



AWAYKE

Mieux se connaître pour trouver sa voie

ESPRIT CRITIQUE

Développer son esprit critique pour trier les informations
et se faire sa propre opinion

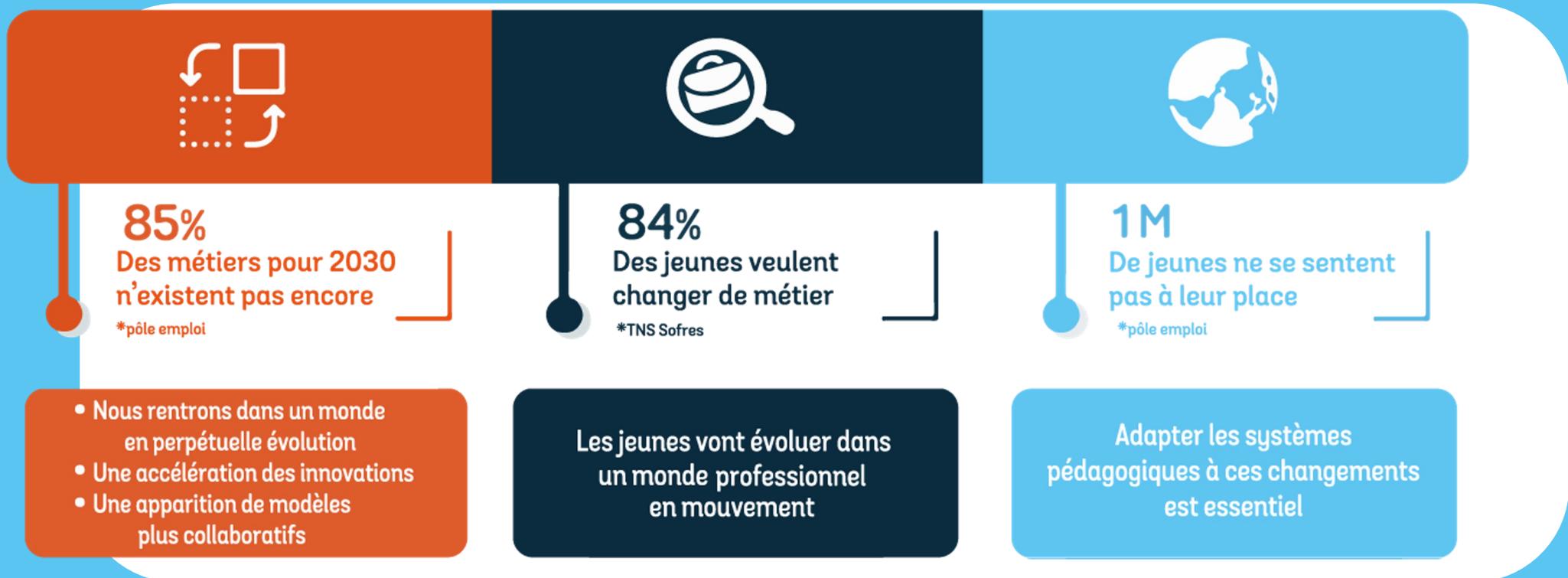


OBJECTIFS DU MODULE



- OBJECTIF 1 : Apprendre à traiter l'information à l'heure de l'infobésité
- OBJECTIF 2 : Développer sa capacité d'adaptation et de réflexion
- OBJECTIF 3 : Développer son esprit critique pour débattre et faire des choix éclairés

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



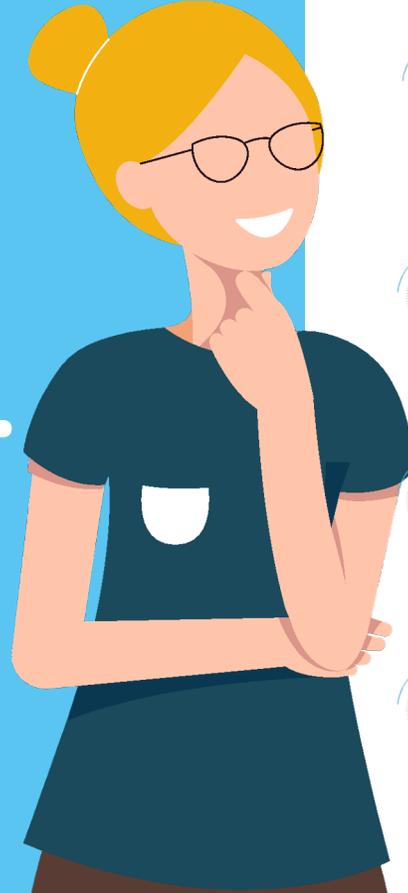
Une majorité des jeunes (15-30 ans) subissent leur orientation plus qu'ils ne la choisissent. Ils rencontrent ainsi de plus grandes difficultés à trouver leur place dans la société (études, emplois, citoyenneté...)

LE CADRE DE L'ACCOMPAGNEMENT

DE QUOI AVEZ-VOUS BESOIN ?



LE CADRE DE NOTRE TRAVAIL



 BIENVEILLANCE / NON
JUGEMENT

 « JE »

 CONFIANCE

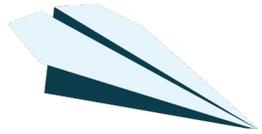
 CONFIDENTIALITÉ

 ÉCOUTE

 SOUVERAINETÉ

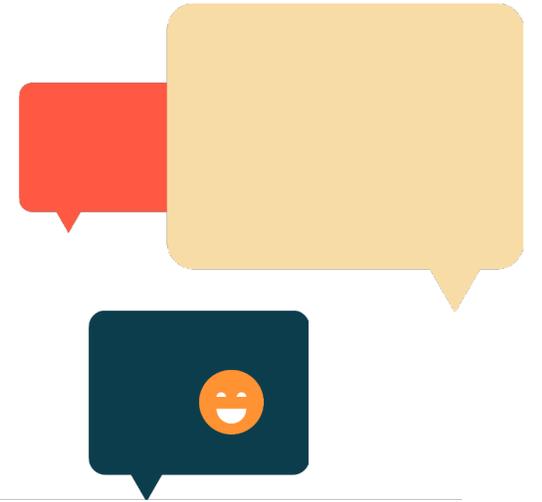
METEO PERSONNELLE

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



AUTO POSITIONNEMENT

ÉVALUATION DES ACQUIS EN ENTRÉE ?



#ICE BREACKER

Temps d'écran

*À ton avis,
combien d'heures par semaine
passes-tu sur ton téléphone ?*



Regarde dans les réglages de ton smartphone
et partage avec le reste de la classe !



#DEFINITION

L'infobésité : qu'est ce que c'est ?

Infobésité : Surabondance d'informations due aux chaînes d'information en continu, nouvelles technologies de la communication (Internet, téléphones portables, messageries, réseaux sociaux) et à la dépendance qu'elles créent chez l'utilisateur.



Et toi, qu'est ce qui te fait passer du temps devant les écrans ?

#INFOBESITE / TEMPS D'ECRAN

Quelles conséquences ?

Selon **Caroline Sauvajol-Rialland**, spécialiste française de l'infobésité, communication et gestion d'informations en entreprise, ces nouveaux comportements face à l'information présentent principalement des risques de :

- Saturation 
- Désinformation
- Baisse de productivité 
- Stress / Burn out
- Mais ce n'est pas tout...



#INFOBESITE / TEMPS D'ECRAN

Quelles conséquences ?

Il y a aussi des conséquences sur le cerveau ! Sur les réseaux sociaux notamment, ton cerveau émotionnel est sur exploité.

→ La partie rationnelle de ton cerveau – *indispensable au développement de l'esprit critique* – reste en sommeil !

Tu consommes donc beaucoup d'images et d'informations, mais ne t'exerces pas à trier les informations...



#DEFINITION

Esprit critique : qu'est ce que c'est ?

Critique : Le mot « critique » vient du grec « Kritikos » = capable de juger, de discerner.

Esprit : Le terme « esprit » sous-entend un état permanent, comparable à un trait de caractère qui ne s'efface pas.

→ **L'esprit critique : tournure d'esprit propre à celui qui cherche à discerner le bien du mal, le vrai du faux.**

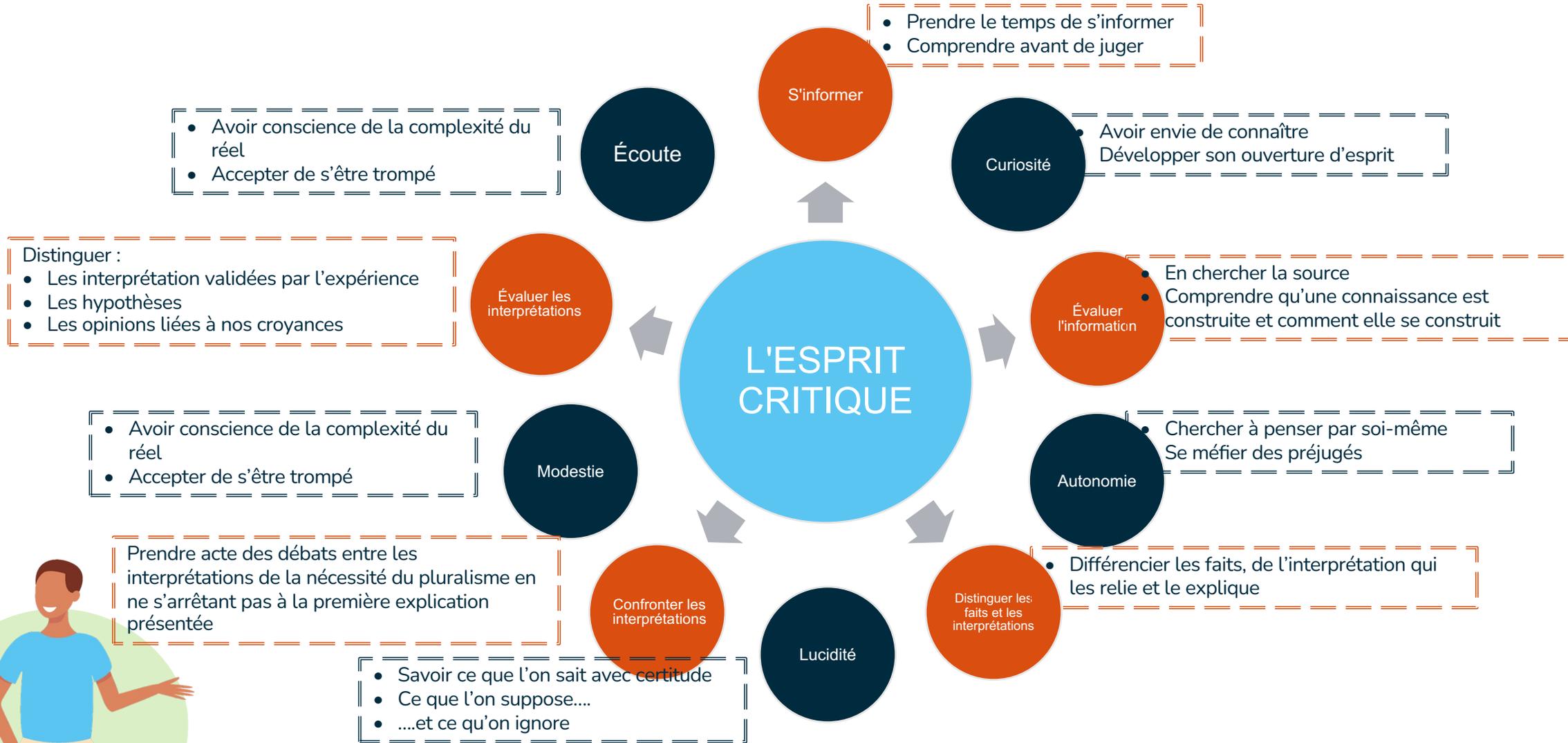
Exercer son esprit critique, c'est douter, remettre en cause, chercher la légitimité, le fondement.

→ **Plus une posture intellectuelle qu'une compétence.**



#LE CYCLE DE L'INFORMATION

Comment traiter les informations pour mieux les trier ?



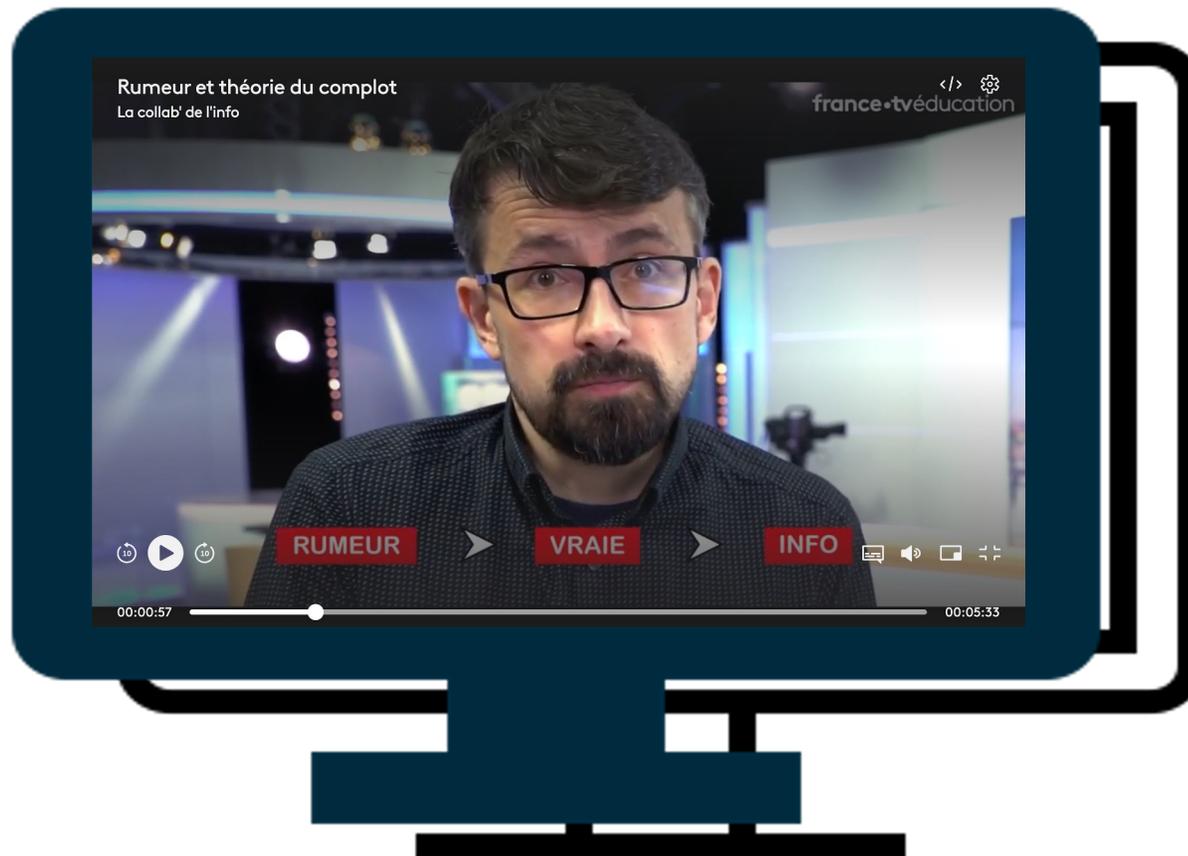
#ANALYSE D'IMAGES

A quoi vous font penser ces photos ?



#VIDEO

Regarde et partage



Qu'avez-vous retenu de cette vidéo ?



<https://www.lumni.fr/video/rumeur-et-theorie-du-complot>

#MISE EN PRATIQUE

Identifier mes biais cognitifs



- Tout le monde se trompe de temps en temps !
- Tout le monde a déjà cru en quelque chose de faux, *par exemple, le Père Noël...*



Réfléchis pour trouver un exemple personnel d'une occasion où:

- tu as cru à quelque chose de faux ✗
- essaie de comprendre POURQUOI tu y as cru !



#MISE EN PRATIQUE

Identifier mes biais cognitifs

Un biais cognitif, c'est une *dévi*ation dans le traitement d'une information qui *altère* la pensée *logique et rationnelle*.



Quelques exemples : Biais de confirmation, biais de confiance, biais de croyance...

Maintenant, à vous d'en trouver d'autres et surtout ceux qui vous concernent le plus souvent pour les partager aux autres !



#MISE EN SITUATION

Jouer avec les biais cognitifs

En petits groupes, **créez une publicité**, la plus manipulatrice possible pour **vendre le produit de votre choix** et présentez la au reste de la classe !

→ Vos camarades devront **identifier tous les biais cognitifs** dont vous vous serez servi !



#MISE EN APPLICATION

Débat

En classe entière, ou en petits groupes, **décidez d'un sujet de débat**, préparez le pour défendre votre point de vue puis... **Débattez !**

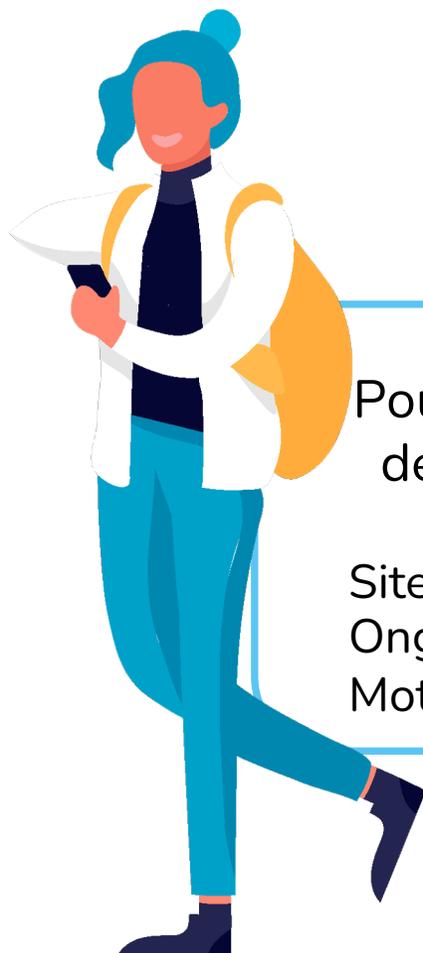
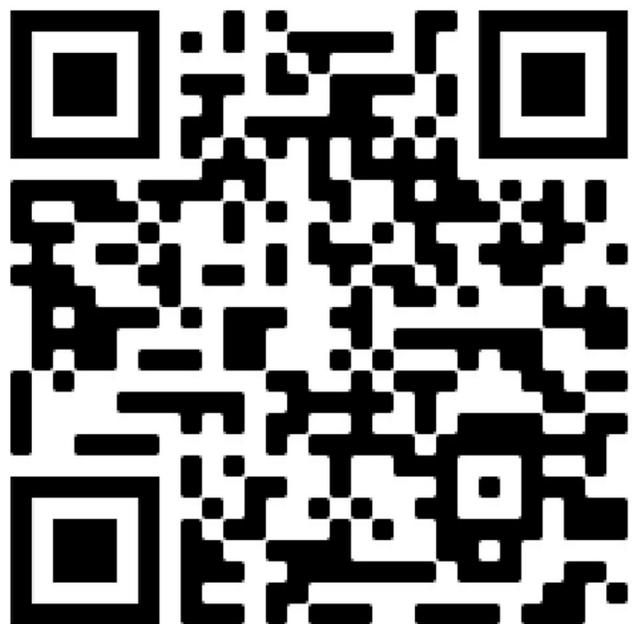


Quelques exemples de sujets pour vous inspirer : La peine de mort, le droit de vote à 16ans, l'euthanasie, la vaccination obligatoire...



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 CLÔTURE

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 CONNECTÉES !



[in](#)

Awayke



awayke.org



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



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