



CPS : Conscience de soi

Thème : Qualités - Compétences - Réussites

Type d'activités : Exploration

Activité

Mes qualités - mes compétences

Niveau : 8- 12 ans

Participants : par groupe de 3 ou 4

Durée : 15 mn

Objectifs

- Développer le vocabulaire autour des qualités
- Identifier quelques-unes de ses qualités et compétences





Mes qualités – mes compétences

Expérimentation / Mise en situation

Constituer des groupes de 3 ou 4 par affinités de préférence.
Distribuer la fiche « Je sais, je suis » ou une liste de qualités.

Consigne 1 : « Vous allez prendre connaissance de la liste de mots et éclaircir les termes en faisant appel aux adultes si besoin. »

Matériel

Fiche « Mes qualités - mes compétences »

Source

Pistes de vie, Fédération Nationale Couples et Familles, 2005.

Consigne 2 : « Ensuite, entourez dans chaque cadre 3 réponses qui vous caractérisent le mieux, pour vous aider, vous pouvez échanger avec les autres membres du groupe »

Prise de conscience / Analyse

- Explorer le ressenti :
« Est-ce que c'est facile, difficile de choisir les mots »
- Analyser :
« Comment avez-vous fait pour choisir les mots ? »
- Éclaircir la nuance entre « qualité » et « compétence » :
« Voyez-vous pourquoi on a rassemblé les mots en 2 catégories ? »
Introduire

Élargissement / Synthèse / Généralisation

« Choisir dans la liste proposée 3 qualités que vous aimeriez développer dans l'avenir. »
Engager une discussion sur la possibilité et les moyens de développer ses qualités au cours du temps.
Il est possible de s'appuyer pour cela sur des ouvrages pour enfants, par exemple, « Max se trouve nul »





Annexe

Mes qualités - mes compétences





Mes compétences, mes qualités

J'ai ou je sais :

J'ai une bonne mémoire	Je sais travailler en équipe
Je peux comprendre les autres	J'ai l'oreille musicale
Je m'exprime facilement	J'ai de l'imagination
J'ai des idées originales	J'ai le goût de l'effort
Je sais écouter	J'ai l'esprit critique
Je sais diriger	Je sais prendre des décisions
J'écris facilement	J'ai le sens de l'organisation
J'ai le sens de l'observation	J'ai le sens de l'équilibre
J'ai le sens de la justice	J'ai l'esprit logique
Je sais persuader	J'ai une bonne forme physique
Je sais bien dessiner	Autres.....

Je suis

Dynamique	Franc(che)	Débrouillard
Adroit(e)	Courageux(se)	Astucieux(se)
Sympathique	Travailleur(se)	Indépendant(e)
Spontané(e)	Critique	Enthousiaste
Econome	Original(e)	Réfléchi(e)
Ambitieux(se)	Déterminé(e)	Sensible
Drôle	Digne de confiance	Généreux(se)
Curieux	Sincère	Compréhensif(ve)
Honnête	Prudent(e)	Efficace
Tolérant(e)	patient(e)

