

Deviens le héros de ta vie!
C'est quoi ton défi ?

mode d'emploi

« C'est quoi ton défi » est un outil pédagogique conçu pour les professionnels de la relation pour développer l'introspection, l'expression et la motivation des personnes avec qui ils travaillent au moyen d'un dialogue narratif empreint d'optimisme et de curiosité qui les relie à leurs forces. Il met en évidence l'importance des interactions stimulantes et positives dans l'accompagnement des personnes et des équipes.

Matériel du participant : Carnet, feutres de couleur, stylo/crayon pour illustrer et écrire en quelques mots ses réponses.

Matériel du professionnel : Le jeu de cartes incluant 7 cartes étapes + 70 cartes questions réparties par étape.

Les cartes étapes sont numérotées de 1 à 7 et pensées dans un ordre précis. Les étapes et les questions sont construites pour préparer et soutenir les participants dans la réalisation de leur défi qui devra être à la fois réaliste, personnel, mesurable et atteignable à court ou moyen terme.

Les étapes sont espacées en fonction des besoins et du profil des participants pour favoriser leur réflexion, leur engagement et un suivi efficace et constructif.

Les cartes questions sont conçues pour aider les professionnels à démarrer et mener un dialogue fluide et bienveillant pour renforcer les liens, la confiance et l'estime de soi des participants. Le professionnel lit et explique l'étape. Les participants disposent de 5/10 mn pour écrire et illustrer leur réponse. Le professionnel pose les cartes questions devant lui et les utilise pour animer le temps d'échange. Durée des échanges : 30/40 mn par étape. En individuel ou en collectif (groupes de 8 personnes max).

Les cartes questions explorent :

L'action, les faits, l'histoire

La relation, l'environnement, les ressources

L'identité, les valeurs, les qualités

Création inspirée des pratiques narratives. Son utilisation nécessite une formation. Pour en savoir plus : www.lcvformation.com

Remerciements : cet outil pédagogique a été conçu en collaboration avec Magali Wahl, directrice de l'école EDEN, Veyrier (Suisse) et la participation de l'ensemble de ses enseignants que je remercie chaleureusement.