

Derrière les mots :

A partir d'une situation, repérer les besoins sous-jacents plutôt que les mots exprimés

Durée : 10 à 15 minutes

Taille du groupe : Maxi 20 personnes

Matériel : Extrait choisi du film « Oui, mais... »

Apport théorique Pyramide des besoins de A. Maslow



Objectif(s) :

- Repérer les émotions ressenties par les protagonistes de l'histoire racontée et les besoins fondamentaux qui se cachent derrière les mots employés
- Proposer une reformulation explicite et bienveillante

Ressource choisie :

« Oui, mais... » est un film français écrit et réalisé par Y. Lavandier en 2001 dans lequel Eglantine (17 ans) fait la connaissance d'un psychothérapeute hors du commun, décide de suivre avec lui une thérapie et va voir son existence transformée.

L'extrait parle de « jeux inconscients » dans nos relations humaines qui cachent bien des choses... : <http://www.youtube.com/watch?v=-wantF8-tUko> (durée : 1min42)

Consignes de l'activité :

- Regarder l'extrait proposé et demander aux élèves de décrire ce qu'il s'est passé
- Exprimer les sentiments et ressentis exprimés par les protagonistes de ces histoires
- S'agit-il de situations d'écoute ?
- A vous « d'écouter » les besoins fondamentaux exprimés derrière les mots dans cet extrait
- Proposer alors une reformulation bienveillante lorsque l'on pratique une écoute active

Annexe :



Source Visuel : Site internet « Estime de soi et compétences psychosociales. <https://mlanie-albaret.canoprof.fr/>