MÉTHODE

Planète CPS // Ce dont on dépend pour vivre

Visée Décider ensemble.

Partager et prendre conscience de ce dont nous dépendons pour vivre est capital pour comprendre les enjeux de la Santé-Environnement (eau, air, biodiversité, relations sociales, habitat, accès aux soins, éducation...). Au delà des ressources matérielles liées à la subsistance, la dimension démocratique est nécessaire pour cibler nos besoins essentiels et développer une vision collective de ce dont nous dépendons pour vivre.

Objectifs

- Partager et prendre conscience de ce dont on dépend pour vivre.
- Prendre conscience de la dimension démocratique nécessaire pour se mettre d'accord sur les priorités de ce que chacun considère comme indispensable pour vivre.
- Passer d'une vision individuelle à une vision négociée collectivement.
- Développer les compétences psychosociales de négociation, coopération et plaidoyer.

Matériel nécessaire

- 1 fiche pyramide vierge pour chaque participant
- 1 jeu de briques pour chaque trinôme : *12 feuilles : 4 A4 d'une couleur - 3 A5 d'une autre couleur - 2 A6 d'une nouvelle couleur.*
- 1 jeu de brique supplémentaire pour constituer la pyramide collective de fin de séance.
- Feutres ou stylo à mine épaisse pour chaque participant.
- Signal sonore doux (en option)

Préparation

Nous recommandons de lire les deux articles en annexe afin de se renseigner sur les modalités de prise de décisions démocratiques (jugement majoritaire, débat en pétale, vote par pondération) pour être à l'aise avec ces concepts et méthodes.

Ainsi que la fiche récap proposée par Promotion Santé Normandie sur la compétence sociale : développer des liens et des comportements pro-sociaux

Description

La séquence se déroule en sept temps : 1h30

Présenter la pyramide : 5 minutes

En s'appuyant sur la fiche annexe pyramide (remplie), présenter aux participants les 3 étages de la pyramide des besoins.

Remplir la pyramide en individuel : 5 minutes

Demander aux participants de prendre un temps de travail individuel pour remplir la pyramide (chacun pour soi) sur la fiche (vierge) qui leur est distribuée.

Construction d'une pyramide commune en trinôme : 20 minutes

Pour cela distribuez-leur un jeu de briques par trinôme :

- 4 feuilles A4 d'une couleur pour matérialiser les briques socles
- 3 feuilles A5 pour matérialiser les briques du 1er étage
- 2 feuilles A6 pour matérialiser les briques 2e étage
- S'assurer que la parole circule et est équilibrée entre les trois personnes.

Mise à jour de cette page :
25/06/2026

La durée
1h30

Le public
A partir de 10 ans

Les effectifs minimum et maximum
Entre 5 et 20 personnes

Annexe

- Pyramide, ce dont on dépend pour vivre (remplie)
- Pyramide, ce dont on dépend pour vivre (vierge)

Repères bibliographiques :

- « Où atterrir après la pandémie ? Un article, un questionnaire, et maintenant une plateforme » par Bruno Latour
- « Théorie du Donut pour une économie inclusive et durable » par Kate Raworth

Auteur (s) GRAINE Auvergne-Rhône-Alpes *69002 Lyon* Réseau d'acteur

Pôle ESE *69002 LYON* Réseau d'acteur

Proposez aux participants :

- De commencer par un tour de présentation des pyramides de chacun
- De bien s'assurer que leurs formulations sont claires et compréhensibles pour tous (quitte à reformuler)
- De voir ce qui est en commun et ce qui ne l'est pas
- Se mettre d'accord pour arriver à une pyramide commune pour leur trinôme.
- Inscrire sur les feuilles de couleurs les éléments qui constituent les briques de leur pyramide commune
- Positionner cette pyramide devant eux, au sol, sur un mur ou sur une table selon l'espace disponible.

Mise en commun en grand groupe : 10 minutes

- Rassembler le groupe et circuler dans la salle pour comparer les pyramides. Identifier ce qui est commun et ce qui ne l'est pas.
- Reporter sur la pyramide du groupe (affichée au mur) ce qui est consensuel.
- Bien expliquer qu'il est normal et légitime que nous ne soyons pas tous d'accord sur ce qui est indispensable, nécessaire ou préférable pour vivre. Cela souligne bien la nécessité de négocier pour faire société et vivre ensemble. C'est donc aussi un enjeu démocratique. Dire qu'il existe plusieurs manières et processus pour décider ensemble et que ces priorités peuvent et doivent être renégociées régulièrement dans une société pour qu'elles soient les plus juste possible, pour tous.
- Ici, nous n'avons pas le temps de choisir un processus de négociation long, malgré tout l'intérêt que cela pourrait avoir.
- Nous allons faire un vote par pondération.

Vote par pondération : 15 minutes

- Distribuez des gommettes aux participants (Entre 3 et 6 en fonction de la taille du groupe).
- Inviter les participants à coller leurs gommettes sur les briques qui leur paraissent les plus importantes (Attention, ne pas coller plusieurs gommettes sur la même brique).
- Une fois le vote exprimé, se regrouper autour des briques et identifier quelles sont les briques qui ont recueillies le plus de votes. Ajouter mécaniquement les briques ayant reçu le plus grand nombre de vote à la pyramide commune.

Ouvrir ensuite un temps d'échange sur la pyramide commune : 10 minutes

- Est-ce qu'elle donne satisfaction à l'ensemble des participants ?
- Si non, pourquoi ?
- Est-ce que la méthode a permis de dégager une pyramide réellement partagée par l'ensemble du groupe ?
- Est-ce que tout le monde consent à cette pyramide (amener la différence entre **le consentement** (tout le monde peut vivre avec) et **le consensus** (tout le monde est totalement d'accord)

Debriefing CPS : **25 minutes**

En se référant à la fiche méthode « Animer le temps de discussion d'une activité CPS », permettre aux participants de partager leurs vécus de cette activité et d'identifier les compétences psychosociales qu'ils ont mobilisé pour la réaliser.

Il est possible de poursuivre cette activité par la séquence « étoile du changement »

Sources ayant permis la rédaction de cet article

Cette séquence est inspirée du kit « Crise écologique, sociale et sanitaire » disponible sur le site du GRAINE ARA.