

# FICHE D'ACTIVITÉ : BESOINS ET INCLUSION – CHEZ LES LU/LOU



## Objectif :

- Mettre en évidence que tout le monde a plein de besoins qu'il est essentiel de remplir
- Comprendre que certains besoins sont plus importants que d'autres et que cela peut varier un peu d'un individu à l'autre
- Pouvoir partager ses besoins spécifiques au groupe et aux responsabilités pour qu'ils puissent être pris en compte au mieux
- Sensibiliser au fait que dans le monde, il est plus compliqué d'accéder à certains besoins en fonction de la culture ou les moyens disponibles



**Durée :** 45 minutes



## Matériel :

- Imprimer et découper (plastifier si possible) les visuels fournis
- Une table pour tout poser ou un mur pour accrocher



**Effectif de l'équipe :** 2 personnes : 1 qui anime et 1 qui régule/prend des notes



**Effectif des jeunes :** Entre 6 et 12

## Déroulé :

1. Lancement
2. Définition du besoin
3. Distribution des étiquettes
4. Rangement dans la catégorie
5. Échanges sur les différences entre individus et dans le monde
6. Conclusion

# 1 – LANCEMENT



On démarre une scénette avec 2 personnages joués par 2 respos.

- L'un déclare d'un air plaintif avec une exagération théâtrale : "J'ai faim ! J'ai peur ! Je peux jamais rien dire ! Je suis nul·le ! Et en plus, je m'ennuie !"
- L'autre répond : "Oulala, c'est pas la grande forme ! J'ai l'impression que tu as quelques besoins à remplir toi !"
- Des quoi ? Moi, j'ai besoin de rien !
- Mais si ! Tout le monde a des besoins, plein de besoins, tu ne t'en pas forcément compte, c'est tout ! Viens avec moi, on va voir ça ensemble...

Et les 2 personnages s'en vont.

# 2 – DÉFINITION DU BESOIN



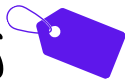
On va maintenant prendre environ 45 minutes pour réfléchir ensemble sur les différents besoins qu'a un être humain et on va tenter de classer un peu tout ça par famille de besoins.

Mais d'abord, qu'est ce que c'est un besoin ?

Un besoin, c'est quelque chose qui est nécessaire à un être vivant pour une vie sûre, stable et saine. Si un besoin n'est pas satisfait, on a envie ou il est nécessaire de remplir ce besoin.

On peut présenter les 5 catégories avec leur étiquettes respectives et dire qu'on va tenter regrouper les besoins similaires par famille.

# 3 – ÉTIQUETTES



1. On dispose les 5 étiquettes de catégorie verticalement, espacées de 20cm environ, sur une table ou un support mural dans l'ordre (du bas vers le haut : physiologiques, sécurité, appartenance, estime de soi, accomplissement).
2. On distribue un ou deux besoins à chaque participant·e et on leur laisse le temps de lire dans leur tête ce qu'il est écrit (on peut donner les phrases les plus courtes aux personnes qui sont moins à l'aise avec la lecture).
3. À tour de rôle, chaque jeune peut lire à haute voix son besoin et le placer dans sa catégorie ou demander de l'aide au groupe. On demande si tout le monde est d'accord et on peut paraphraser ou donner des exemples qui illustrent le besoin.
4. Quand toutes les étiquettes ont été placées, questionner les étiquettes "mal rangées" et voir si les jeunes souhaitent les déplacer. Certaines étiquettes pourraient être à mi-chemin entre 2 familles... on peut les laisser là.
5. Demander s'il y a d'autres besoins qui leur viennent à l'esprit et dans quelle famille ils iraient (faire pipi, recevoir et faire des câlins, pouvoir s'isoler par moment...)

## 4 – À CHACUN·E SON CLASSEMENT



Le niveau d'importance est propre à chaque personne. Pour certain·es, jouer en ayant faim est difficile alors que pour d'autres, ça compte moins. Pour certain·es, le regard des autres ne les intéresse pas alors que pour d'autres, ça leur est important de plaire et de faire comme tout le monde... Les besoins, même s'ils sont généralement commun à tout le monde, peuvent être très important pour une personne et pas du tout pour une autre.

On peut demander si quelqu'un voit un besoin qui ne lui parle pas trop, qui est pas moins important pour lui·elle et voir si pour une autre personne, au contraire, c'est vraiment important. On peut faire quelques échanges comme ça. Le but n'est pas de convaincre l'autre mais uniquement d'exprimer l'importance qu'a ce besoin pour nous.

## 5 – EXPRIMER ET PARTAGER SES BESOINS

Chaque jeune peut partager un besoin qui lui semble vraiment essentiel pour elle·lui. Idéalement, le besoin est clair et compréhensible mais on peut l'aider à reformuler ou clarifier. On cherche ensemble un moyen pour remplir ce besoin.

On peut préciser que c'est un temps sérieux et important : on ne juge pas, on ne parle qu'en son nom et qu'il peut parfois être difficile de trouver un moyen de répondre à un besoin spécifique dans l'immédiat mais que l'équipe de respons est là et fera son possible.

Par exemple :

- J'ai besoin d'avoir une lumière la nuit pour ne pas avoir peur du noir
  - Je demande aux personnes qui dorment avec moi si ça ne les dérange pas d'avoir une petite lumière
  - J'emmène une toute petite veilleuse à mettre dans mon sac de couchage
  - J'ai mon ami·e juste à côté de moi pour me rassurer
- Je suis fatigué·e pendant les veillées, est ce que je peux aller me coucher ?
  - Si c'est possible : oui, les autres feront attention quand iels iront se coucher
  - Si c'est récurrent : on peut mettre en place un temps de sieste après le repas de midi
- Les câlins du soir de mes parents me manquent
  - On peut organiser un gros câlin collectif avec celles et ceux qui veulent
  - On peut prendre son doudou pour être rassuré·e

## 6 – CONCLUSION ET OUVERTURE



Il faut que les besoins primaires soient remplis pour que les supérieurs puissent être envisagés. Par exemple : il faut se sentir en sécurité dans le groupe pour oser s'exprimer et participer aux décisions...

Il est vraiment important de faire part aux autres de ses besoins.

On a la chance en France de pouvoir accéder aux besoins secondaires, mais ce n'est pas le cas partout dans le monde. Pour beaucoup de personnes, leur quotidien est de trouver de quoi se nourrir et se mettre à l'abri. Chacun·e peut essayer de s'imaginer ce qui lui serait le plus difficile de ne plus pouvoir faire dans ce cas, à cause de la guerre, de la pauvreté extrême ou d'un pouvoir en place qui interdit des choses autorisée en France.

On peut laisser place au débat s'il reste du temps et si les jeunes en ont l'envie ou clôturer l'activité.

# ÉTIQUETTES DES BESOINS

- **Besoins physiologiques :**
  - J'ai besoin de boire
  - J'ai besoin de manger
  - J'ai besoin de dormir sereinement et suffisamment
  - J'ai besoin de pouvoir me laver et me sentir propre
  - J'ai besoin de bouger, me défouler
- **Besoin de sécurité :**
  - J'ai besoin de pouvoir avoir confiance en les autres jeunes et les adultes (je serais pris·e au sérieux et on m'accordera du temps quand j'en ai besoin)
  - Je sais qu'il y a des règles justes et équitables, respectées par tout le monde et que des sanctions sont prévues en cas d'infraction
  - Je sais que je peux explorer, essayer des choses en suivant les règles ou en demandant à un adulte
- **Besoin d'appartenance :**
  - Je peux librement affirmer qui je suis
  - Je peux faire part de ce que j'aime ou ce que je n'aime pas
  - Je peux librement exprimer mes besoins aux autres, sans en avoir honte
  - Je suis facilement intégré·e au sein d'un groupe ou d'un sous-groupe, sans avoir à cacher qui je suis ou à changer pour faire comme les autres
- **Besoin d'estime de soi :**
  - J'ai besoin de savoir que j'ai plein de qualités
  - J'ai besoin d'être encouragé·e
  - J'ai besoin de savoir qu'on me fait confiance
  - J'ai besoin de savoir qu'on croit en moi
- **Besoin d'accomplissement :**
  - J'ai besoin d'apprendre des choses
  - J'ai besoin de faire des choses en autonomie et je sais que je peux avoir de l'aide si besoin
  - J'ai besoin de pouvoir prendre des décisions et participer aux décisions collectives
  - J'ai besoin de cultiver ma créativité

BESOIN D'ACCOMPLISSEMENT



BESOIN D'ESTIME DE SOI



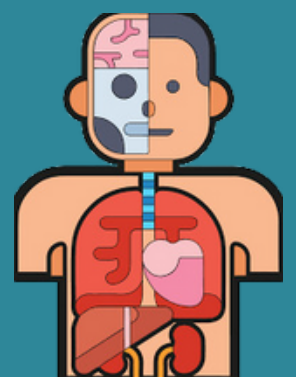
BESOIN D'APPARTENANCE



BESOIN DE SÉCURITÉ



BESOINS PHYSIOLOGIQUES



J'AI BESOIN DE BOIRE



J'AI BESOIN DE MANGER



J'AI BESOIN DE DORMIR SEREINEMENT  
ET SUFFISAMMENT



J'AI BESOIN DE POUVOIR ME LAVER ET  
ME SENTIR PROPRE



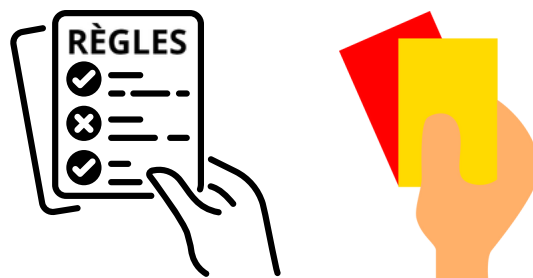
J'AI BESOIN DE BOUGER,  
ME DÉFOULER



J'AI BESOIN DE POUVOIR AVOIR CONFIANCE EN LES AUTRES  
JEUNES ET LES ADULTES (JE SERAIS PRIS·E AU SÉRIEUX ET ON  
M'ACCORDERA DU TEMPS QUAND J'EN AI BESOIN)



JE SAIS QU'IL Y A DES RÈGLES JUSTES ET ÉQUITABLES,  
RESPECTÉES PAR TOUT LE MONDE ET QUE DES SANCTIONS  
SONT PRÉVUES EN CAS D'INFRACTION



JE SAIS QUE JE PEUX EXPLORER, ESSAYER DES CHOSES EN  
SUIVANT LES RÈGLES OU EN DEMANDANT À UN ADULTE



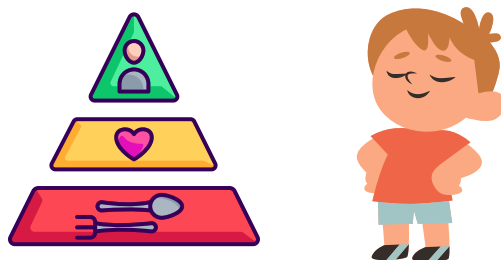
JE PEUX LIBREMENT AFFIRMER QUI JE SUIS



JE PEUX FAIRE PART DE CE QUE J'AIME OU CE QUE JE N'AIME PAS



JE PEUX LIBREMENT EXPRIMER MES BESOINS AUX AUTRES, SANS EN AVOIR HONTE



JE SUIS FACILEMENT INTÉGRÉ·E AU SEIN D'UN GROUPE OU D'UN SOUS-GROUPE, SANS AVOIR À CACHER QUI JE SUIS OU À CHANGER

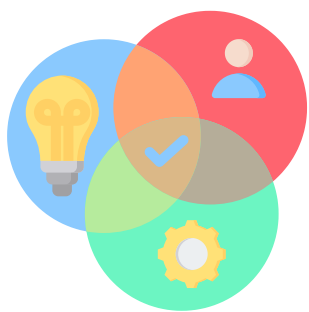


POUR FAIRE COMME LES AUTRES





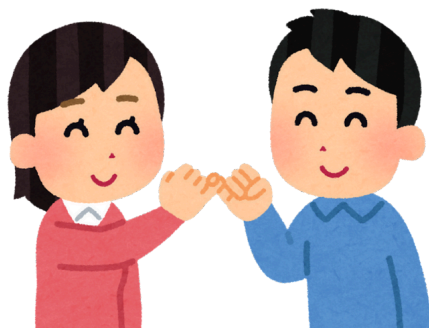
J'AI BESOIN DE SAVOIR QUE J'AI PLEIN DE QUALITÉS



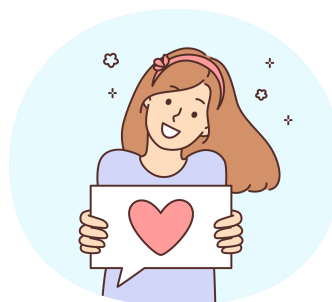
J'AI BESOIN D'ÊTRE ENCOURAGÉ·E



J'AI BESOIN DE SAVOIR QU'ON ME FAIT CONFIANCE



J'AI BESOIN DE SAVOIR QU'ON CROIT EN MOI



J'AI BESOIN D'APPRENDRE DES CHOSES



**SUPER  
AUTONOME**

J'AI BESOIN DE FAIRE DES CHOSES  
EN AUTONOMIE ET JE SAIS QUE  
JE PEUX AVOIR DE L'AIDE SI BESOIN

**SUPER  
AUTONOME**



J'AI BESOIN DE POUVOIR PRENDRE DES DÉCISIONS ET  
PARTICIPER AUX DÉCISIONS COLLECTIVES



J'AI BESOIN DE CULTIVER MA CRÉATIVITÉ



# FICHE D'ACTIVITÉ : CONSTITUER DES GROUPES INCLUSIFS – CHEZ LES LU/LOU



## Objectif :

- Définir les besoins d'un groupe
- Mieux faire comprendre l'enjeu de faire de petits groupes inclusifs au sein d'une structure plus grande, pour une activité, un jeu ou des équipes de vie
- Inviter les jeunes de faire preuve d'empathie dans un groupe qui n'a pas de signe évident de personne à besoin spécifique

**Durée :** 45 minutes



## Matériel :



- Imprimer et découper (plastifier si possible) les visuels fournis
- Une table pour tout poser ou un mur/paperboard pour accrocher et/ou écrire

**Effectif de l'équipe :** 2 personnes : 1 qui anime et 1 qui régule/prend des notes



**Effectif des jeunes :** Entre 6 et 12



## Déroulé :

En 5 étapes :

1. Observer les formes
2. Les besoins d'un groupe
3. Résumer ensemble
4. En petit groupe
5. Conclusion

## 1 – OBSERVER LES FORMES



Disposer les “personnages forme” sur une table et distribuer les étiquettes qui les décrivent à plusieurs jeunes qui vont lire à haute voix leur description . On se rend compte qu’il y a des personnages identiques et d’autres qui sont différents. Ils sont plus ou moins nombreux.

## 2 – LES BESOINS D'UN GROUPE



- On pose la question : “De quoi ces personnages ont-ils besoin quand ils se retrouvent en grand groupe (pour un jeu collectif, dans le cadre de la vie quotidienne) ? De quoi a besoin un groupe pour exister et que tout se passe bien ?
- Quelques idées pour alimenter le débat si besoin :
  1. d’**objectifs communs** => la raison de la formation du groupe
  2. d’un **lieu** pour se retrouver => physique ou virtuel
  3. d’une **temporalité** => fréquence, durée de vie du groupe
  4. d’avoir un **mode de fonctionnement** => des rôles définis (explicitement ou non), une langue commune, un vocabulaire que tout le monde comprend, gérer la distribution de la parole
  5. de **règles** => connues de tous-tes, équitables pour éviter les injustices
  6. de **moyens** => du matériel commun (pour l’activité, pour prendre des notes, pour communiquer), financiers, humains

## 3 – RÉSUMER ENSEMBLE



On sait maintenant ce dont a besoin un groupe pour exister et fonctionner.

On récapitule ensemble, on complète, on donne des exemples.

## 4 – EN PETITS GROUPES



### POURQUOI FAIRE DE PETITS GROUPES ?

Parfois, quand un groupe est trop grand, on a besoin de le diviser en plusieurs groupes plus petits.

Lister des raisons pour lesquelles on peut on peut vouloir faire des groupes plus petits.

- Car l'activité ne peut accueillir qu'un nombre limité de participant·es (matériel limité, place limitée)
- Car l'activité nécessite d'être en petit comité pour que tout le monde soit actif·ve, participe, s'exprime
- Car il y a une activité spécifique dédiée à chaque groupe (un service commun à faire, le permis couteau pour celles et ceux qui ne l'ont pas encore)
- Pour faire des groupes de niveaux, d'âges
- Pour que les participant·es se sentent plus en confiance et apprennent à mieux se connaître
- Pour individualiser l'activité (expliquer et aider de manière personnalisée chaque participant·e)
- Pour limiter les effets d'inertie, le bruit
- ...

### COMMENT CONSTITUER CES GROUPES ?

Lister et illustrer plusieurs façon de faire des petits groupes et illustrer avec les "personnages formes" :

- Décidé par les organisateur·ices (souvent avec un objectif comme séparer les fratries, répartir les âges et les genres...)
- Au hasard (on tire un papier avec numéro ou couleur, application Chwazi, jour de naissance pair/impair)
- On compte en désignant la personne pour lui attribuer une équipe (1,2,3,1,2, 3...) (cette méthode vise à séparer les personnes proches)
- On sépare une foule en plusieurs groupes arbitraires
- On désigne des capitaines d'équipe qui choisissent leur équipier·ères
- Filles d'un côté, garçons de l'autre
- **On laisse les personnes constituer les groupes**

Chaque méthode à ses avantages et ses inconvénients (temps, affinités, déséquilibre).

Demander d'identifier les points forts et faibles de certaines méthodes.

## MISE EN SITUATION

Demander aux jeunes de constituer de se diviser en plusieurs groupes en incluant une partie des "personnages forme" (jeunes + au moins 1 personnage de chaque type) en tenant compte de leurs spécificités.

Ce sont les jeunes qui définissent la taille et la constitution des groupes et expliquent leurs choix.

Plusieurs cas pratiques :

- Un atelier culinaire
- Un poule-renard-vipère
- Un atelier nœuds
- Un jeu de piste avec énigmes et une petite randonnée de 3km



## 5- CONCLUSION :

Que ce soit en grand groupe ou en tout petit, il faut veiller à ce que chacun·e trouve sa place, soit inclu·e et se sente bien.

Certaines activités ou les temps libres peuvent permettre d'être avec des personnes qui nous sont plus proches mais on ne peut pas toujours favoriser les amitiés qui sont déjà en place et c'est une bonne chose de s'ouvrir aux autres et apprendre à mieux connaître de nouvelles personnes.

C'est en connaissant mieux les autres que l'on peut prendre en compte leurs différences.





SPORT  
★★★★★  
RÉFLEXION  
★★☆☆☆

POINT FORT  
À l'aise avec tout le monde  
FRAGILITÉ  
Peur du noir

AMI·E   
AIME BIEN 



SPORT  
★★☆☆☆  
RÉFLEXION  
★★★★☆

POINT FORT  
Toujours des bonnes idées  
FRAGILITÉ  
N'aime pas perdre

AMI·E 



SPORT  
★★★☆☆  
RÉFLEXION  
★★★☆☆

POINT FORT  
Lire et faire la cuisine  
FRAGILITÉ  
Peur d'avoir l'air ridicule

AIME BIEN   
ACCUEILLIR LES  
NOUVEAUX·ELLES



SPORT  
★★★★☆  
RÉFLEXION  
★★★★★

POINT FORT  
Débrouillard·e  
FRAGILITÉ  
Impatient·e

N'AIME QUE  
LES AUTRES 



SPORT  
★★★★☆  
RÉFLEXION  
★★★★☆

POINT FORT  
Connait plein de choses  
FRAGILITÉ  
Timide

EST NOUVEAU·ELLE  
NE CONNAIT PERSONNE



SPORT  
★★★☆☆  
RÉFLEXION  
★★★☆☆

POINT FORT  
Très gentil·le et serviable  
FRAGILITÉ  
Se laisse trop faire

AIME BIEN  
TOUT LE MONDE  