

L'ARBRE DES BESOINS

Présenté par CREASOL

1. Source

Petit cahier d'exercices. Les clés de la communication non-violente. Anne Van Stappen. Jouvence. Collection Cahiers d'exercices, n°10.

2. Description

L'arbre symbolise les besoins vitaux et invite à s'exprimer sur ces derniers.

3. Objectifs

Selon les termes du référentiel :

UF1 - Bilan personnel et professionnel

- Pouvoir utiliser les concepts de valeurs, compétences, ressources, freins et moteurs
- Etre capable d'exprimer ses valeurs, ses centres d'intérêt, ses leviers et ses freins
- Nommer et mettre en lien les éléments de son parcours
- Etre capable de prendre conscience de ce qui fait avancer, identifier ce qui peut initier le changement
- Tirer parti des caractéristiques de l'environnement afin de mettre en œuvre des actions positives pour soi en tenant compte de ses ressources et freins.
- Etre capable de se reconnaître des compétences, des ressources, du potentiel (se valoriser)

Selon le centre :

L'outil mène les stagiaires à réfléchir sur leurs besoins, ce qui leur fait du bien et les pousse à réfléchir à des pistes d'action.

4. Public

Adultes / niveau écrit : autonome.

5. Matériel

Copie de l'arbre / dessin de l'arbre.

6. Analyse de l'outil



Les participants sont-ils acteurs du processus ?

✓ Oui.

En quoi l'outil est-il mobilisateur ?

✓ Réflexion, introspection, estime de soi.



En quoi l'outil permet-il de porter un regard positif sur le parcours professionnel, formatif, personnel ?

✓ L'outil permet la remise en question ; il permet de faire le point à différents moments du parcours.

Cet outil permet-il de valoriser le participant à partir de là où il se trouve dans son parcours ?

✓ Oui.



Cet outil permet-il au participant de porter un regard analytique sur son parcours ?

✓ Oui.



Cet outil favorise-t-il le respect ? Est-il rassurant, sécurisant ?

✓ Ce n'est pas le but premier de l'outil.



Cet outil ouvre-t-il le champ des possibles, des perspectives positives pour le futur ?

✓ L'outil permet la remise en question.

✓ Il ouvre les pistes d'action.



Cet outil est-il conçu pour un public spécifique ?

✓ Non.



Cet outil s'appuie-t-il sur le groupe en tant que collectif et facilitateur ?

✓ Non.