

LES BESOINS  
FONDAMENTAUX  
UN RETOUR SUR LE JEU

# DÉVELOPPER SA PRATIQUE ARTISTIQUE



# POURQUOI PARLER DES BESOINS, DU JEU, ETC.

---

- **Genèse du développement de la pratique - un témoignage pour contextualiser**

« L'art est ce qui rend la vie plus intéressante que l'art »  
Robert Filliou

[...] le but de l'artiste n'est plus de créer des objets, mais, lit-on dans *Teaching & Learning*, de « se créer soi-même ». [...] l'art lui-même est avant tout art d'être homme, « art de vivre » dit Filliou, retrouvant l'ancienne formule des moralistes en même temps que l'acception première du mot « art », au sens large de savoir pratique.

- Anne Moeglin-Delcroix (1995, p.257)

# BESOINS HUMAINS FONDAMENTAUX ET SATISFACTIONS – MANFRED MAX-NEEF

---

- Selon Max-Neef, les besoins humains fondamentaux sont universaux et limités. Ce qui varie d'une culture à l'autre, d'une époque à l'autre et selon les individus et les contextes, c'est la manière de les satisfaire (les satisfactions ou *satisfiers* en anglais) et les désirs supplémentaires qui s'y ajoutent
- Outre les besoins de subsistance qui sont primordiaux, il n'y a pas de hiérarchie entre les besoins dans le modèle de Max-Neef, c'est-à-dire qu'ils sont tous d'égale importance.
- Les processus de satisfaction des besoins sont caractérisés par la simultanéité, la complémentarité et par des choix entre les différents besoins.

Explications tirées et adaptées de Wikipedia *Besoins humains fondamentaux* et *Manfred Max-Neef's Fundamental human needs* et du livre *Human Scale Development (1991) Apex press, New York. 1991.*



# BESOINS FONDAMENTAUX

---

Besoin	Exemples
<b>Substance</b>	nourriture, santé, logement
<b>Protection</b>	soin, sécurité sociale
<b>Affection</b>	amitié, famille, relation avec la nature
<b>Compréhension</b>	curiosité, intuition, esprit critique, éducation
<b>Participation</b>	responsabilités, droits, coopérer, s'opposer
<b>Loisir</b>	jeu, repos, paix intérieure, rêver
 <b>Création</b> 	inventer, construire, jouer, composer
<b>Identité</b>	sentiment d'appartenance, estime de soi, cohérence, croissance, valeurs, spiritualité, religion
<b>Liberté</b>	égalité de droits, pouvoir être soi, autonomie, passion, ouverture d'esprit

# TYPES DE SATISFACTIONS

---

- **Destructeurs ou Violateurs** : Sous prétexte de satisfaire un besoin, ils empêchent la satisfaction de ce besoin lui-même à long terme et entravent la satisfaction d'autres besoins fondamentaux.
- **Pseudo-satisfacteurs** : ils prétendent satisfaire un besoin, mais ils ont en fait peu ou pas d'effet sur la satisfaction réelle dudit besoin.
- **Satisfacteurs inhibants** : ils satisfont un besoin donné très au-delà du nécessaire, ce qui inhibe sérieusement la possibilité de satisfaire d'autres besoins.
- **Satisfacteurs singuliers** : ils satisfont un besoin particulier seulement et sont neutres quant à la satisfaction des autres besoins.
- **Satisfacteurs synergiques** : ils satisfont un besoin donné, tout en contribuant à la satisfaction d'autres besoins. Ceux-ci sont anti-autoritaires et représentent un renversement des valeurs prédominantes de la concurrence et de la cupidité. Les satisfacteurs synergiques sont habituellement conçus pour la communauté / par et pour la personne.

Adaptés, sur-mesure, choisis  
Satisfaction réelle, soutien la  
personne et la communauté.

# APPLICATIONS À LA PRATIQUE ARTISTIQUE

---

- À quels besoins peut répondre une pratique artistique ?  
À quelles conditions, dans quels contextes ?
- Comment peut-on utiliser le processus créateur pour améliorer concrètement nos vies, individuellement et collectivement ?

# EXEMPLE AVEC MA PRATIQUE

---

## Exemple 1 - Aquarelle de pluie

- **Affection** : relation avec la nature
- **Compréhension** : forme de méditation, révélation par le jeu, création de structures fondamentales et flexibilisation de la pensée, expérimentation
- **Loisir** : aspect jeu
- **Création** : création artistique : processus et résultat
- **Identité** : L'aspect relationnel de cette pratique (et autre semblables) revêt un caractère spirituel et s'inscrit dans un cadre cohérent. Correspondance température action.

# À VOTRE TOUR !

---

- Choisir une activité artistique que vous pratiquez (dessin, sculpture, peinture ou autre)
- Quels sont les besoins auxquels elle répond ?
- Y aurait-il une façon qu'elle réponde à d'autres besoins fondamentaux ?  
Si oui comment ?

**À noter** : il est possible qu'il y ait des conflits entre certains besoins.  
Ex. besoin de subsistance versus les autres

# LE JEU – CARACTÉRISTIQUES D'APRÈS PETER GRAY

---

1. **Celui qui joue choisit le jeu et le mène à sa guise.** C'est un espace d'autonomie et liberté.
2. Dans le jeu, les **moyens comptent plus que les fins.** Le jeu est centré sur le processus, le parcours, ce qui se déroule dans le moment présent plus que sur le résultat, la récompense, ce que les autres vont en penser, etc. La motivation à jouer est intrinsèque.
3. C'est l'esprit qui dicte les règles du jeu : le jeu est guidé par des règles mentales et celles-ci laissent de la place à la créativité. Les règles sont définies par le joueur ou la joueuse.
4. Le jeu est créatif, voire imaginatif.
5. Le jeu implique **un état d'esprit alerte, actif, mais dépourvu de stress.**



# LA PUISSANCE DE LA PRATIQUE ARTISTIQUE

---

Mes recherches et la pratique que j'ai développée en m'appuyant sur le jeu, les besoins, le soin accompli ceci pour moi (les résultats peuvent varier (!))

- Soutien la découverte, la réflexion
- Ancre dans le temps présent, dans le réel : voir vraiment, voir mieux, mieux ressentir
- Réuni les conditions d'émergence, favorise la progression de manière fluide (sans acharnement, stress\*), la cohérence (actions alignées avec les valeurs), le changement.
- Favorise le ressourcement

\*Le recours au jeu et à l'intuition peut faire progresser sans travail fastidieux.



# LA PUISSANCE DE LA PRATIQUE ARTISTIQUE (SUITE)

---

- Favorise la relation avec l'autre (humain, animal, plante, élément), le sentiment de faire partie du monde, la résonance, la reliance.
- Fait ressentir plus de joie au quotidien, apprécier ce qui est beau, intéressant, inhabituel
- La satisfaction des besoins permet une meilleure empathie, capacité d'écoute, d'accueil, plus grande. Capacité à laisser les autres être comme ils sont et faire ce qu'ils veulent.  
Selon Narvaez : besoins satisfaits = personne épanouie = comportements prosociaux
- Réduction des désirs consuméristes, de l'intérêt pour les signes extérieurs de réussite, etc.