

DESCRIPTION :

Ce jeu permet d'identifier ses forces, de les développer et d'apprécier celles des autres. Il contient 24 cartes représentant les 24 forces de caractère avec leurs définitions.

TYPE DE SUPPORT : jeu de cartes

PROFIL DU PUBLIC : public jeune

ÂGE DU PUBLIC : 14 - 18 ans

THÉMATIQUE PRINCIPALE : Bien-être, psychologie positive

ÉDITEUR : Crips Île-de-France

DATE : février 2022



DIFFICULTÉ D'UTILISATION :

- Connaissances : ①②③④⑤

- Technique d'animation : ①②③④⑤

UTILISATION

- En groupe
- Avec animateur

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES DE L'OUTIL

- Identifier ses 3 forces principales, et des situations dans lesquelles ses aptitudes sont mises en valeur.
- Identifier les 3 forces principales d'une personne, et des situations dans lesquelles elles sont mises en valeur.
- Acquérir des connaissances sur les forces.
- Améliorer le climat scolaire.

THÈMES ABORDÉS

Climat scolaire/ avenir/ émotions, relations interpersonnelles, bien-être / mal-être, estime de soi, confiance en soi, qualités individuelles, ressources individuelles et collectives.

CONSEILS D'UTILISATION DE L'OUTIL

Taille du groupe : 30 jeunes / en individuel

La durée : 1 heure minimum

Le contexte : groupe classe / stand / consultation individuelle
1 animateur pour accompagner les jeunes.

COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES MOBILISÉES

Communication verbale et non verbale, prise de décision, pensée critique et auto évaluation, estime de soi, confiance en soi, empathie.

MATÉRIEL

L'outil se compose d'un jeu de 25 cartes dont une carte de présentation et 24 cartes des forces et leurs définitions.

CONSIGNE

« Parmi les 24 cartes des forces, identifiez vos trois principales, celles qui sont les plus développées chez vous avec un exemple concret pour chaque force choisie. »

AVANTAGES ET LIMITES DE L'OUTIL

Avantages :

Cet outil permet de travailler la connaissance de soi. C'est un outil très valorisant qui met en valeur les ressources individuelles. Cet outil facilite les échanges entre les jeunes.

Limites :

Il peut être difficile pour les jeunes d'identifier des forces et des exemples concrets. Au préalable, il est important de travailler la compréhension du concept des forces avec les jeunes ainsi que le vocabulaire (la signification de chaque force).

RESSOURCES :

Sites internet : VIA Character <https://www.viacharacter.org/>

> BIEN-ÊTRE / PSYCHOLOGIE POSITIVE

> CARTES DES FORCES

> PUBLIC JEUNE

AIDE À L'ANIMATION

1^{re} étape (1h) : identifier ses forces

Pendant 15-20 minutes, les jeunes choisissent leurs trois forces les plus développées qu'ils associent à un exemple concret d'utilisation de chacune d'elles au quotidien. Au besoin, l'animateur passe dans les groupes afin d'aider les jeunes à identifier leurs forces et/ou des exemples concrets. Les jeunes partagent leurs forces avec les autres en petits groupes.

2^e étape (1h) : identifier les forces des autres « Le cadeau des forces »

Les jeunes se mettent en binôme ou trinôme. Ils et elles choisissent une ou plusieurs cartes des forces avec un exemple concret qui correspond à leur camarade. Ils et elles vont ensuite pouvoir se les offrir.

Pour aller plus loin : L'arbre des forces

Les jeunes écrivent la force qu'ils et elles ont reçue sur un post-it et peuvent, s'ils et elles le souhaitent, coller la force au tableau ou sur l'affiche. L'ensemble des post-it forme l'arbre des forces de la classe.

Questions de relances

Pour quelle(s) raison(s) avez-vous choisi cette carte ?

Dans quelle(s) situation(s) vous utilisez / avez-vous utilisé cette force ?

En quoi cette force vous représente ?

Quelles méthodes / stratégies avez-vous utilisé pour les identifier ?

Qu'avez-vous ressenti lorsque vous avez identifié vos forces ?

Est-ce qu'il a été facile ou difficile d'identifier ses forces ? Des exemples concrets ?

Est-ce que vous pensiez que votre classe possédait toutes ces forces ?

Comment vous sentez-vous après cet exercice ?

Est-ce que c'était facile ou difficile d'offrir des forces ?

Est-ce que c'était facile ou difficile d'en recevoir ?

Est-ce que vous percevez différemment vos camarades ?