



# Guide pour les enseignants

## Module 2

En ce qui concerne mes propres besoins  
fondamentaux... Une auto-réflexion pour les  
enseignants

### **Auteur**

Susanne Linde

### **Mise en page**

Pantelis Balaouras, GUnet, Klaus Linde-Leimer, Blickpunkt Identität

### **Traduction**

Eliane Sagodira/ Catherine Fleury- Payeur/ Natacha Cazet



## Déclaration sur les droits d'auteur :



Cette œuvre est soumise à une licence

*Licence internationale Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0.*

Vous êtes libre de le faire :

**partager** - copier et distribuer le matériel exclusivement sur le même support ou dans le même format que sur le site web et la plateforme du projet (word, excel, PDF, PPT).

**adapter** - remixer, transformer et s'appuyer sur le matériel.

dans les conditions suivantes :

**Attribution** – 1. Vous devez citer la source de manière appropriée :European Heart Project, [www.european-heart.eu](http://www.european-heart.eu) ET le(s) nom(s) de l'auteur (des auteurs) du matériel concerné, le cas échéant.

2. Vous devez fournir ce lien vers la licence <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

3. Vous devez indiquer quand des modifications ont été apportées. Vous pouvez le faire de toute manière raisonnable, mais pas d'une manière qui donne l'impression que le concédant vous approuve ou approuve votre utilisation.

**Non-commercial** - Vous ne pouvez pas utiliser le matériel à des fins commerciales.

**ShareAlike** - Si vous remixez, transformez ou développez le matériel, vous devez distribuer vos contributions sous la même licence que l'original.



## Contenu

1	À propos du projet européen du Cœur.....	1
2	A propos du module - Guide pour les enseignants.....	2
3	Profession et besoins des enseignants .....	3
4	Besoins fondamentaux dans le contexte du travail .....	5
5	Auto-empathie.....	6
6	Des stratégies positives pour répondre à vos propres besoins .....	8
7	Comment formuler les besoins et les souhaits .....	11
8	Les besoins fondamentaux des élèves.....	13
9	Les besoins fondamentaux des collègues .....	15
	Problèmes avec les collègues .....	15
10	Mêmes besoins fondamentaux, priorités différentes.....	17
	Le questionnaire sur les besoins .....	17
11	Autres ressources.....	18
12	Liste des documents.....	18
13	Sources et références.....	19

# 1 À propos du projet européen du Cœur

Le but du projet européen du Cœur (**European Heart**) est de créer de nouvelles activités pédagogiques qui permettraient aux élèves de mieux appréhender les enjeux de la démocratie. Si, en tant que communauté, nous partons du principe que toutes les personnes ont les mêmes besoins fondamentaux, nous disposons d'une base solide fondée sur l'empathie et la compréhension. Sur la base de cette approche, du matériel pédagogique a été élaboré afin de fournir des compétences et des outils pour encourager les jeunes à participer en tant que citoyens européens responsables.

Les concepts théoriques sont tirés de la théorie du choix de William Glasser et de la communication non-violente de Marshall Rosenberg.

## Ressources pour les élèves

Les ressources du Cœur Européen (**European Heart**) sont conçues pour être utilisées en classe avec des jeunes de 13 à 16 ans et peuvent être utilisées dans les cours de langue ainsi que dans les matières d'histoire, d'éducation politique, d'éthique, de philosophie, d'études sociales, d'arts, etc.

Ils correspondent à des sujets tels que : la démocratie, l'inclusion, la diversité, la coopération, la formation aux compétences sociales, la communication, les droits de l'homme, les valeurs européennes, l'éducation aux médias, etc.



- Livret 1 : livret sur les besoins humains fondamentaux
- Livret 2 : Livret sur les stratégies pour satisfaire ses besoins
- 5 livrets "Apprendre de l'histoire"



- courts métrages - conçus comme des jalons sur la voie de la démocratie
- 5 livrets "Apprendre de l'histoire"
- Vidéos d'accompagnement du livret "Apprendre de l'histoire" concernant les besoins humains fondamentaux, élaboré par les élèves.



- **ACT – jeu d'équipe sur la citoyenneté en action**
- **De manière ludique, les élèves abordent des questions sociopolitiques brûlantes et forment les compétences dont ils ont besoin pour AGIR en tant que citoyens responsables.**

## 2 A propos du module - Guide pour les enseignants



- **Guide du module pour la mise en œuvre du matériel en cours**
- **Plate-forme d'apprentissage en ligne contenant 5 modules permettant aux enseignants de travailler avec des guides pédagogiques dans toutes les matières en classe.**

L'objectif de ce guide n'est pas seulement de fournir des informations de base et de faciliter l'utilisation des ressources en classe, mais aussi de montrer comment les enseignants peuvent en bénéficier personnellement et améliorer la culture scolaire.

Le guide pour les enseignants se compose de 5 modules :

**Module 1 :** *Informations de base sur les concepts fondamentaux - 5 besoins fondamentaux et stratégies pour les satisfaire.*

**Module 2 :** *En ce qui concerne mes propres besoins fondamentaux ... - Une auto-réflexion pour les enseignants.*

**Module 3 :** *Application des outils pédagogiques conçus dans le cadre du projet européen du cœur.*

**Module 4 :** *Les valeurs démocratiques dans la culture scolaire.*

**Module 5 :** *Exemples pratiques - comment utiliser ces outils pédagogiques conçus dans le cadre du projet européen du cœur dans les différentes écoles.*

### Comment utiliser ce guide

Même si chaque module représente une unité sur un sujet défini, nous vous recommandons de considérer les modules individuels comme des éléments complémentaires.

Commencez par le **module 1** et familiarisez-vous avec le concept de base.

Dans le **module 2**, réfléchissez à vos propres besoins fondamentaux et à vos motivations en tant qu'enseignant, collègue et personne. L'enseignement des concepts n'étant pas

seulement une question de connaissances mais aussi d'attitude, vous devez également être bien préparé à ce niveau lorsque vous travaillez avec les élèves.

**Le module 3** est entièrement consacré à la mise en œuvre pratique en classe. Vous y trouverez des instructions claires, des astuces, des informations sur les défis possibles, ainsi que d'autres conseils.

**Le module 4** est consacré à l'impact de l'utilisation des supports sur la culture scolaire : Comment les supports peuvent-ils être utilisés pour contribuer positivement au renforcement des valeurs démocratiques, aux interactions respectueuses et à plus de participation citoyenne ?

Comment d'autres enseignants ont-ils utilisé nos ressources ? Trouvez des idées pour vos propres leçons dans le **module 5**.

## 3 Profession et besoins des enseignants

---

En tant qu'enseignant, vous avez choisi une profession dans laquelle vous êtes d'une part un médiateur de connaissances et de compétences, et d'autre part un guide pour vos élèves dans leur développement.

*Mais qu'en est-il de vous en tant que personne ?*

En tant que personne, avez-vous tendance à rester en retrait parce que vous pensez que votre propre opinion n'a pas sa place dans la classe ? - Ou, au contraire, trouvez-vous particulièrement important de servir de modèle à vos élèves ?

Pouvez-vous vous identifier pleinement au rôle qui vous est attribué en tant qu'enseignant par vos élèves et vos collègues ? - Ou bien avez-vous parfois le sentiment de ne pas être suffisamment perçu comme une personne ou un être humain dans votre profession ? Vous êtes alors dans la même situation que nombre de vos collègues.

*Ce module est entièrement consacré à vous et à vos besoins !*

Vous pouvez utiliser les suggestions et les instructions de ce module pour vous-même,

- Ce module est entièrement consacré à vous et à vos besoins !
- Vous pouvez utiliser les suggestions et les instructions de ce module pour vous-même,

- Pour réfléchir à vos besoins personnels dans le contexte professionnel, seul ou avec des collègues.
- Pour développer une approche empathique et appréciative de vos propres sentiments, y compris les plus désagréables.
- Pour développer des stratégies positives afin de mieux répondre à vos besoins personnels.
- Pour aider à exprimer vos propres besoins et souhaits dans des termes que les autres peuvent comprendre et qu'ils sont plus susceptibles de satisfaire.
- Comprendre et répondre aux motivations des élèves et des collègues pour certains comportements.

Utilisez également le questionnaire « Détermination de vos besoins » pour déterminer quel besoin est le plus important pour vous, c'est-à-dire où vous investissez le plus d'efforts pour le satisfaire.

## 4 Besoins fondamentaux dans le contexte du travail

---

De nos jours, les enseignants sont exposés à de nombreuses tensions : les exigences légales et les attentes (des parents et des élèves) d'une part, puis de l'autre, les conditions générales de l'école. Ce n'est certainement pas un hasard si le taux de « burn-out » chez les enseignants est particulièrement élevé. Dans les pays germanophones, il est d'environ 30 %. Ces chiffres sont un indicateur certain que le lieu de travail scolaire ne favorise pas nécessairement la satisfaction des besoins et l'épanouissement personnel.

De même qu'il n'existe pas d'élève type, il n'existe pas d'enseignant type. Si vous avez étudié la théorie du « faux self » dans le module 1, vous comprenez le danger que peut représenter le fait d'ignorer ses propres besoins : non seulement on réprime sa propre spontanéité, mais on met également en danger sa santé mentale et physique. En outre, on commence également à rejeter les autres lorsqu'ils expriment leurs sentiments et leurs besoins. Cela se manifeste par des sarcasmes, une dévalorisation de l'autre et une agressivité réprimée. Ainsi, pour rendre le milieu scolaire plus humain, nous devons respecter nos propres besoins fondamentaux et ceux des autres.



Figure 1 : Conférence des enseignants, Photo mise à disposition par Microsoft creative commons

## 5 Auto-empathie

---

Vous reconnaissez qu'un besoin n'est pas satisfait ou est menacé par la façon dont vous vous sentez. Vous ne vous sentez pas à votre place, sous pression, insatisfait ; quelque chose ne va pas. Prenez ces sentiments au sérieux et ne les ignorez pas. Prenez le temps d'en examiner la cause de plus près.

Dans ce tableau, vous trouverez quelques exemples de sentiments et leur lien avec les cinq besoins fondamentaux. À proprement parler, certains des sentiments énumérés ne sont pas de véritables sentiments, selon Marshall Rosenberg, car ils sont liés à d'autres personnes. Cependant, dans le but d'identifier les besoins non satisfaits qui les sous-tendent, nous les trouvons très utiles.

### Amour et Appartenance

Vous sentez-vous:  
exclu?  
abandonné?  
trahi?  
incompris?

### Sécurité et la survie

Vous sentez-vous:  
menacé, acculé?  
sans défense, à la merci des autres?  
épuisé(e)  
dépassé(e)  
Vous ne pouvez plus vous déconnecter ?

### Pouvoir

Vous sentez vous:  
• ignoré(e), invisible  
• sous estimé(e) dans vos capacités  
• sans valeur  
• trop peu apprécié(e)

## Liberté

- manipulé(e)
- controlé(e) par les autres
- restreint(e) dans vos actions?
- ressentez vous le besoin de plus d'autonomie?

## Plaisir

- apathique
- ressentez vous de l'ennui?
- frustré(e)
- sous évalué(e)
- n'avez vous plus matière à rire dans votre emploi?

Prenez vos besoins au sérieux, même si une voix intérieure vous dit : "C'est ridicule !" Ou "Ne faites pas tant d'histoires ! ". Commencez dès maintenant à vous prêter plus d'importance.

Si vous êtes trop sous le coup de l'émotion pour faire cette analyse, prenez un peu de distance par rapport au problème. Il existe plusieurs façons de prendre de la distance. Une méthode très efficace consiste à prendre quelques respirations profondes et à évoquer un bon souvenir. Une autre méthode merveilleuse pour prendre du recul sur des sentiments forts que nous pouvons fortement recommander est l'EFT - Emotional Freedom Techniques (Technique de libération émotionnelle) Dans le chapitre 11, vous trouverez quelques liens utiles.

L'étape suivante consiste à réfléchir à la manière dont vous pouvez améliorer la situation afin que vos besoins soient mieux satisfaits.

## 6 Des stratégies positives pour répondre à vos propres besoins

---

Avec l'outil de vérification des besoins, vous examinez de plus près la situation et le besoin non satisfait qui se cache derrière : dans quels domaines de votre travail ce besoin est-il satisfait ? Quelles stratégies choisissez-vous pour améliorer la situation dans laquelle votre besoin est menacé ? Laquelle de ces stratégies est la meilleure ?

### Vérification des besoins

---

Tout d'abord, considérez lequel des cinq besoins fondamentaux (sécurité et survie, pouvoir, amour et appartenance, liberté ou plaisir) est insatisfait ou menacé au point d'affecter votre état d'esprit. Faites preuve d'empathie envers vous-même et essayez d'être aussi compréhensif que possible vis-à-vis de votre situation, comme décrit dans le chapitre précédent. Cet outil de vérification des besoins se compose de quatre étapes :

- 1. Description de la situation dans laquelle** le besoin est menacé et ce que cela déclenche en vous.
- 2. Appréciation** des domaines dans lesquels votre besoin menacé est satisfait.
- 3. Description et analyse des stratégies que** vous voulez utiliser pour que votre besoin soit satisfait.
- 4. Explorer d'autres opportunités**

<b>1. Situation</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• dans cette(ces) situation(s) mon besoin (de sécurité, d'appartenance, liberté, pouvoir ou de joie) n'existe pas dans mes conditions de travail:</li></ul>
<b>2. Appréciation</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• A travers ces aspects de ma profession comme enseignant, mon besoin de... (inserez ici le nom du besoin que vous avez repéré) est accompli:</li></ul>
<b>3. Stratégies</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• alors j'essaie de trouver l'accomplissement de mon besoin sans cette situation (la situation décrite dans le point 1):</li><li>• Evaluation: utile? contre productive?</li></ul>
<b>4. Opportunités</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• J'ai toujours aussi ces opportunités et ces ressources :</li></ul>

## Exemple d'application : Besoin de **sécurité**

### Situation

Dans cette situation, mon besoin de sécurité dans mon emploi n'est pas satisfait :

*J'ai peur de parler à ces parents.*

### Appréciation

Mon besoin de sécurité est satisfait par les aspects suivants de mon travail d'enseignant :

*J'ai un salaire sûr, l'organisation de l'école fonctionne bien et me soutient dans mon travail, la direction donne des instructions claires et me soutient.*

### Stratégies

C'est ainsi que j'essaie de satisfaire mon besoin de sécurité :

*Je me prépare et j'échafaude des arguments. Au pire, je fais appel à la direction.*

Positif : Je suis bien préparée et la direction me soutiendra.

Négatif : les parents sont aussi bons pour se disputer et on n'arrive à rien. Si je fais appel à la direction uniquement lorsque nous nous disputons, cela m'enlève mon autorité.

### Opportunités

D'autres occasions de satisfaire mon besoin :

Vous pouvez également utiliser cet outil de vérification des besoins pour avoir une vue d'ensemble des besoins qui sont assez bien satisfaits dans les différents domaines de votre vie professionnelle et de ceux dans lesquels vous êtes moins à l'aise. Choisissez un besoin fondamental et posez-vous les questions indiquées dans les quatre étapes. Réfléchissez aux stratégies que vous utilisez pour satisfaire le besoin choisi et découvrez d'autres possibilités. Passez en revue les besoins les uns après les autres en utilisant ce schéma. Bien entendu, vous pouvez appliquer l'outil de vérification des besoins à d'autres domaines de votre vie.

## 7 Comment formuler les besoins et les souhaits

Très bien ! Vous avez pris votre besoin au sérieux et vous avez élaboré une stratégie positive pour améliorer votre situation. Il ne manque plus que la dernière étape, à savoir entrer en contact avec les autres personnes concernées et leur communiquer vos souhaits et besoins. Pour ce faire, nous souhaitons vous présenter une méthode basée sur la communication non violente de Marshall Rosenberg : Le contact en quatre étapes :

### Le contact en quatre étapes

#### Décrire la situation de départ

*Veillez à décrire et non à juger, décrivez de manière neutre et sans blâmer.*

#### Décrire les conséquences

- *Quels inconvénients cette situation présente-t-elle pour vous ?*
- *Lesquels de vos besoins sont mis en danger par cette situation ? D'autres personnes sont-elles également concernées ?*

#### Proposer une solution

*Formulez la solution que vous souhaitez proposer. Décrivez comment elle permettra de mieux répondre à vos besoins fondamentaux. Si la proposition comporte aussi des inconvénients pour la personne visée, montrez quels avantages pourraient les compenser. Que gagnera-t-il à la place ? Peut-être s'agit-il d'une autre façon de répondre à un de ses besoins ?*

#### Demande d'approbation

Vous le savez certainement par expérience : quelqu'un vous aborde avec une préoccupation légitime, mais la formule d'une manière si émotionnelle et si critique que vous ne pouvez rien faire d'autre que de vous défendre. Et la conversation se transforme en une dispute qui détruit plus qu'elle ne profite.

Pour éviter ce risque, un certain travail de préparation est nécessaire de la part de la personne qui soulève le problème ; en contrepartie, le succès est beaucoup plus susceptible d'être

garanti. La chose la plus importante lors de la préparation d'une conversation est que vous ayez vous-même une idée claire de vos sentiments, de vos besoins et de votre rôle dans la situation. Si votre interlocuteur n'est pas familier avec le concept des cinq besoins fondamentaux, il est préférable de "traduire" le besoin pour l'aider à comprendre. Par exemple, au lieu de dire : "Mon besoin de sécurité a été mis en danger", vous pouvez dire : "Pour que je puisse apporter une bonne contribution, j'ai besoin de me sentir en sécurité."

Veillez également à aborder votre interlocuteur à un moment où vous n'êtes pas dérangés et où il est réceptif.

*Hier, à la réunion,  
quand tu m'as dit,  
devant les autres...*

*Je me  
sentais...*

*Parce que mon besoin  
de...*

*Avant la prochaine  
réunion, nous  
pourrions ensemble*

*Est-ce que ça marche  
pour vous ?*

## 8 Les besoins fondamentaux des élèves

---

Vous vous souvenez certainement de vos journées d'école. Quels besoins vous ont marqué à l'époque ? Prenez un moment pour vous replonger dans le passé et répondez aux questions suivantes.

■ *Dans quelle mesure votre besoin de **sécurité** a-t-il été satisfait, qu'est-ce qui l'a menacé ? Comment avez-vous satisfait votre besoin de sécurité ?*

■ *Dans quelle mesure votre besoin de **liberté** a-t-il été satisfait, qu'est-ce qui l'a menacé ? Comment avez-vous satisfait votre besoin de liberté ?*

■ *Dans quelle mesure votre besoin d'**appartenance** a-t-il été satisfait, qu'est-ce qui l'a menacé ? Comment avez-vous satisfait votre besoin d'appartenance ?*

■ *Dans quelle mesure votre besoin de **pouvoir** a-t-il été satisfait, qu'est-ce qui l'a menacé ? Comment avez-vous satisfait votre besoin de pouvoir ?*

■ *Dans quelle mesure votre besoin de **Plaisir** a-t-il été satisfait, qu'est-ce qui l'a menacé ? Comment avez-vous satisfait votre besoin de plaisir ?*

Vous pouvez probablement deviner pourquoi vous devez vous poser ces questions, il s'agit d'être empathique avec vous-même et avec les autres. Peut-être venez-vous d'avoir un ou deux moments de lucidité, car vous utilisez encore certaines des stratégies que vous avez développées à l'école ?

## Prendre en compte les besoins des élèves

---

Pensez à une situation récente où un élève vous a contrarié par son comportement.

**Tout d'abord, faites preuve d'auto-empathie, comme décrit au chapitre 4.**

Lequel de vos besoins fondamentaux était menacé dans cette situation ?

Pourquoi ?

**Maintenant, faites preuve d'empathie envers l'élève.**

Lequel de ses besoins fondamentaux était menacé dans cette situation ?

Par quoi ?

Lorsque vous aurez découvert lequel des besoins fondamentaux de l'élève était menacé, vous penserez probablement : "Je comprends le besoin, mais la stratégie était mauvaise.

**Quelles meilleures stratégies l'élève pourrait-il utiliser pour répondre à ce besoin ?**

Réfléchissez à la manière dont vous pouvez aider l'élève à choisir une meilleure stratégie pour répondre à son besoin.

Une méthode éprouvée pour aider les élèves à trouver des formes de comportement plus adaptées est le **discours sur le changement**. Dans le chapitre 11. Matériel supplémentaire, vous trouverez un lien vers plus d'informations.

## 9 Les besoins fondamentaux des collègues

---

Ce qui est vrai pour tout lieu de travail, l'est encore plus pour le lieu de travail scolaire : il est extrêmement important de concevoir les conditions de vie et de travail de manière à ce qu'elles soient propices et durablement favorables à toutes les personnes concernées. Ce défi peut être relevé plus facilement au sein d'une équipe solide. L'expérience montre que les combattants solitaires sont plus enclins à l'auto-exploitation ou à la distanciation que les personnes qui peuvent tirer soutien et motivation d'une équipe qui fonctionne. En travaillant sur les cinq besoins fondamentaux, la cohésion sociale et la motivation des équipes peuvent être immensément renforcées. Voici quelques idées sur la manière d'y parvenir :

- *Travaillez sur ce module avec un collègue en qui vous avez confiance.*
- *Parlez à vos collègues de l'utilisation des ressources du Cœur Européen dans leurs classes et partagez avec eux comment cela se passe.*
- *Commencez une réunion par une table ronde.*
- *Parlez de vos besoins dans l'équipe, les autres prendront exemple sur vous et se joindront à vous.*
- *Répondez au questionnaire sur le type de besoins et partagez-le avec vos collègues.*
- *Abordez le sujet des besoins fondamentaux lors de la supervision.*
- *Formez des équipes de travail et incluez le concept de besoins fondamentaux dans vos examens de cas.*

### Problèmes avec les collègues

---

Les situations sont souvent si complexes qu'il convient d'abord de clarifier les zones d'influence :

**Demandez-vous :**

*Quel est mon rôle dans cette situation ? - Quelle est ma responsabilité ?*

*Réfléchissez à ce que vous avez dit et fait ainsi qu'à vos besoins fondamentaux derrière cela.*

*Quels éléments de la situation relèvent de la responsabilité du collègue ?*

*Quelle a été la contribution de votre collègue à la situation ? Lesquels de ses besoins fondamentaux pourraient être affectés ?*

*En quoi la situation est-elle due aux conditions de travail ?*

*Y a-t-il également des éléments de la situation dont ni vous ni le collègue n'êtes responsables et que vous ne pouvez pas changer ?*

Une fois que vous aurez une idée claire de votre rôle dans la situation, il vous sera plus facile de trouver la compréhension pour vous-même et pour votre collègue. Bien entendu, vous pouvez également utiliser le Needs-Check qui a déjà été présenté dans ce module. Si vous souhaitez discuter de la situation avec la personne concernée, vous pouvez utiliser le contact en quatre étapes comme guide.

Si vous avez constaté, lors de la réflexion précédente, que les conditions cadres ont une forte influence sur la situation, vous pouvez envisager avec le collègue :

*Comment pouvons-nous mieux faire face à ces conditions-cadres sans nous démolir les uns les autres ?*

Une autre raison des conflits avec les collègues peut être la hiérarchisation différente des cinq besoins fondamentaux. Vous en apprendrez davantage à ce sujet dans le prochain chapitre.

## 10 Mêmes besoins fondamentaux, priorités différentes

---

Depuis le module 1, où le concept des cinq besoins fondamentaux et les stratégies pour les satisfaire ont été présentés, vous savez que toute personne a un besoin fondamental de sécurité, d'amour et d'appartenance, de pouvoir, de liberté et de plaisir, et peut donc comprendre ces besoins chez les autres. Cependant, l'évaluation des cinq besoins fondamentaux est différente selon les individus : pour l'un, par exemple, le besoin de liberté est plus important que le besoin d'appartenance, pour un autre, le besoin de sécurité est plus important que le besoin de plaisir.

La connaissance de la hiérarchisation différente des besoins fondamentaux nous amène à un point essentiel du travail avec d'autres personnes - et donc à un potentiel de conflit : Le besoin dont la satisfaction est la plus importante pour vous peut se trouver au bas de la liste de votre collègue.

Ici, l'empathie et la tolérance sont une fois de plus nécessaires pour pouvoir gérer ces différences. Mais en sachant cela, vous serez déjà en mesure de mieux gérer la situation, sachant que cela n'a rien à voir avec vous personnellement, mais seulement avec les différentes priorités.

### Le questionnaire sur les besoins

---

Quel besoin est plus important pour vous que les autres ? Lequel subordonneriez-vous si deux besoins ne peuvent être satisfaits en même temps ?

Remplissez le questionnaire sur le type de besoin. L'évaluation peut vous aider à mieux vous comprendre et à mieux connaître vos stratégies.

Links :

- [Questionnaire PDF](#)
- [Questionnaire Excel](#)

## 11 Autres ressources

---

**Les plus performants dans l'éducation** : Sur le site du projet " Best performers in Education ", vous trouverez une base de données des méthodes, des modules de formation et un guide pour les enseignants.



La base de données des méthodes comprend, entre autres, la description d'une intervention collégiale. Grâce aux questionnaires d'auto-évaluation, les pédagogues peuvent apprendre à utiliser leurs ressentis pour mieux gérer le stress quotidien. <http://www.best-performers.eu/indexcd76.html?id=5&L=1>

**EFT - Techniques de liberté émotionnelle** :

<https://www.youtube.com/watch?v=Ue7ExWOYwWM>

**Motivational Interviewing** : ce lien vous permet de trouver des conseils utiles sur la manière de parler aux élèves pour qu'ils changent de comportement :

<https://www.motivationalinterviewing.org/sites/default/files/Ten%20Strategies%20for%20Evoking%20Change%20Talk%20Sue%20EckMaahs.pdf>

[Projet de résilience](#)

## 12 Liste des documents

---

*Doc 1 : Conférence des enseignants, Photo mise à disposition par Microsoft creative commons..... 5*

*Doc 2 : capture d'écran du questionnaire sur les besoins. ....Error! Bookmark not defined.*

## 13 Sources et références

---

Fox Eades, Jennifer M. (2008) : *Célébrer les forces : construire des écoles basées sur les forces*. Coventry

Glasser, William (1999) ; *Counselling with Choice Theory*.

Hofmann, Franz (2008) : *Persönlichkeitsstärkung und soziales Lernen im Unterricht*. ÖZEPS im Auftrag des BMUKK : <http://www.oezeps.at/a213.html> (Stand November 2016)

Rosenberg, Marshall. (2015) *La communication non violente - un langage de vie*. PuddleDancer Press, Encinitas CA

Rosenberg, Marshall . (2004) *Konflikte lösen durch gewaltfreie Kommunikation*. Un entretien avec Gabriele Seils. Herder, Freiburg

Rosenberg, Marshall (2007) *Erziehung, die das Leben bereichert. Gewaltfreie Kommunikation im Schulalltag*. 3. Auflage. Junfermann, Paderborn

Rosenberg, Marshall (2005) *Kinder einführend unterrichten. Erfolg durch gegenseitiges Verständnis*. Junfermann, Paderborn