

AWAYKE

Mieux se connaître pour trouver sa voie

BLASON

CONSTRUIRE SON BLASON PERSONNEL

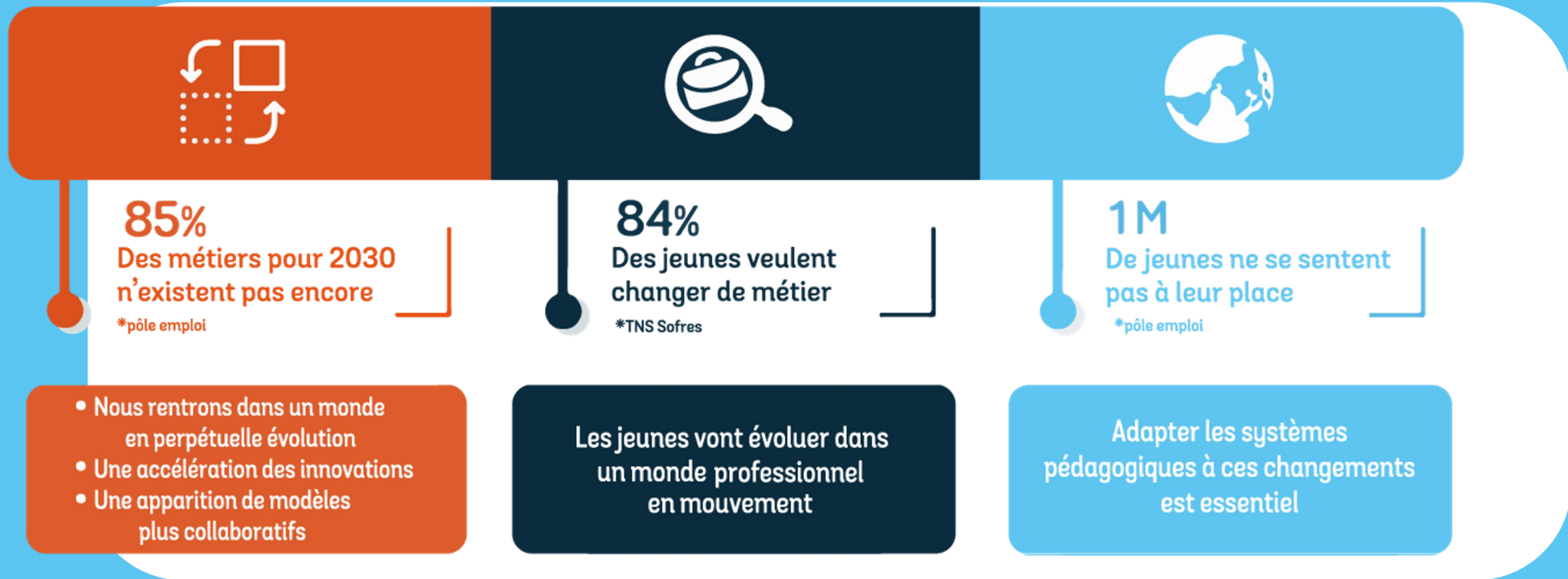


OBJECTIFS DU MODULE



- OBJECTIF 1 : Identifier ses centres d'intérêts
- OBJECTIF 2 : Identifier ses talents, ses forces, ses qualités
- OBJECTIF 3 : Identifier ses valeurs
- OBJECTIF 4 : Identifier ses points d'amélioration
- OBJECTIF 5 : Identifier ses ressources soutiens
- OBJECTIF 6 : Créer son slogan personnel
- OBJECTIF 7 : Se mettre en action vers un avenir aligné

Permettre à chaque jeune de mieux se connaître pour libérer son potentiel et trouver sa voie



Une majorité des jeunes (15-30 ans) subissent leur orientation plus qu'ils ne la choisissent. Ils rencontrent ainsi de plus grandes difficultés à trouver leur place dans la société (études, emplois, citoyenneté...)

LE CADRE DE L'ACCOMPAGNEMENT

DE QUOI AVEZ-VOUS BESOIN ?



LE CADRE DE NOTRE TRAVAIL



BIENVEILLANCE / NON
JUGEMENT



« JE »



CONFIANCE



CONFIDENTIALITÉ



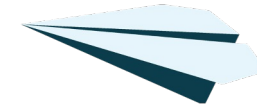
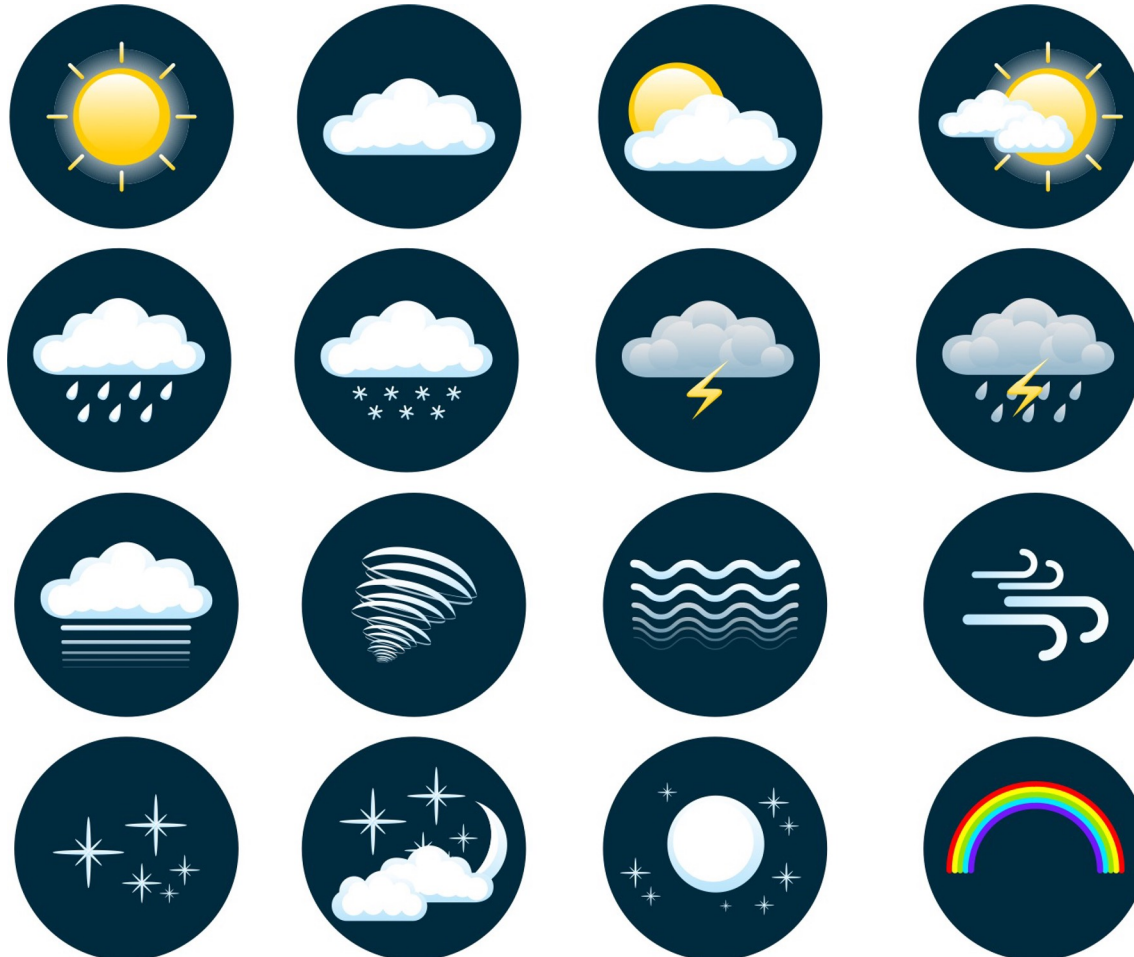
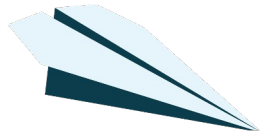
ÉCOUTE



SOUVERAINETÉ

METEO PERSONNELLE

COMMENT JE ME SENS ET QU'EST CE QUE J'ATTENDS?



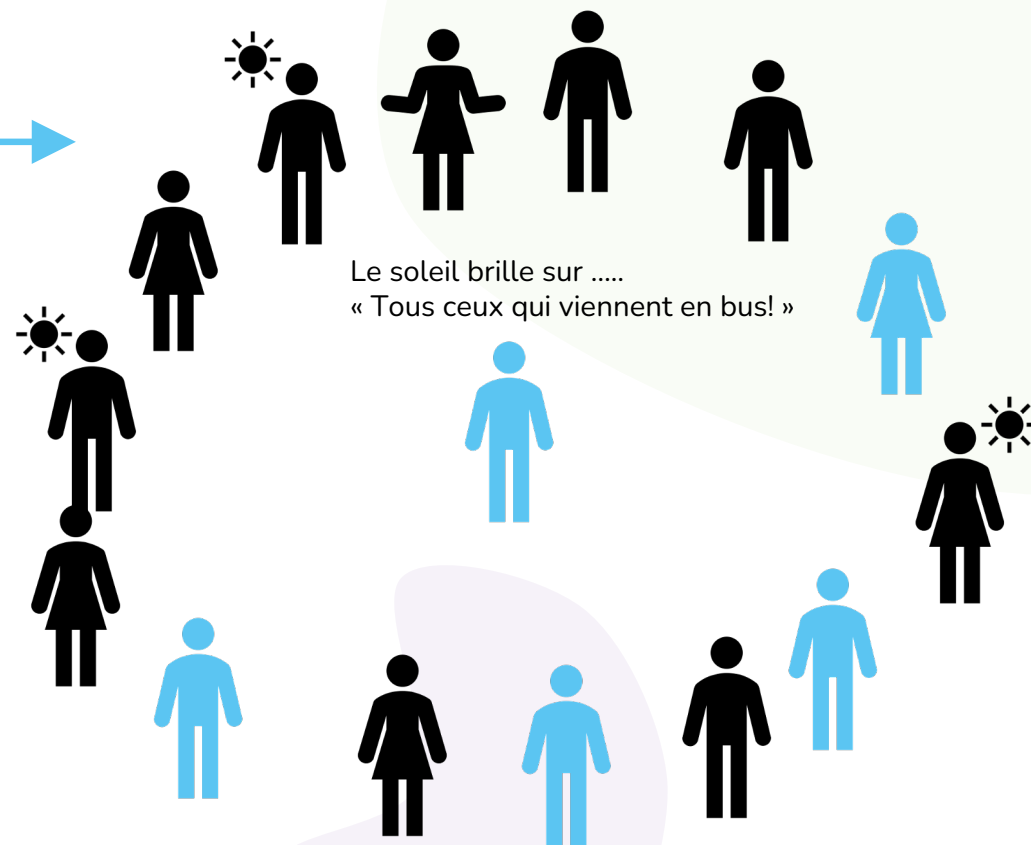
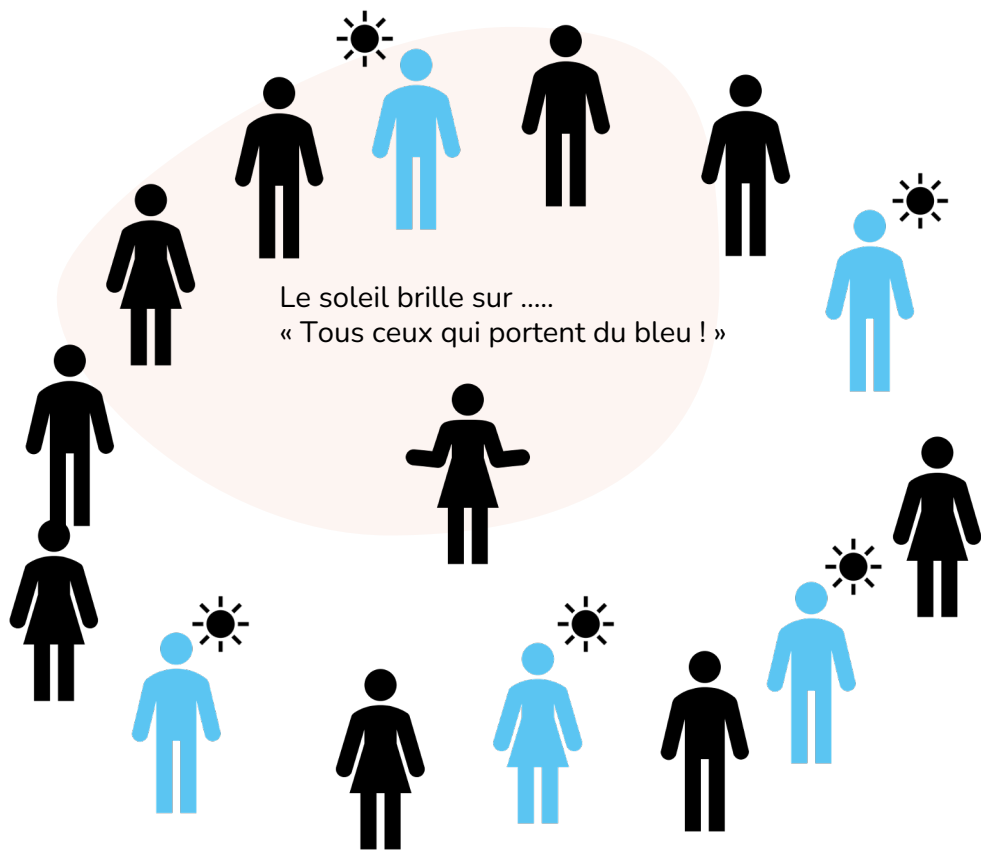
AUTO POSITIONNEMENT

ÉVALUATION DES ACQUIS EN ENTRÉE ?



ICE BREAKER

Le soleil brille !

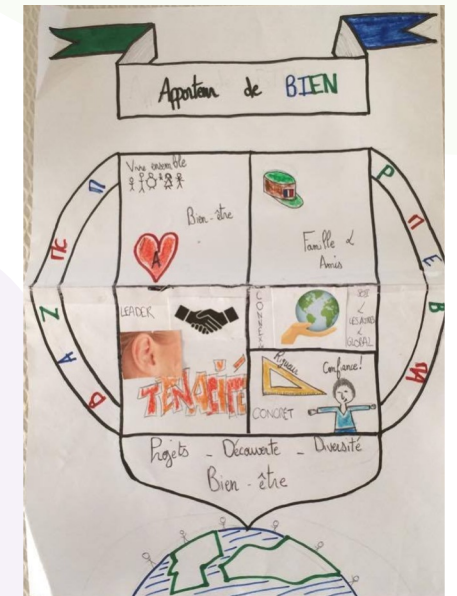


UN BLASON C'EST QUOI ?



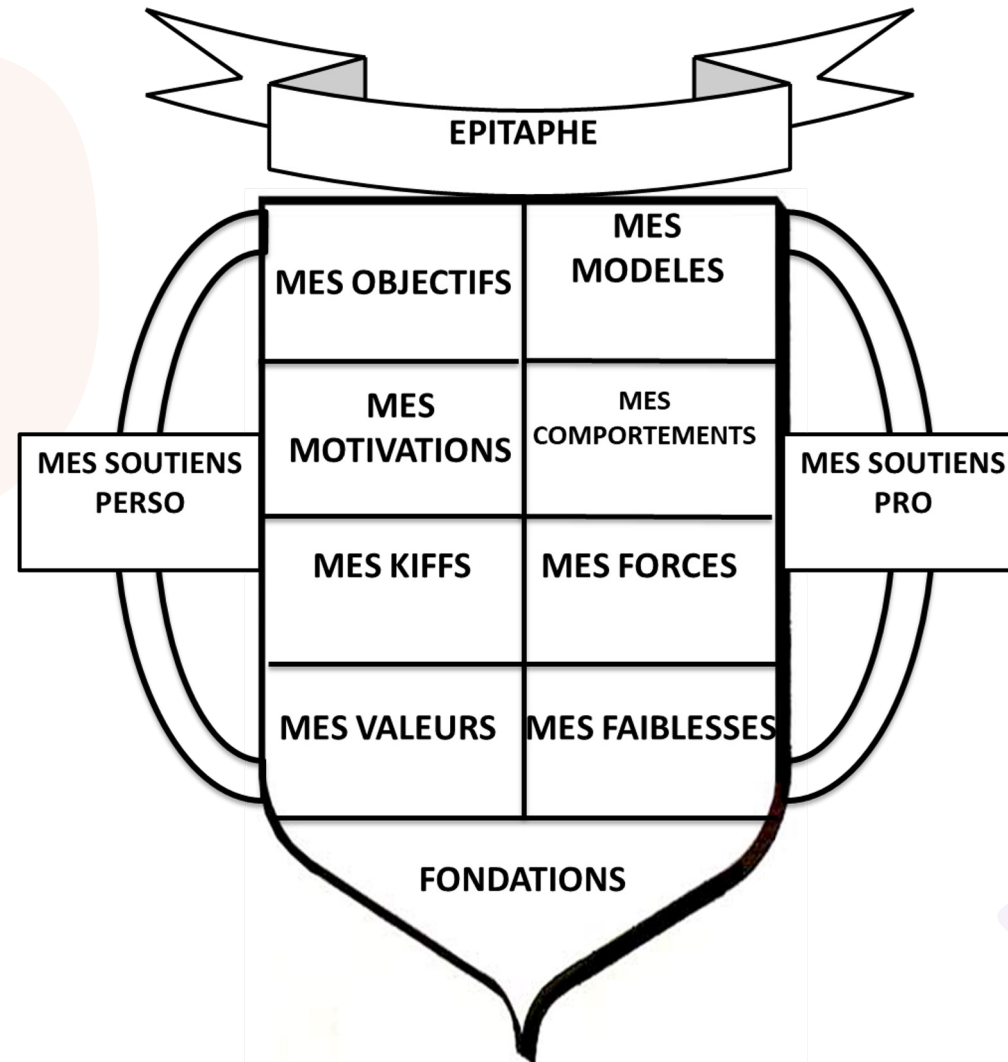
BLASON

Quelques exemples



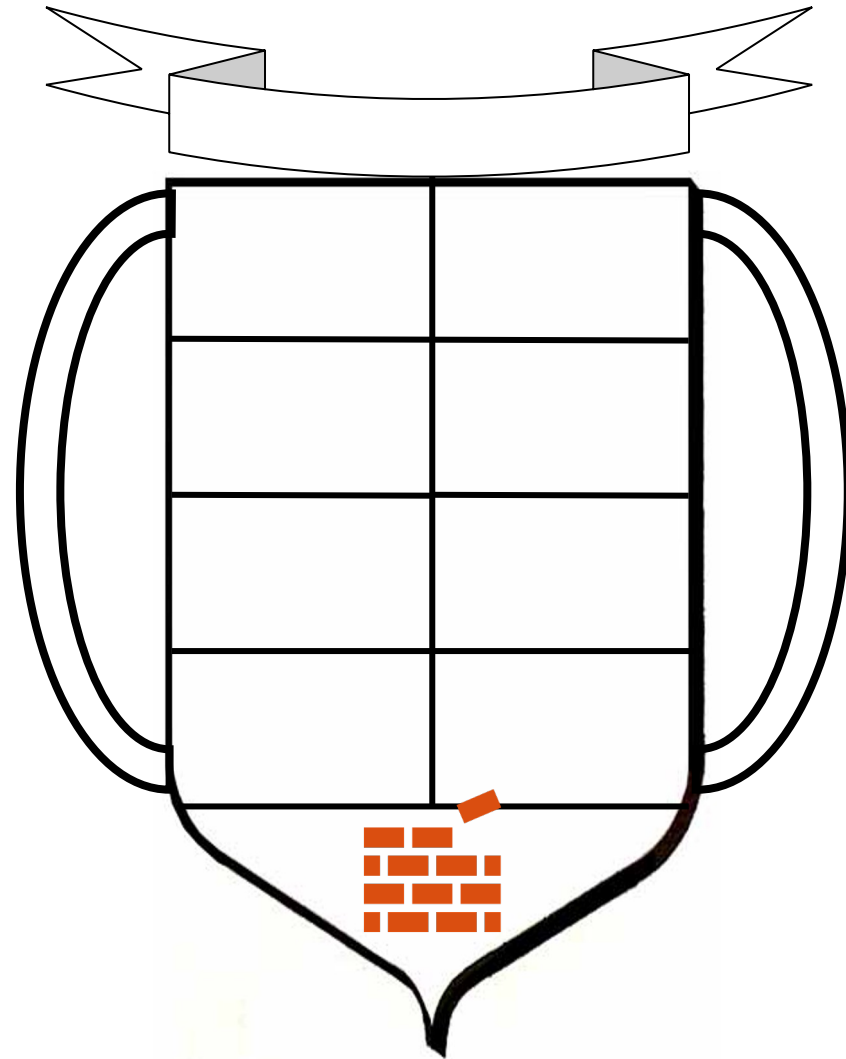
BLASON

Le canevas de base



BLASON

Les Fondations

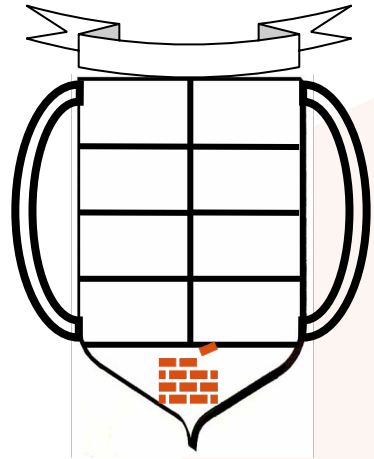


Qu'est ce que je retiens de ma Vie ?

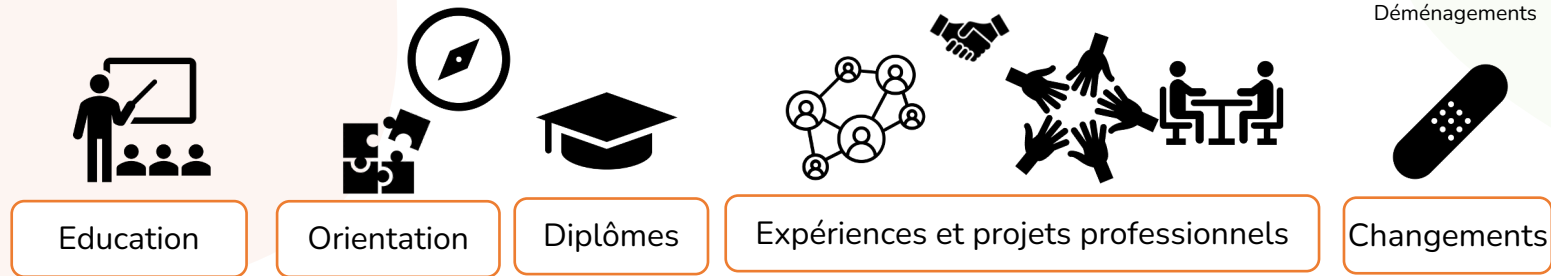


BLASON

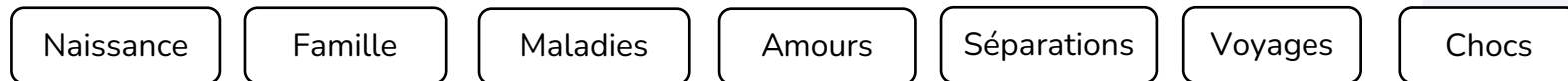
Les Fondations



Qu'est ce que je retiens de ma Vie ?



Déménagements



- Parents
- Frères et sœurs



- Soi
- Ou proches



- Premiers amours
- Mariage



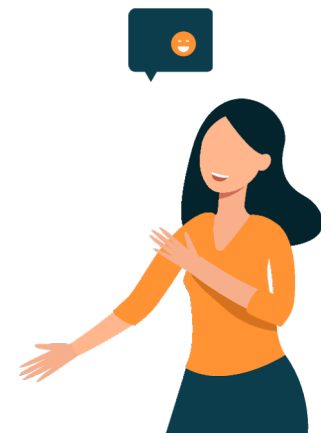
Divorces



Souvenirs



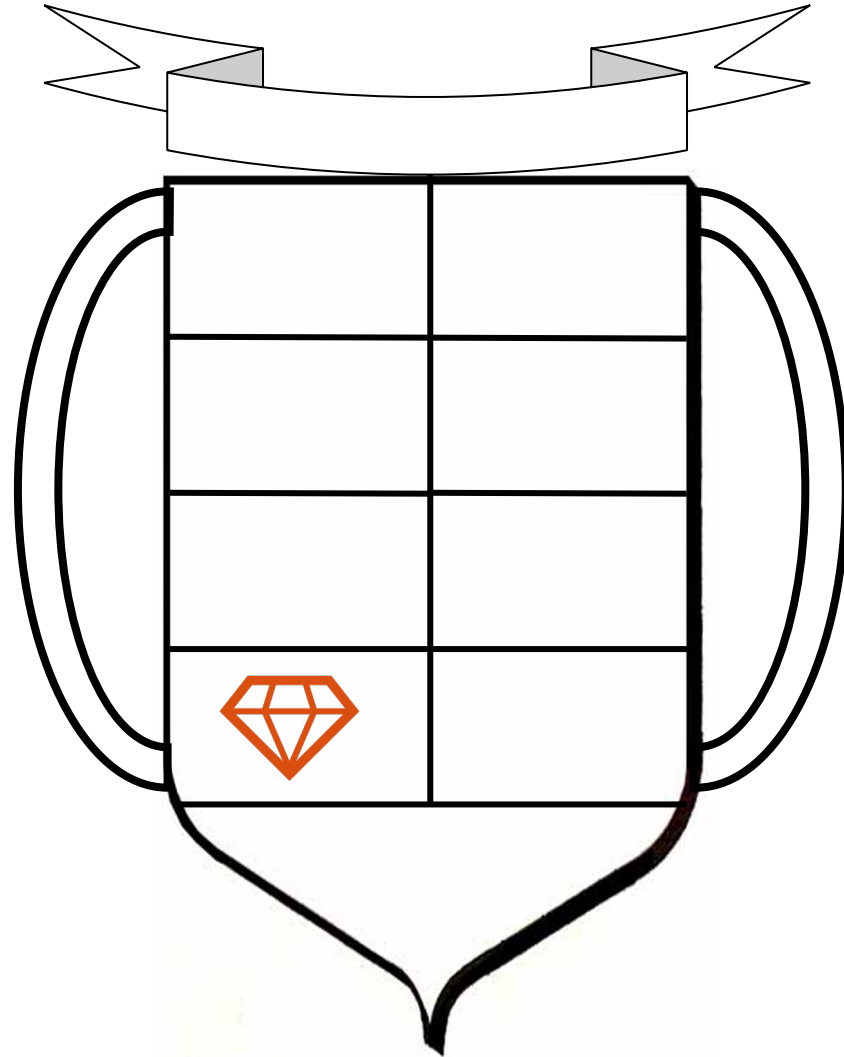
- Décès
- Accidents



BLASON

Les Valeurs

- Ce qui est important pour moi
- Ce que je suis prêt.e à défendre



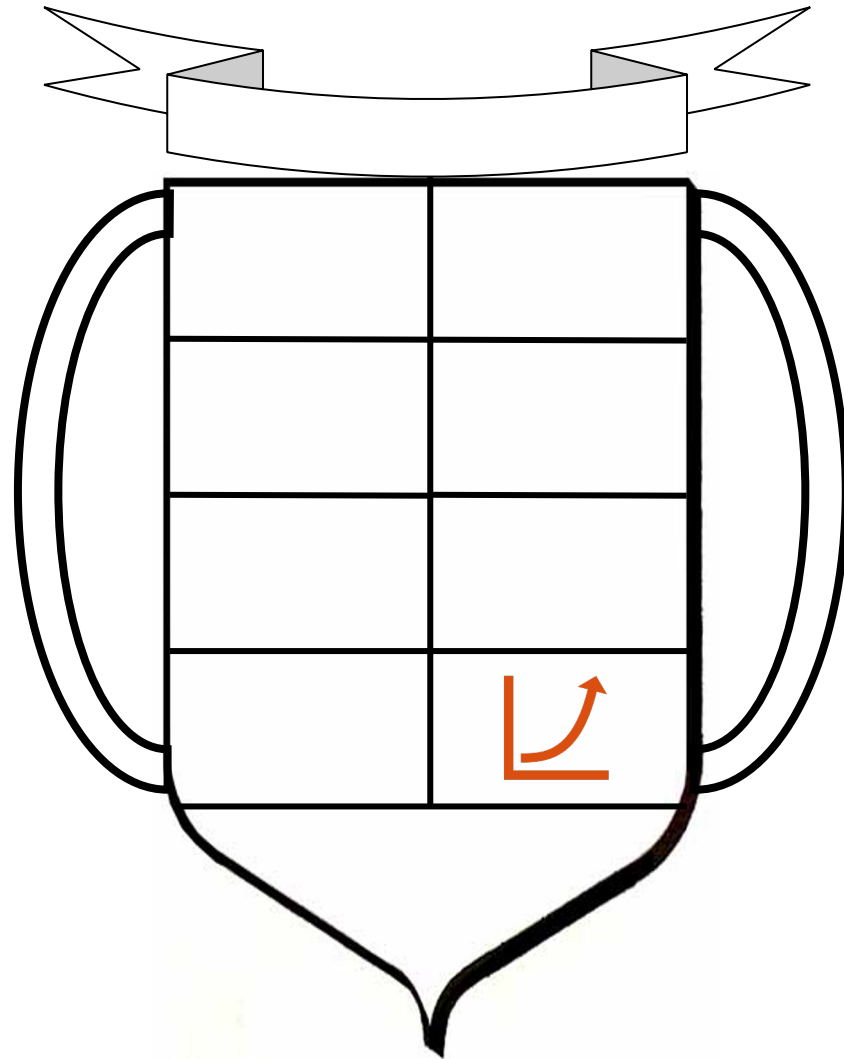
Qu'est ce qui est important pour moi ?



BLASON

Les Pistes d'Amélioration

- Mes zones “grises”
- Mes talons d’achille
- Mes espaces de progrès



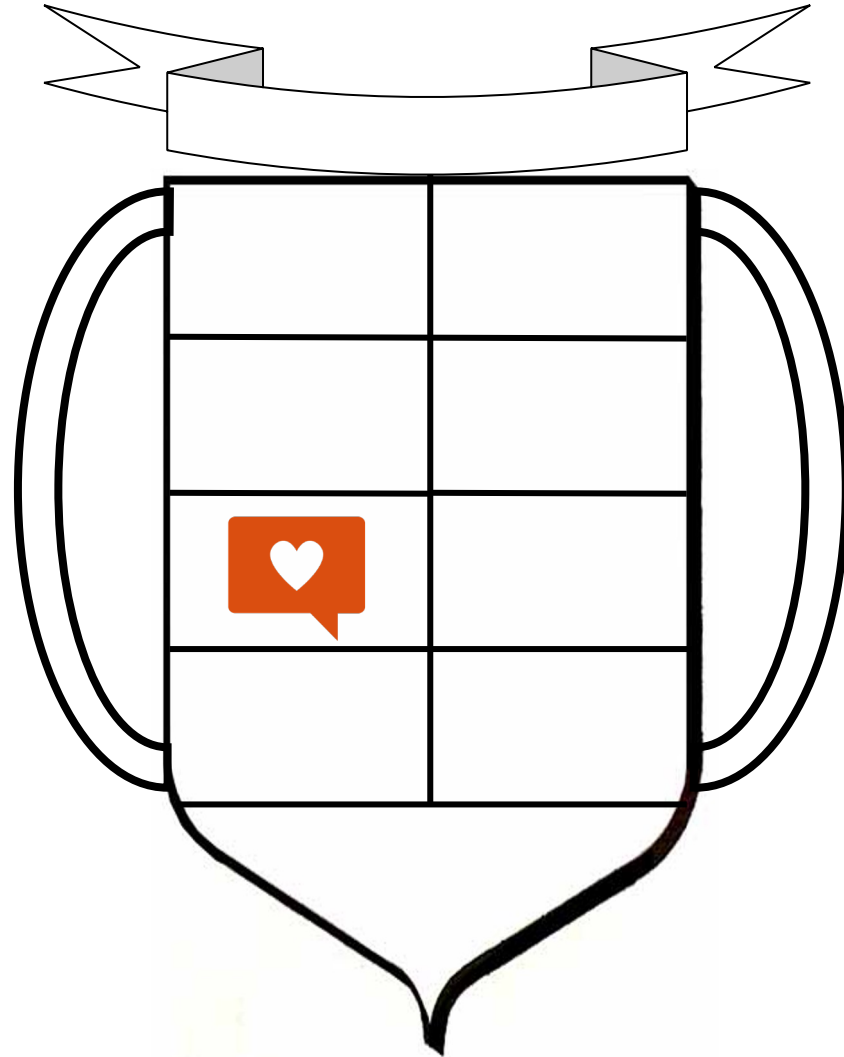
Comment devenir meilleur.e



BLASON

Les Kiffs

- Ce qui me donne de l'énergie !
- Ce qui me touche, me fait réagir



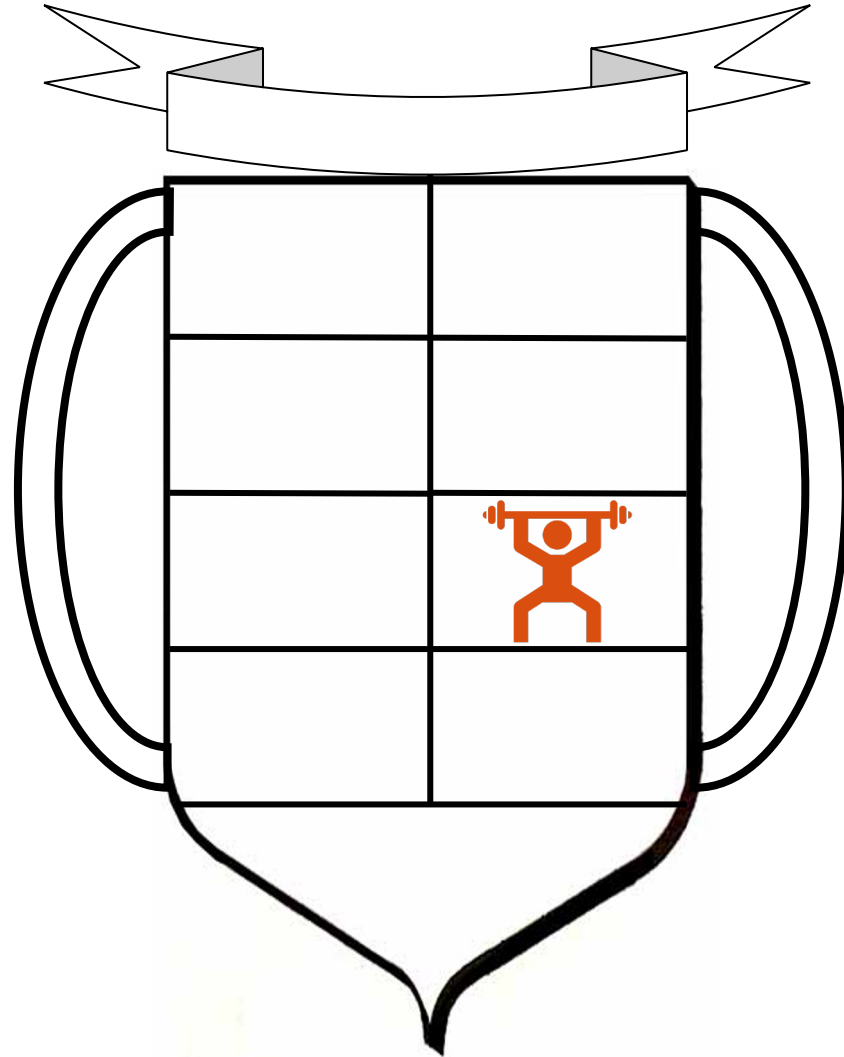
Je pourrais le faire sans fin !



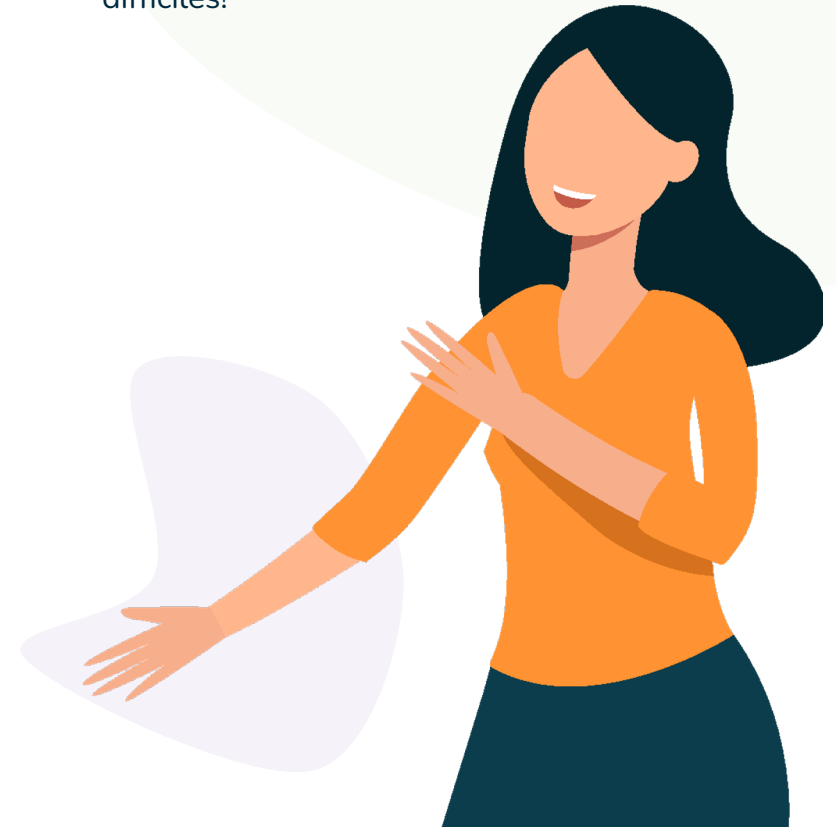
BLASON

Les Forces

- Quels sont mes points forts, mes talents?
- Celles qui font la personne que je suis ?



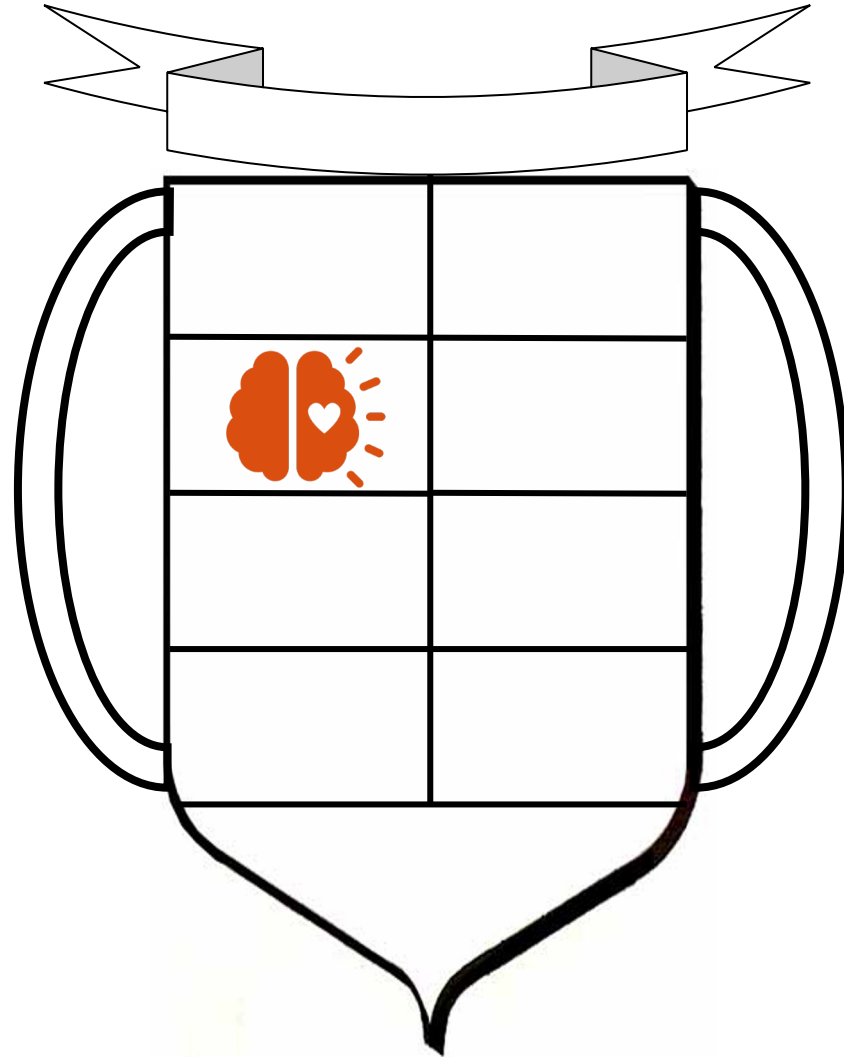
Avec ça je me sors des situations difficiles!



BLASON

Les Motivations

- Quelles sont mes motivations?
- POURQUOI je fais les choses ?



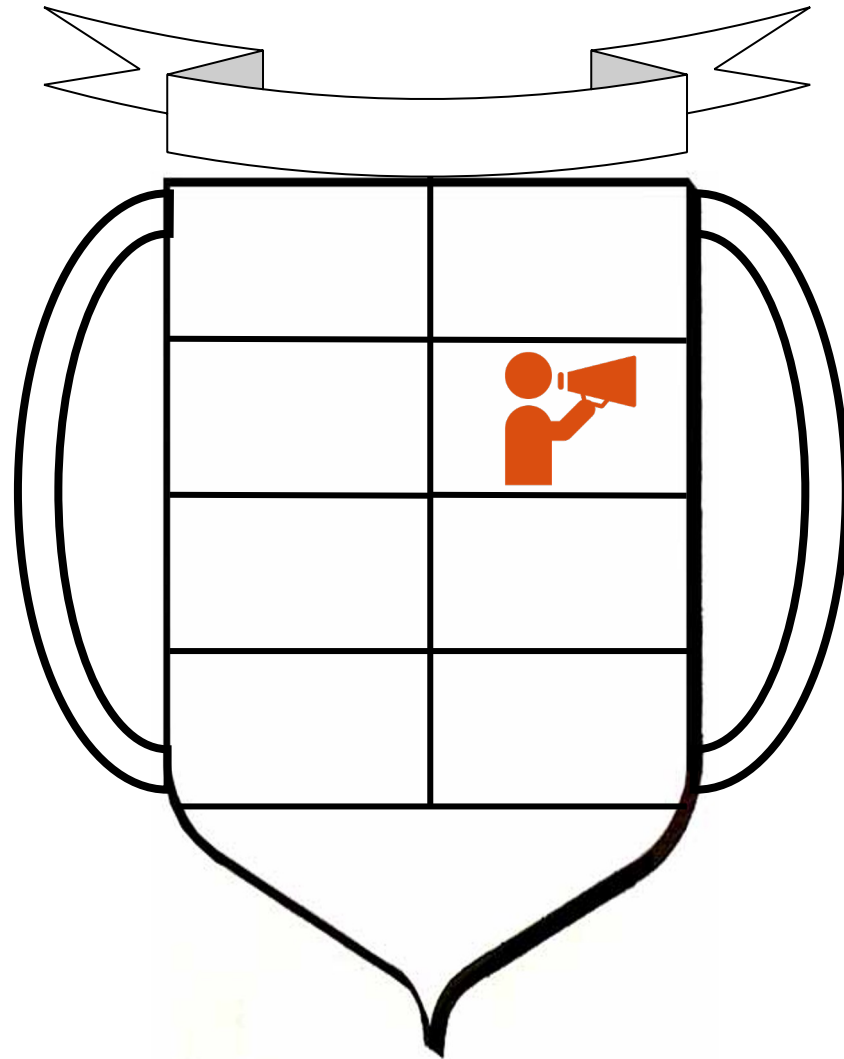
C'est pour cela que je me lève le matin



BLASON

Les Comportements

- Quels sont mes comportements ?
- COMMENT je fais les choses ?



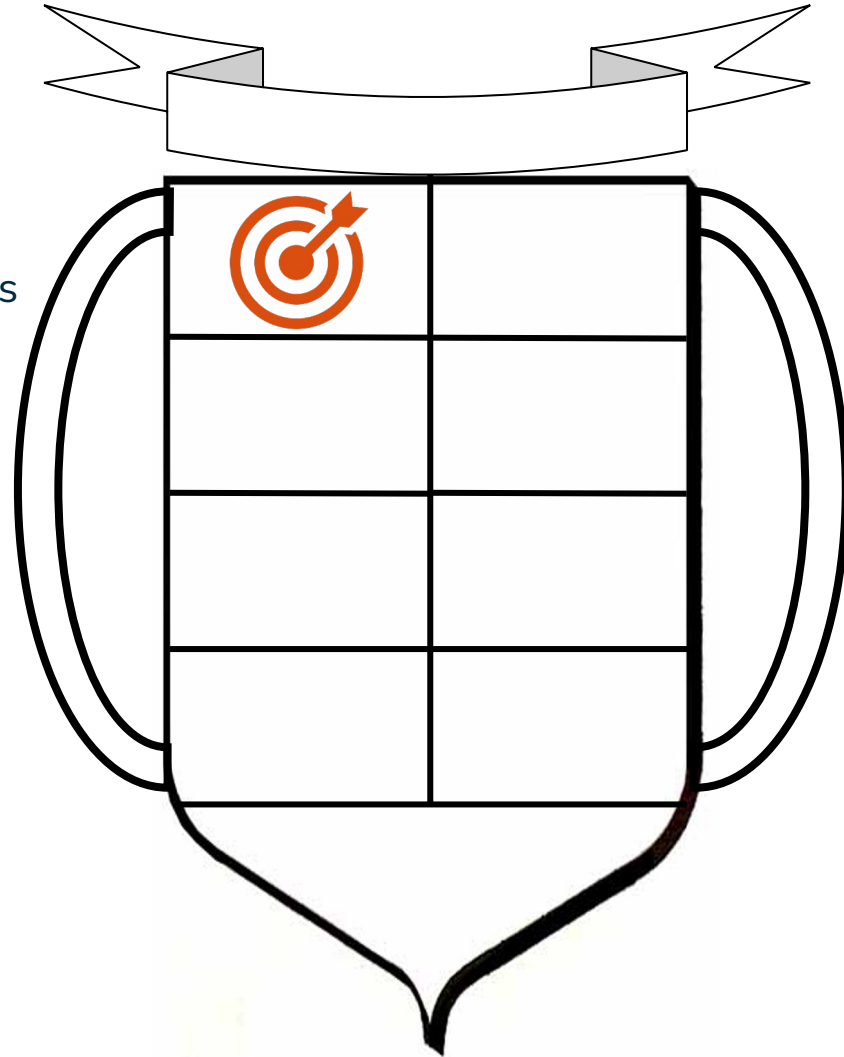
Ma façon de parler avec les autres



BLASON

Les Objectifs

- Ce que j'ai envie d'être dans 3 ans
- Où j'ai envie d'être
- Ce que j'ai envie de faire



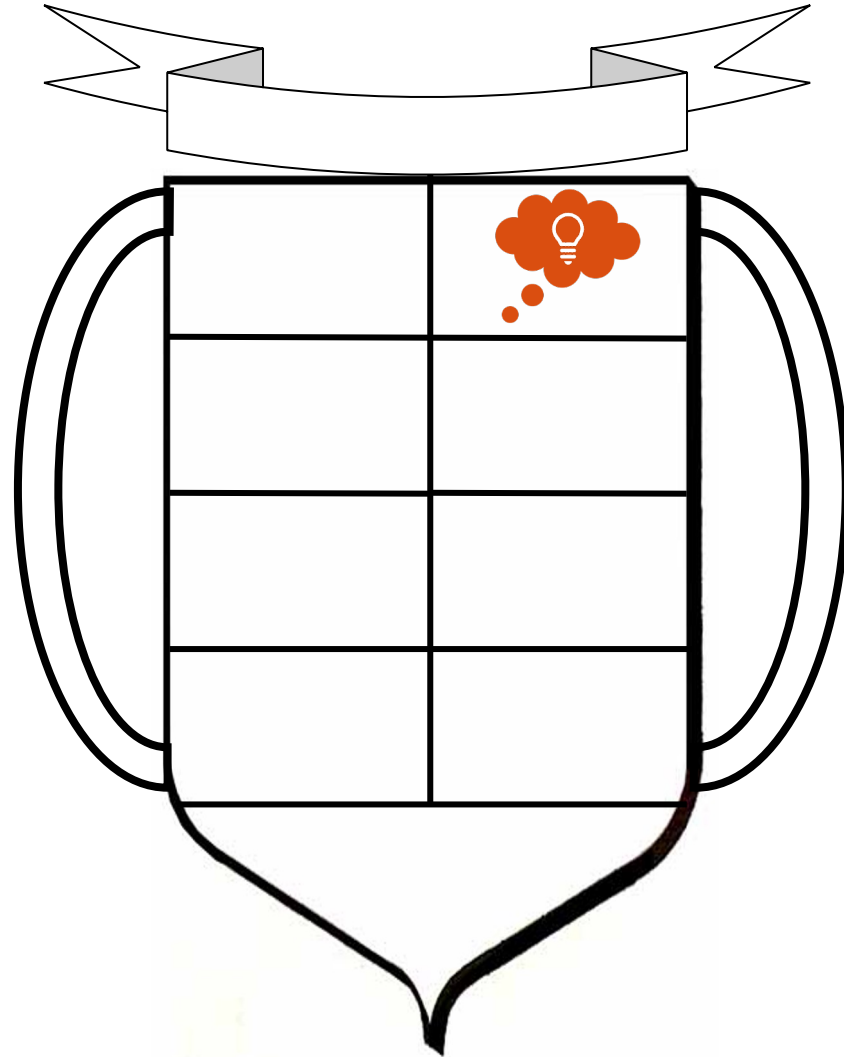
Mon but à atteindre !



BLASON

Les Sources d'Inspiration

- Qui m'inspire dans ma vie ?
- Quelle énergie, ils/elles me donnent pour avancer ?
- Ce que je retiens d'eux/elles ?



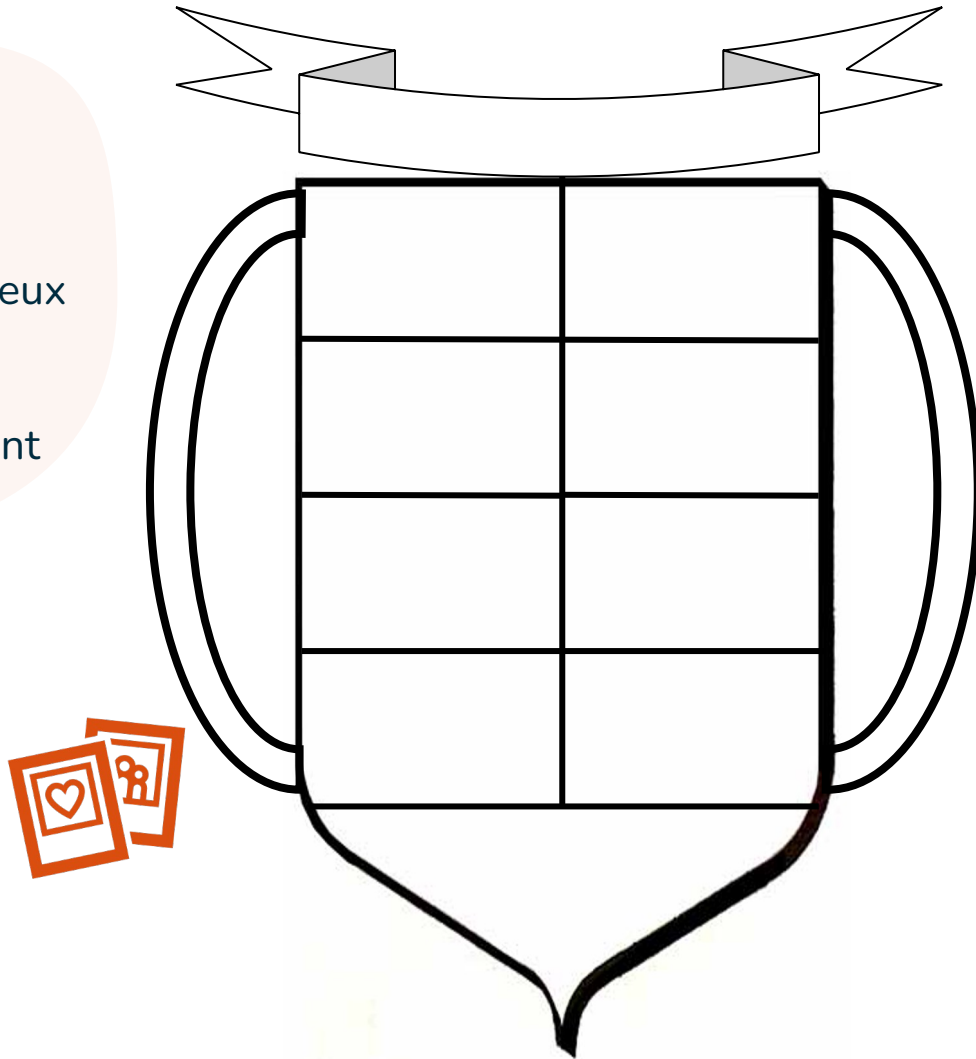
Des personnes inspirantes



BLASON

Les Soutiens Pro et Perso

- Les personnes sur qui je peux m'appuyer
- Les personnes qui comptent



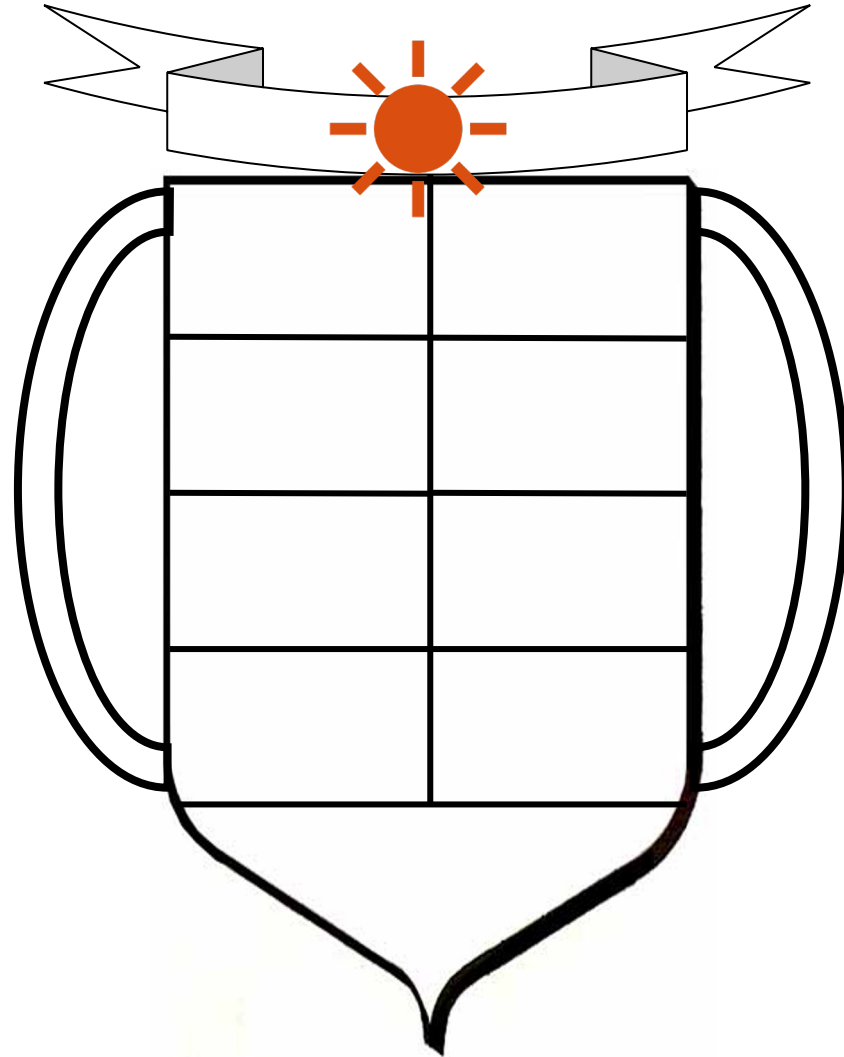
Mes points d'appui



BLASON

La Devise

- Ce qu'on retiendra de moi ...
- Ce que j'ai envie de laisser comme impact



Une phrase qui a du sens pour moi !



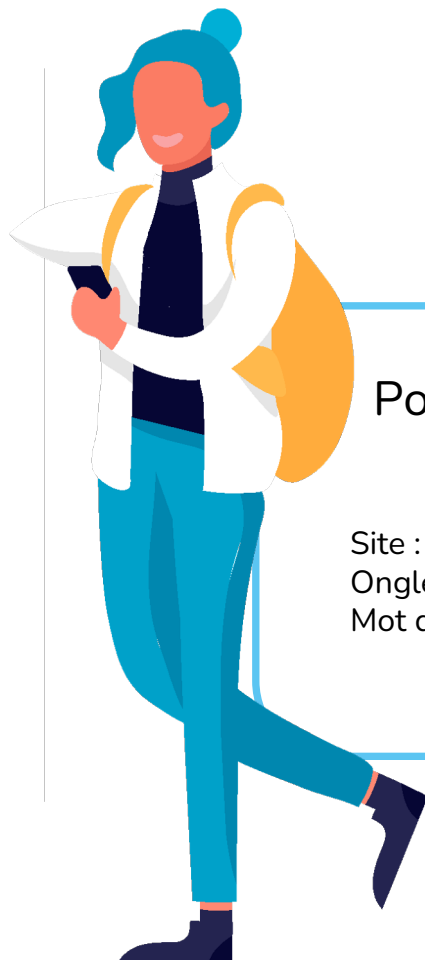
PARTAGE

SE LIVRER
&
COMPRENDRE
L'AUTRE



QUESTIONNAIRE

ÉVALUATION DES ACQUIS EN SORTIE?



Pour retrouver les ressources pédagogiques de ce module, rendez-vous sur notre site !

Site : www.awayke.org

Onglet : + (à droite dans la barre de menu)

Mot de passe : @wAyk3!



CERCLE DE CLOTURE

COMMENT TU TE SENS ? AVEC QUOI TU REPARS ?



Mieux se connaître et santé mentale

Infos, numéros et aides disponibles



Tu voudrais ou tu as besoin de réponses ou d'un contact immédiat :

<https://pasapas-jeunes.com/j-ai-besoin-d-aide/qui-appeler>

 **3018** : numéro vert contre le cyber-harcèlement

 **3114** : souffrance prévention suicide

 **En avant toute(s)** : tchat de soutien pour les personnes victimes de violences



 **Mūsae** : le premier média qui porte les voix d'une vision positive sur la santé mentale

<https://musae-tomorrow.com/>



 L'association **"innovation citoyenne en santé mentale"**

<https://www.icsm-asso.org>


 **Instagram de son festival Facettes**, dédié à la santé mentale des jeunes

<https://www.instagram.com/facettesfestival/>



 **Le Psycom** : PDF sur les Troubles anxieux et phobiques



 **La maison perchée** : Un accompagnement destiné aux jeunes adultes vivant avec des troubles psychiques, à travers la communauté, des groupes de partage, de l'écoute, des ateliers et des conférences.

<https://www.maisonperchee.org/>





AWAYKE

Mieux se connaître pour trouver sa voie

C'EST AUSSI EN LIGNE !

TOUJOURS PLUS CONNECTÉ.ES !



[in](#)

Awayke



awayke.org



[be_awayke](https://www.instagram.com/be_awayke)



[be_awayke](https://www.facebook.com/be_awayke)