autres vous donnent-elles de
nouvelles idées?*

*Pensez-vous que tout ce qui a été proposé est applicable
par chacun de nous?*

*Sinon, pourquoi ce n'est pas applicable?
(Ce qui convient à certains ne convient pas à d'autres)
(Je suis la seule personne responsable de mes besoins)*

Faire ressortir que l'important à partir du moment où j'ai plusieurs solutions en vue c'est de choisir celle qui me semble la plus appropriée pour moi afin de passer à l'action.

"PENSE A PLUSIEURS CHOSES, MAIS FAIS-EN UNE."

Proverbe portugais

A C T I V I T E V

LECTURES

Texte sur la créativité - version I



La possibilité de créer est en chacun de nous.

Nous sommes tous capables de créer.

Créer, c'est être capable de changement, de nouveautés, de réajustements.

La créativité aide à vivre.

C'est plus facile de régler un problème si nous avons plusieurs idées de solutions en tête.

La critique, la méfiance, la pression du milieu familial ou social sont des obstacles à notre créativité.

Pour garder le contrôle sur ma vie, je dois être attentif à mes besoins.

Je dois aussi passer à l'action pour les satisfaire.

Sinon d'autres vont essayer de prendre des décisions à ma place.

C'est à moi de décider des moyens à prendre pour grandir.

Etre créatif, c'est donc de passer à l'action, de lutter sans cesse pour un mieux-vivre. Chaque victoire me renvoie l'image de mon potentiel, de ma valeur et de mon efficacité à combler mes besoins.

Texte sur la créativité - version II

La créativité est une aptitude innée en chacun de nous. C'est un instrument de changement, une porte ouverte sur les mille et un réajustements du quotidien. Elle nous permet de nous donner du pouvoir, de combler nos besoins, de mieux nous débrouiller dans la vie.

Comme on peut le constater, c'est bien plus qu'une affaire d'artiste. Développer sa créativité c'est aussi développer le goût de la nouveauté. En un mot, créer c'est se transformer.

L'ennemie jurée de la créativité: La censure, c'est-à-dire tous ces comportements négatifs qui empêchent ou étouffent la moindre parcelle de dynamisme créatif. Pour n'en nommer que quelques-uns, notons: la critique, l'auto-critique, la comparaison, la méfiance, le carcan familial ou social, etc...

Comment éviter la censure ou reprendre le contrôle sur ses actions? Il suffit peut-être d'abord de prendre conscience que si on ne lève pas le petit doigt pour agir, d'autres s'en chargeront pour nous, avec toutes les contraintes que cela représente...pour nous.

Texte sur les besoins

LES BESOINS

La famille, l'école et notre entourage influencent notre façon de vivre. Parfois, on exige de nous-mêmes une ligne de conduite qui ne tient pas compte de nos vrais besoins.

Parfois c'est notre entourage qui se met à décider de ce qui est bon pour nous. En laissant les autres prendre des décisions à notre place, on perd l'occasion de se prendre en main, on accentue sa peur du changement, son manque de confiance en soi et son manque de confiance en ceux qui nous entourent.

Pour prendre du pouvoir sur mon mieux-vivre, je dois d'abord bien me connaître et m'accepter comme je suis. Je dois connaître mes besoins et chercher à les combler de la façon la plus profitable.

En découvrant des moyens de changement pour améliorer ma vie, je deviens un être actif, créatif, qui se donne toutes les chances de s'adapter à son environnement, un être fier de faire un pas en avant.

Vocabulaire: influencent combler créatif
 accentue actif s'adapter
 mieux-vivre

A C T I V I T E VI

CREER AU JOUR LE JOUR

Vous cherchez des moyens pour ajouter un peu de créativité à votre petit train-train? Commencez d'abord par vérifier si vous mettez en pratique les attitudes suggérées ici...

. Le premier pas à faire, c'est certainement d'accepter l'enfant en vous, l'enfant que vous avez été, curieux, espiègle, tapageur, plein de vie, qu'on a dressé à écouter, à être sage et à se conformer aux désirs des adultes. Retrouvez cet enfant, donc, faites la paix avec lui et permettez-lui de s'exprimer à travers sa fantaisie, ses rêves, ses jeux. Jouez souvent!

. Soyez vous-même avant tout.

. Acceptez le changement. Attendez-le avec joie comme une source de nouveauté, de richesse et d'expériences nouvelles. Si c'est trop calme dans votre vie, provoquez le changement là où vous en avez le plus besoin. Allez de l'avant en utilisant des procédés peu ordinaires.

. Découvrez la vie. Découvrir, c'est être placé devant la même situation que tout le monde en percevant les choses différemment, en conservant sa capacité d'émerveillement; c'est recréer un geste cent fois répété comme si on le faisait pour la première fois.

. Trouvez toujours plusieurs solutions à vos problèmes; la deuxième sera peut-être meilleure que la première et surtout, plus pertinente pour vous.

. N'ayez pas peur de rire. N'oubliez jamais que l'humour rend créatif.

. Osez prendre des risques. Le monde appartient à ceux qui vont de l'avant sans suivre comme des toutous obéissants toutes les règles établies.

. Cultivez votre imagination et votre côté fantaisiste. Il ne faut jamais oublier qu'un échec peut ensuite vous conduire à de nombreuses réussites. Seuls ceux qui ne font rien n'échouent jamais!

Vous avez déjà quelques unes de ces attitudes?

C'est déjà un grand pas de fait!

Tiré de: Etes-vous un personne créative? Monique Charette
Revue Femme Plus, août 88.

A C T I V I T E VII

En réfléchissant sur ma façon de vivre, sur mon quotidien:



a) Ce qui me frappe: _____

b) Ce que je ressens: _____

c) Est-ce que je suis bien dans ma vie de tous les jours?



d) Mes satisfactions: _____

e) Mes désirs de changement: _____

f) Mon pouvoir de changement: _____



Quel(s) moyen(s) je pourrais utiliser pour changer ce qui ne me plaît pas dans mon quotidien?

g) Quelle serait une journée idéale? (facultatif)

CONCLUSION

La créativité est une aptitude que l'on peut exprimer d'une foule de manières. Chaque individu peu importe son âge ou son rang social possède cette aptitude à des degrés divers. Il existe des moyens d'exploiter sa créativité: se libérer de ses peurs et s'ouvrir au changement sont des moyens efficaces. C'est à chacun de nous qu'il appartient d'amorcer les actions créatives qui vont nous aider à mieux nous adapter à notre environnement. Quant aux obstacles qui étouffent notre créativité, ils deviendront stimulants dans la mesure où nous mettrons toutes nos énergies à les surmonter.

Si on ne se prend pas en charge,

Si on n'exploite pas notre pouvoir créatif,

C'est qu'on autorise les autres à prendre du pouvoir sur nous...

" Si tu n'as pas la force d'imposer tes termes à la vie,
tu dois accepter les termes qu'elle t'impose."

T.S. Eliot



J'aime vivre des changements: oui ___ non ___

Ce que j'ai déjà créé:



De mes mains	Une idée que j'ai mise à exécution	Un changement en moi	Un changement dans ma vie



MES PROCHAINES ACTIONS:
 Ce que je veux réaliser: _____




























Les étapes: 1) _____
 2) _____
 3) _____



Ce que je fais prochainement: _____

Quand? Mon échéancier: _____

AUTO-EVALUATION (METTRE UN X SUR VOTRE CHOIX)

1. Ce thème t'a intéressé			
2. Ta participation dans le groupe			
3. Ton appréciation du groupe			
4. Les activités t'ont permis de recueillir toutes les informations sur le sujet			
5. Tu as une opinion plus précise sur le sujet			
6. Tu peux faire un rapprochement entre ton vécu et les nouveaux apprentissages			
7. Tu es capable d'ajuster et utiliser tes apprentissages dans ton quotidien			
8. Tes apprentissages te permettent d'améliorer ta situation personnelle			
9. Tes apprentissages te permettent d'aider quelqu'un de ton entourage			

N.B. Les dernières questions peuvent être revues en suivi individuel si le besoin se fait sentir.

AUTRES ACTIVITES THEMATIQUES SUGGEREES

Veillez ajouter vos suggestions d'activités sur cette feuille; elles seront vivement appréciées!

BIBLIOGRAPHIE

- BALL, Géraldine. La créativité, Trans-Formation,
Actualisation, 1985.
- CHAURETTE, Monique. Êtes-vous une personne créative?,
Revue Femme Plus, août 1988.
- DEMORY, Bernard. Créativité en pratique et en action, Ed.
Agence d'Arc Inc., Mtl, 1986.
- KIRST, W., DIEKMEYER, U. Entraînement à la créativité,
Casterman, 1975.
- LANDRY, Yvan. Créer se créer:, vers une pratique méthodique
de la créativité, Québec-Amérique, 1984.
- MASLOW, Abraham. Vers une psychologie de l'être, France,
Fayard, 1972.
- SAUNIER, Michèle. Comment créer..., Un visa pour l'alpha pop
RGPAQ, septembre 1990.

ANNEXE



**ACTIVITÉ NO. 14
MON BATEAU ET MOI**

BESOINS D'ACTUALISATION DE SOI

BESOINS DE RÉALISATION, D'ESTIME DE SOI

4

BESOINS SOCIAUX, DE RELATIONS HUMAINES

3

BESOINS DE SÉCURITÉ

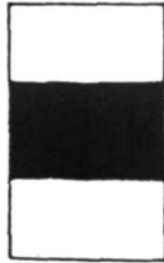
2

BESOINS DE SURVIE

1

LES BESOINS HUMAINS SELON ABRAHAM MASLOW

(thérapeute américain)



Abraham Maslow, un psychologue de réputation internationale, a élaboré une théorie sur la nature des besoins humains. Nous emploierons ses travaux pour alimenter notre réflexion.

Lorsqu'il était étudiant, Maslow s'intéressa à des questions qu'aucun autre psychologue n'avait encore soulevées. Maslow ne voulait pas analyser pourquoi et comment les humains "dégénéraient" graduellement; il consacra la majeure partie de sa vie à essayer de répondre à une question bien précise: "comment une personne peut-elle développer le meilleur d'elle-même?"

Il étudia la vie de personnes très productives et très "saines": Franklin Roosevelt, Abraham Lincoln, Ruth Benedict, Albert Schweitzer et bien d'autres. Il se rendit compte que tous ces gens avaient de nombreuses caractéristiques communes, des ressemblances et des qualités qu'il retrouva d'ailleurs plus tard chez plusieurs gens évolués mais non célèbres.

Voici quelques exemples de ces traits communs de santé psychologique: le goût enthousiaste de vivre, l'esprit de créativité, le sens de l'humour, un grand nombre "d'expériences profondes et intenses". Dans son vocabulaire, c'est ce qu'il appelait s'actualiser soi-même, développer tout son potentiel.

Maslow découvrit aussi que tout humain éprouve cinq types de besoins placés selon une hiérarchie. Ceux qui réussissent à combler ces cinq niveaux "s'actualisent". Maslow parlait naturellement de besoins *humains* universels que les enseignants éprouvent naturellement au même titre que leurs étudiants à tous les moments de leur vie. Personne ne se départit de ses besoins personnels lorsqu'il met le pied à l'école!

Maslow affirme qu'éprouver un besoin c'est essentiellement se sentir privé de ce quelque chose. Et il ajoute qu'une personne est limitée dans son développement personnel lorsqu'elle ressent un besoin à quel niveau que ce soit.

Le mot "hiérarchie" signifie un ordre, une séquence, une échelle de valeurs, des plus élémentaires aux plus élevés.

Le Premier Niveau de Besoins

Selon l'échelle de Maslow, les besoins les plus élémentaires touchent à notre survie biologique: ce sont les ingrédients dont nous ne pouvons absolument pas nous passer sans risquer de mettre notre vie en danger:

Maslow a découvert que lorsque les gens éprouvent ces besoins du Premier Niveau, ils sont très entreprenants; ils font tout en leur pouvoir pour parvenir à les combler; ils sont même prêts à sacrifier tout le reste. Par exemple, l'enseignant qui se sent épuisé ne pourra probablement pas se concentrer longtemps et travailler dur; l'étudiant qui a froid, faim ou qui se sent malade n'apprendra probablement rien.

Premier Niveau: Survie



Deuxième Niveau de Besoins

Lorsqu'on comble ses besoins biologiques, du moins temporairement, on prend conscience d'un autre ensemble de besoins:

Tout être humain a besoin de se sentir en sécurité dans son univers. On a d'abord pas envie de se faire assaillir physiquement par un escroc en rentrant chez soi à la fin de la journée. Les étudiants ont besoin de savoir que personne ne les battra dans la cour de l'école ou dans le bureau du directeur.

Lorsqu'on ne peut pas satisfaire ses besoins de ce deuxième niveau, on a peur. Et on ne peut pas vraiment apprendre et enseigner quand on baigne dans une atmosphère de peur. Lorsque les gens ont peur, ils n'apprennent pas la matière qu'on leur enseigne; ils consacrent leurs énergies à lutter contre leur crainte.

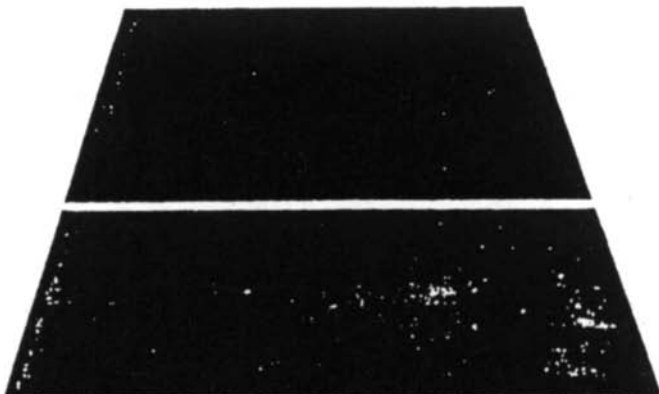
Nous avons tous aussi besoin de nous sentir en sécurité psychologique; nous ne voulons pas craindre qu'on nous tourne en ridicule ou nous embarrasse. Les étudiants ont besoin de sentir qu'ils peuvent exprimer franchement ce qu'ils pensent et ressentent sans craindre qu'on les critique ou les juge sévèrement.

Nous avons tous finalement besoin de savoir que nous aurons de quoi manger demain; que nous avons un chez-soi où nous nous sentons physiquement et psychologiquement en sécurité et où nous pouvons jouir d'une intimité suffisante; que nous pourrions toujours compter sur les personnes qui jouent un rôle important dans notre vie.

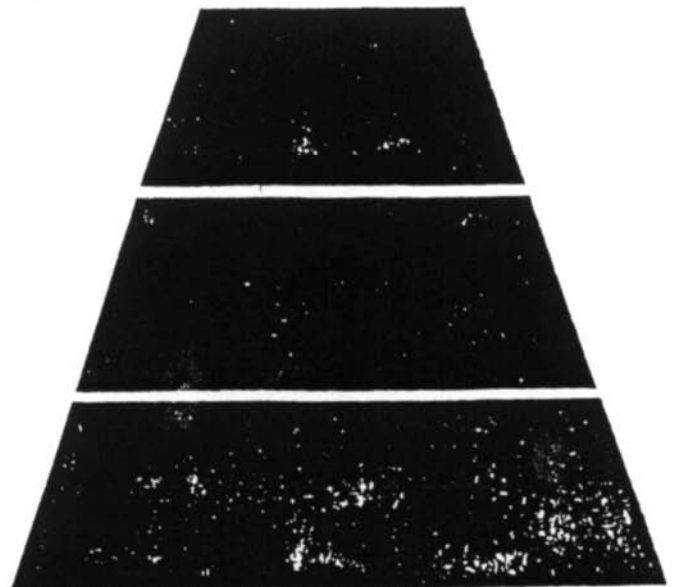
Des Sources d'Insatisfaction

Si nous la comparons à la plupart des sociétés existantes, la nôtre a beaucoup mieux réussi à permettre à ses citoyens de satisfaire leurs besoins des Premier et Deuxième Niveaux. Maslow et Herzberg se sont tous deux servi de ce concept dans le domaine de l'administration et ils affirment que les individus qui comblent leurs besoins de ces deux premiers niveaux ne se sentent pas vraiment satisfaits. Ainsi même s'ils se sentent en sécurité et qu'ils ont comblé leurs besoins biologiques, ils ne peuvent pas affirmer sincèrement: "Je suis très bien maintenant," ou "Je me sens comblé, heureux et je n'en demande pas plus." L'individu qui a satisfait ses besoins des deux premiers niveaux se sent au contraire *insatisfait*, malheureux et mécontent: il lui manque quelque chose. Ces deux types de besoins sont élémentaires et on doit évidemment les combler; mais Herzberg les appelle quand même des "sources d'insatisfaction". C'est peut-être à cause de ce phénomène que les éducateurs qui préconisent l'une des nombreuses approches "d'éducation ouverte" visant d'abord et avant tout à combler les besoins des Premier et Deuxième Niveaux chez leurs

Deuxième Niveau: Sécurité



Troisième Niveau: Relations Personnelles



étudiants sont si surpris et si déçus lorsqu'ils se rendent compte des résultats qu'ils obtiennent. Les enseignants qui travaillent à satisfaire les besoins biologiques et les besoins de sécurité physique et psychologique de leurs étudiants s'attendaient au point de départ à ce que les jeunes se sentent tout à fait heureux, comblés et soient par conséquent avides d'apprendre toutes les notions qu'ils voulaient leur enseigner. Malgré l'importance fondamentale des besoins de survie et de sécurité on ne peut pas s'y limiter.

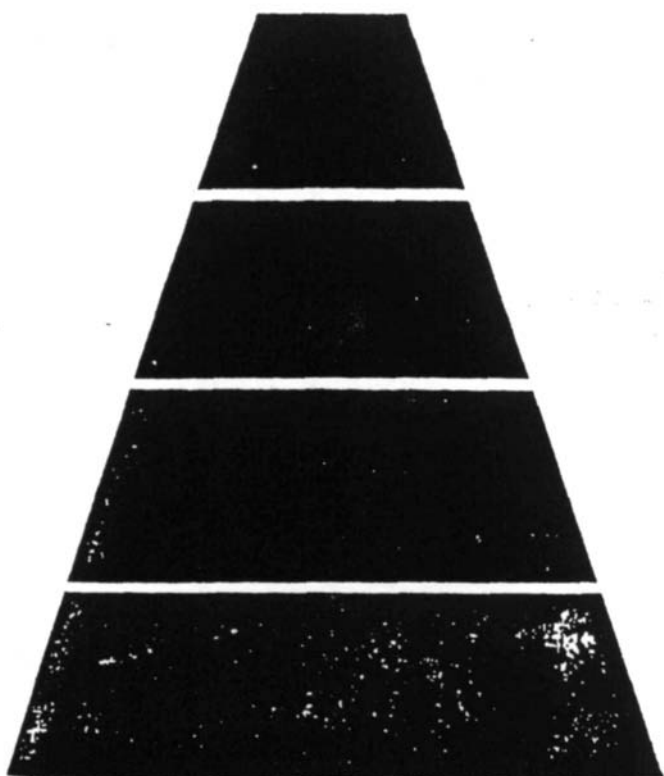
Le Troisième Niveau de Besoins

Au Troisième Niveau de l'échelle des besoins selon Maslow, la satisfaction provient des contacts sociaux et des relations personnelles.

Nous éprouvons ce Troisième Niveau de Besoins puisque nous sommes tous sociables. Nous avons tous besoin d'entrer en relation avec nos semblables. Voici quelques exemples de contacts sociaux :

- a) Sentiment d'Appartenance: faire partie d'un groupe, d'une famille, d'une organisation religieuse, d'une ville, d'une classe.
- b) Acceptation et compréhension: savoir que nous pouvons être nous-mêmes et que les autres nous acceptent tels que nous sommes.
- c) Amour et Affection: aimer et être aimé (Selon Carl Rogers, aimer c'est "se comprendre et s'accepter profondément." Maslow soutient qu'aimer et être aimé sont deux éléments essentiels à toute amitié réelle; mais il ajoute avec tristesse: "mes contemporains emploient toutes sortes de manoeuvres pour se cacher la vérité car, en réalité, la plupart n'ont même pas un ami véritable."
- d) Intimité: révéler son moi le plus profond à des proches dont on perçoit la considération.

Quatrième Niveau: Produire, Réussir



Insatisfaction au Troisième Niveau

Lorsque nous nous sentons très seuls, tristes, défaits, indignes ou méprisables, lorsque nous avons de la peine, nous éprouvons ces besoins du Troisième Niveau. Les étudiants et les enseignants qui se sentent privés de quelque chose au niveau des relations personnelles sont souvent isolés, coupés du reste de l'univers; et même s'ils enseignent ou apprennent assez bien, rien ne les intéresse vraiment; ils s'ennuient et n'éprouvent pas la joie qu'ils recherchent.

La Formation à l'Efficacité Humaine vise entre autre à vous munir de procédés qui vous permettront de mieux combler vos besoins du Troisième Niveau.

Le Quatrième Niveau de Besoins

Lorsque nous réussissons à combler nos besoins de Contacts Sociaux et de Relations Personnelles, nous découvrons que nous éprouvons un autre ensemble de besoins universels à tous les humains. Vous et vos étudiants aussi ressentez tous le besoin de produire, de réaliser, d'accomplir.

Ce sont les besoins qui, comblés, nous permettent de nous *apprécier* nous-mêmes, de nous *estimer*: c'est le travail que nous accomplissons qui alimente continuellement nos sentiments de valeur personnelle, de respect et d'estime de nous-mêmes. Ce sont ces besoins que les étudiants ont comblés

lorsqu'on les voit sauter de joie et sourire fièrement après avoir réussi à accomplir une tâche à laquelle ils s'étaient voués. Ce sont ces mêmes besoins que les enseignants comblent quand ils savent qu'ils ont travaillé efficacement, quand ils enseignent bien et que leur étudiants apprennent.

Pour évaluer l'efficacité d'un établissement scolaire, le public ne se base-t-il pas sur les résultats que les étudiants obtiennent aux tests de lecture, de mathématiques, etc. On accorde habituellement très peu d'importance aux relations humaines qui servent de tremplin à la démarche vécue par les enseignants et les étudiants qui produisent et réalisent ensemble leurs projets. On croirait que les gens oublient le processus qui engendre le résultat final (les notions scolaires apprises) et ne s'arrêtent qu'à ce dernier. N'oublions pas que ces besoins humains identifiés par Maslow ne se réalisent efficacement qu'en relation avec d'autres personnes avec qui nous produisons et réalisons nos projets.

S'Actualiser Soi-Même

Maslow se rendit également compte que les gens qui réussissaient à combler leurs besoins des quatre premiers niveaux désiraient ardemment "S'Actualiser."

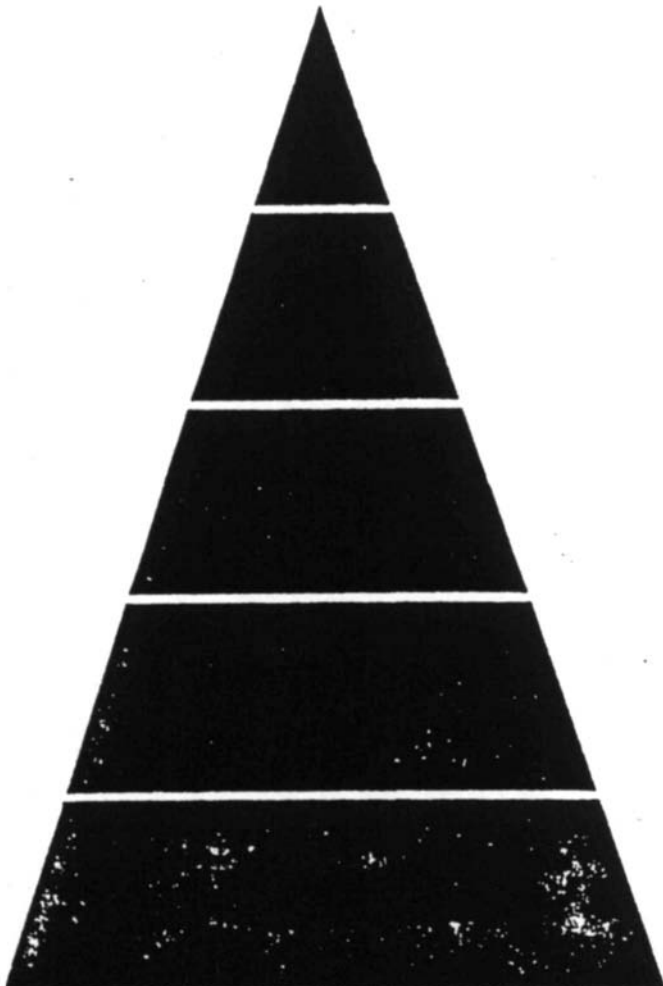
Les personnes que Maslow avait d'abord étudiées étaient toutes parvenues à satisfaire ce Cinquième Niveau de besoins personnels. Maslow élaborera par la suite un profil du désir de s'actualiser: il dressa la liste des caractéristiques personnelles des individus qui s'actualisent et des types d'expériences qu'ils vivent. En voici quelques exemples: une plus grande fécondité; une conscience plus aigüe de la vie qui les anime; un sentiment de plénitude et de totalité, de joie et d'allégresse, de transcendance; des moments inoubliables, des phases de joie, d'unité et de compréhension profonde.

Maslow découvrit que les personnes qui s'actualisent comblent toujours leurs besoins fondamentaux nécessaires à leur survie et à leur sécurité personnelle. Elles ont des amis de longue date, des gens qui les aiment et qu'elles aiment, et elles se sentent très satisfaites à ce niveau. Elles ont également réussi à créer des liens très intimes et très affectueux avec quelques personnes. Et elles ont une occupation qui compte beaucoup à leurs yeux et les comble vraiment.

Besoins et Désirs

Les éducateurs qui liront la théorie des besoins humains de Maslow en bénéficieront sûrement beaucoup. Ils apprendront surtout qu'ils peuvent regarder les autres sous un angle très différent: lorsque quelqu'un se sent privé de quelque chose, il n'est pas mauvais en soi; c'est au contraire qu'il éprouve des besoins précis. Cette échelle permettra également aux éducateurs de faire la distinction entre besoins et désirs. Lorsqu'on veut quelque chose, c'est habituellement parce qu'on essaie de satisfaire ses besoins personnels. Autrement dit, nos désirs sont des solutions à nos problèmes. Quand on tente d'identifier le besoin en jeu, on se rend souvent compte qu'il existe plusieurs façons de satisfaire un besoin particulier et on se sent alors prêt à dépasser le premier désir, la première solution qui fait surface.

Cinquième Niveau: S'Actualiser



Nous illustrerons cette définition de la relation d'aide en nous basant sur la séquence des besoins fondamentaux telle que présentée par le psychologue Maslow⁵.

Le premier niveau des besoins fondamentaux est celui des besoins *physiologiques*: manger, boire, dormir, respirer, etc. Et de fait, plusieurs personnes qui demandent de l'aide s'avèrent partiellement privées de l'un ou l'autre de ces besoins: elles ont perdu tout appétit et mangent anormalement peu, elles souffrent d'insomnie et ne dorment presque plus, elles ont la gorge, la cage thoracique et l'abdomen tellement comprimés qu'elles ne respirent qu'à peine assez d'oxygène pour survivre...

L'aidant peut faciliter indirectement la satisfaction de ces besoins physiologiques, dans la mesure où le déroulement du processus d'aide aura pour effet d'abaisser le niveau d'anxiété de l'aidé, et d'élever le niveau de son énergie. La démarche permettant d'obtenir ces effets se clarifiera au fil des chapitres qui suivent.

Le second niveau des besoins fondamentaux est celui du besoin de *sécurité*. L'aidant concourt à satisfaire ce besoin dans la mesure où il communique à l'aidé qu'il l'accepte comme il est, sans le rejeter, le menacer, ou faire pression sur lui pour le changer.

Cette sécurité face à son interlocuteur permet à l'aidé d'accumuler progressivement de la sécurité face à son vécu, c'est-à-dire d'en arriver à ne plus avoir peur de faire face à ses émotions, à ses blessures, à ses conflits, et plus tard, à son environnement familial et social.

Le troisième niveau des besoins fondamentaux est celui des besoins d'*amour* et d'*appartenance*. L'expérience d'être aimé consiste essentiellement à se sentir profondément compris et accepté. L'empathie de l'aidant, que nous définirons plus loin, permet à l'aidé de se sentir compris «de l'intérieur», et l'acceptation de l'aidant permet à l'aidé de se sentir accepté tel qu'il est.

Quant au besoin d'appartenance, il est satisfait lorsque le sujet sent qu'il a sa place quelque part, dans une famille,

un groupe ou un milieu donné. Le caractère provisoire de la relation d'aide ne permet pas la satisfaction immédiate de ce besoin. Toutefois, dans la mesure où il découvre progressivement qui il est et quelles sont ses ressources et ses aspirations, l'aidé devient en mesure de s'insérer dans un milieu qui lui convient et où il peut apporter sa contribution. Ce faisant, il développe un sentiment d'appartenance face à ce milieu.

Le quatrième niveau des besoins fondamentaux tels que présentés par Maslow est celui du besoin d'*estime de soi* et de *reconnaissance par autrui*. Suite au regard compréhensif et acceptant que l'aidant porte sur lui, l'aidé en arrive à se sentir moins coupable, moins inadéquat, à se traiter moins durement, bref, à porter sur lui-même un regard plus positif.

Ces quatre niveaux de besoins fondamentaux débouchent sur ce que Maslow appelle le *besoin d'actualisation*, c'est-à-dire le besoin d'être soi-même, de se réaliser pleinement selon sa vocation propre.

Au fil de la relation d'aide, l'aidé en arrive à découvrir qui il est, à clarifier ce qu'il doit devenir, à identifier les changements à apporter dans ce sens, et à utiliser les ressources et à développer les habiletés requises pour ce faire.

C'est ainsi que l'aidant fournit progressivement à l'aidé la possibilité d'apporter de vraies réponses à ses vrais besoins. Ce faisant, ce dernier cesse d'avoir besoin de recourir à des stratégies inadéquates pour satisfaire des besoins mal identifiés: suralimentation, surconsommation matérielle, abus de tabac, d'alcool, de café, du travail et d'autres drogues, agitation et surmenage, contrôle excessif de soi, tensions chroniques, et autres symptômes.

Si je veux aider quelqu'un, la meilleure façon de m'y prendre, c'est donc de commencer moi-même à répondre à certains de ses vrais besoins en entrevue, lui permettant ainsi de continuer à le faire lui-même en dehors des entrevues.