

Pyramide des besoins

Type de jeu	Compétences et ressources Connaissance de soi et de ses besoins personnels
But du jeu	Un jeu favorisant une meilleure conscience de soi en termes de besoins personnels
Nb participants	4 à 8 personnes
Contre-indications	➤ Patient trop logorrhéique ou trop dissociés ➤ Troubles de la compréhension
Description du jeu	Des cartes sur les besoins (besoin d'empathie, de sens, de joie, d'ordre...) issues d'un site internet :
Règles et adaptations	Versión groupale : Les cartes sont posées sur la table, face cachée. ➤ Il est possible de les tirer au sort ou d'en faire un plateau de jeu sur lequel des pions se déplacent pour désigner une carte à retourner. ➤ La personne qui a tiré la carte, parle de sa vision personnelle de ce besoin. ➤ Il est possible de demeurer dans une discussion sociale, philosophique ou de proposer une discussion plus personnelle. ➤ Lorsque chacun a retourné une carte, il est possible de demander à chacun de désigner quel est le besoin qui lui semble le plus nécessaire pour lui ou pour elle Versión personnelle : Chaque personne reçoit le même paquet de cartes centrés sur les besoins. ➤ Chaque personne choisit 10 besoins qui lui semblent les plus pertinents pour elle, en parle et les organise en une pyramide de 10 besoins ➤ Il est ensuite possible de travailler sur les ressources qui pourraient venir en réponse à ces besoins, par discussion, mise en situation ou échanges de stratégies
Expériences significantes	➤ Expériences cognitives : conscience de soi en termes de besoins prioritaires ➤ Expériences émotionnelles : toutes émotions possibles ➤ Expériences identitaires : expression de soi centrée sur les besoins et les ressources, affirmation de soi possible en évoquant un choix, expression d'un ressenti personnel sous l'angle des besoins, conscience de soi en termes de comportements ➤ Expériences relationnelles : coopération, considération positive, échanges de savoir et d'expérience ➤ Expériences projectives : Si capacités personnelles, amorce d'introspection