



AWAYKE

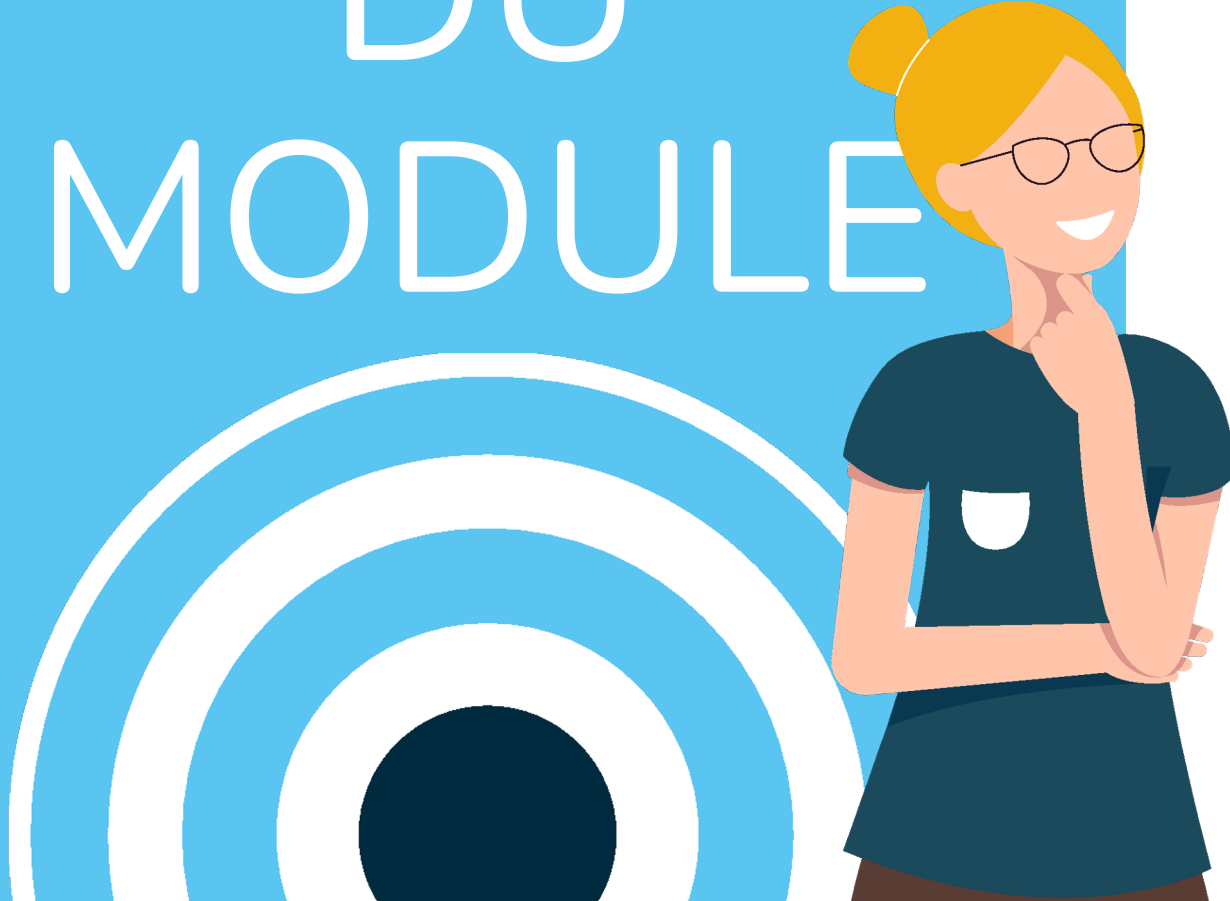
Mieux se connaître pour trouver sa voie

RÉTROSPECTION

IDENTIFIER SES FORCES ET COMPÉTENCES

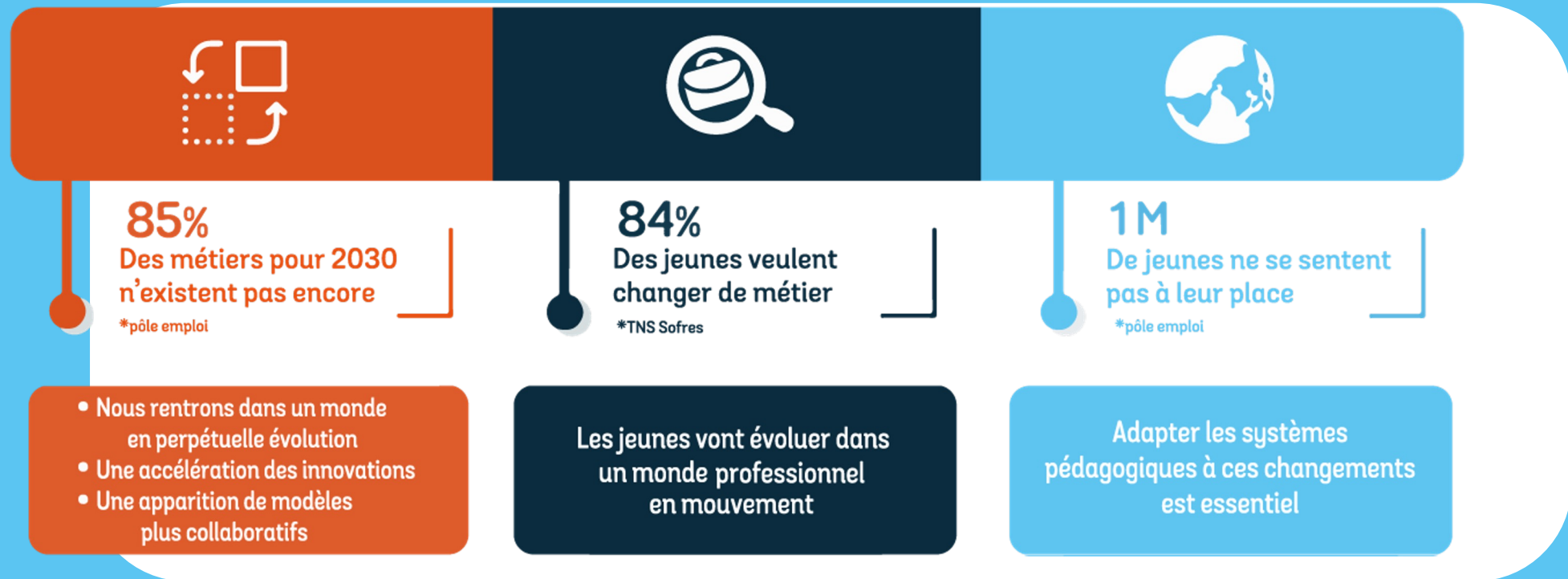


OBJECTIFS DU MODULE



- OBJECTIF 1 : Identifier ses forces, qualités, apprentissages
- OBJECTIF 2 : Expérimenter et utiliser l'analyse réflexive
- OBJECTIF 3 : Savoir utiliser son parcours pour son avenir

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

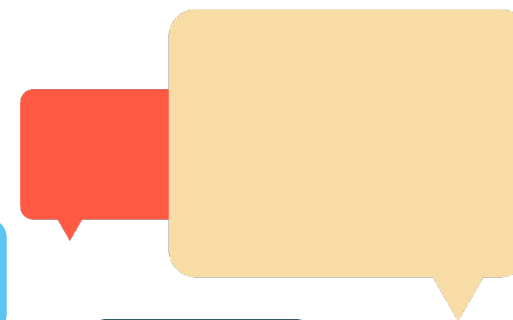
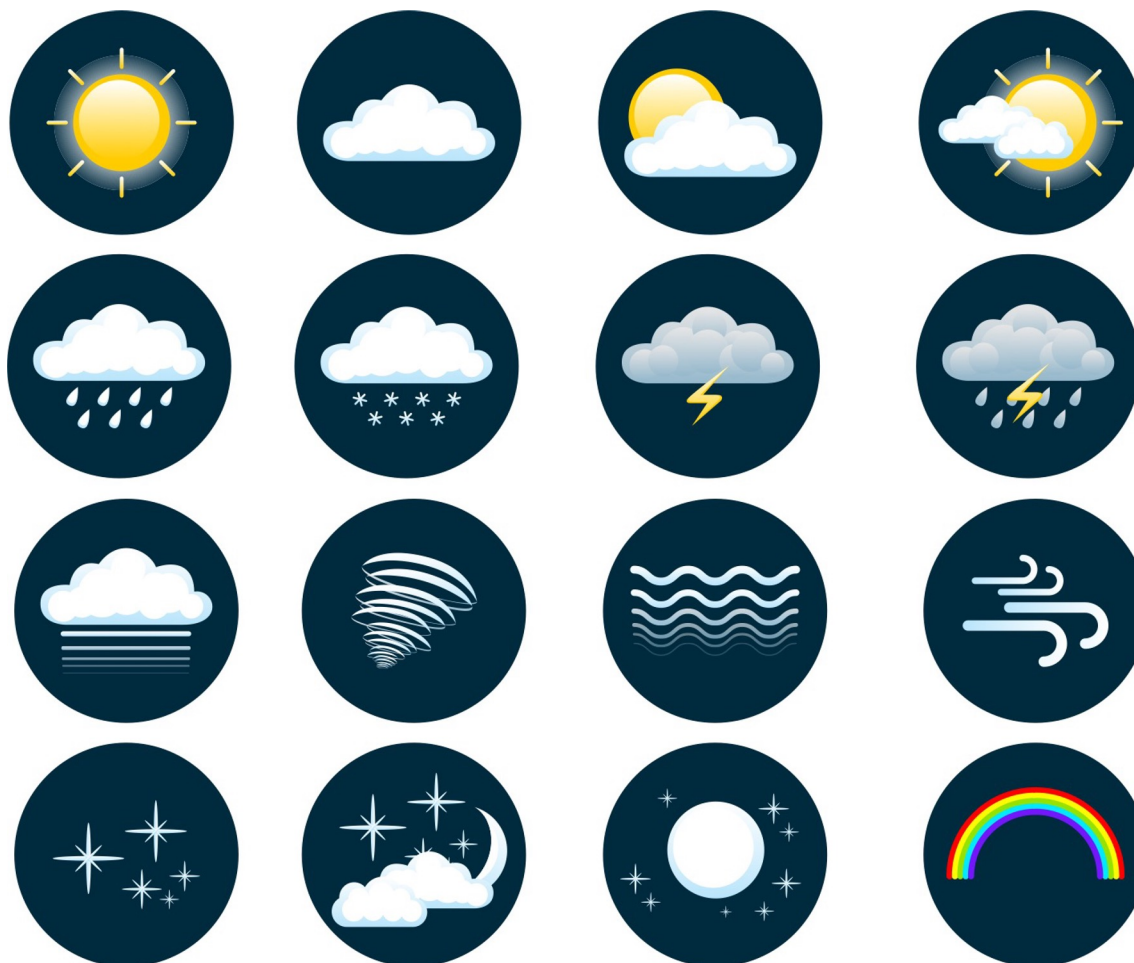
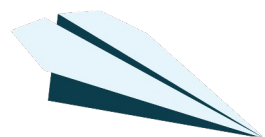
 CONFIDENTIALITÉ

 ÉCOUTE

 SOUVERAINETÉ

METEO PERSONNELLE

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



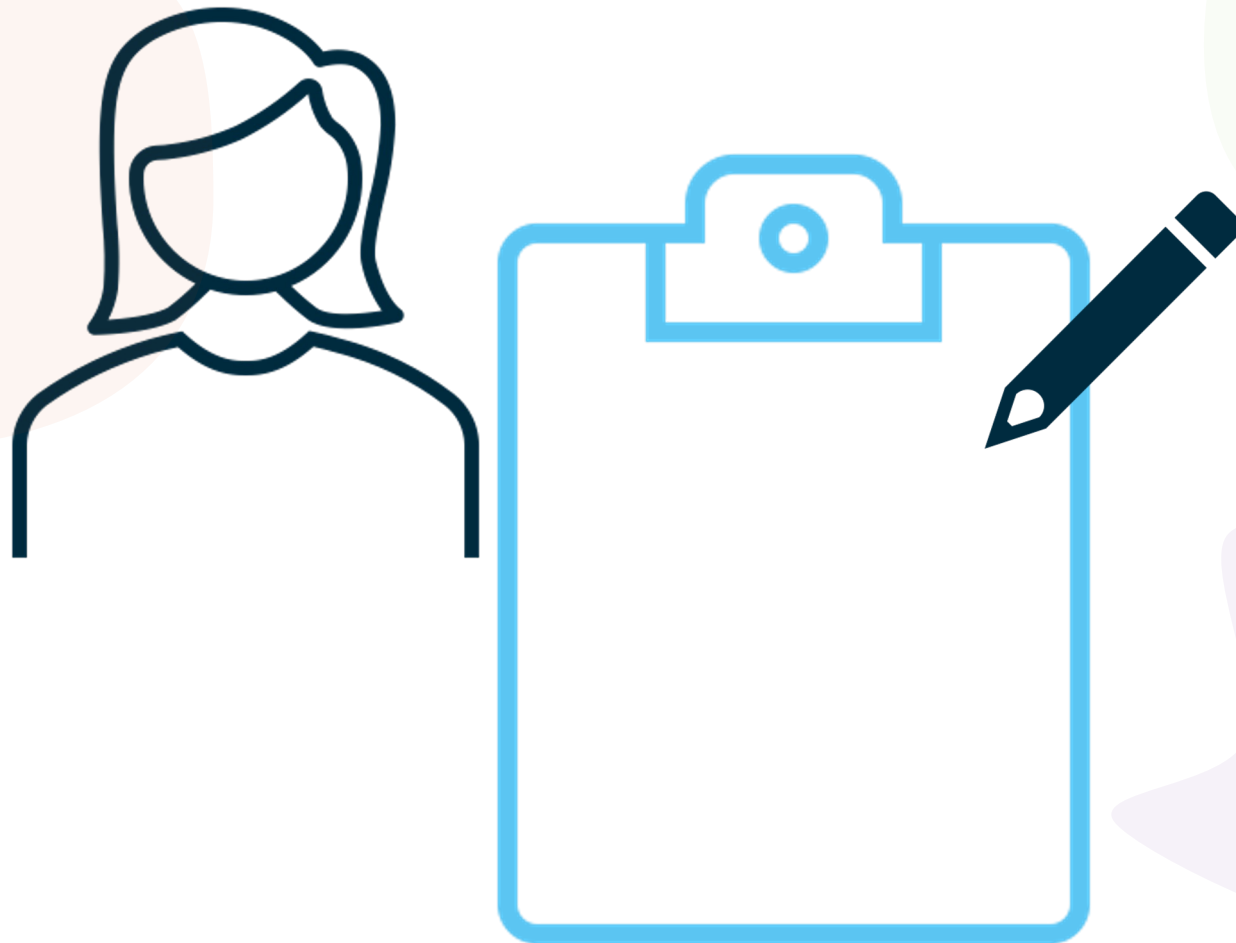
AUTO POSITIONNEMENT

ÉVALUATION DES ACQUIS EN ENTRÉE ?



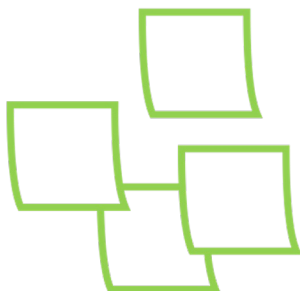
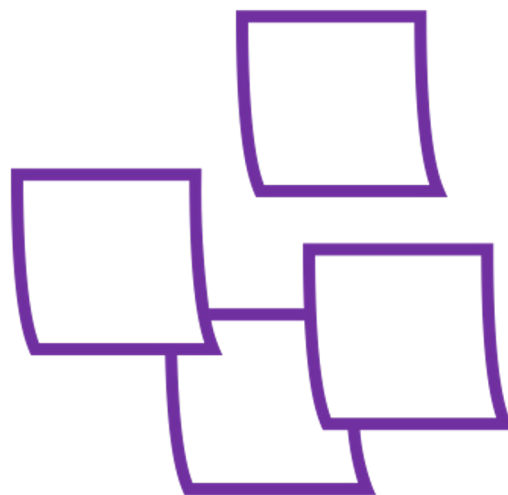
ICE BREAKER

Dessiner l'autre



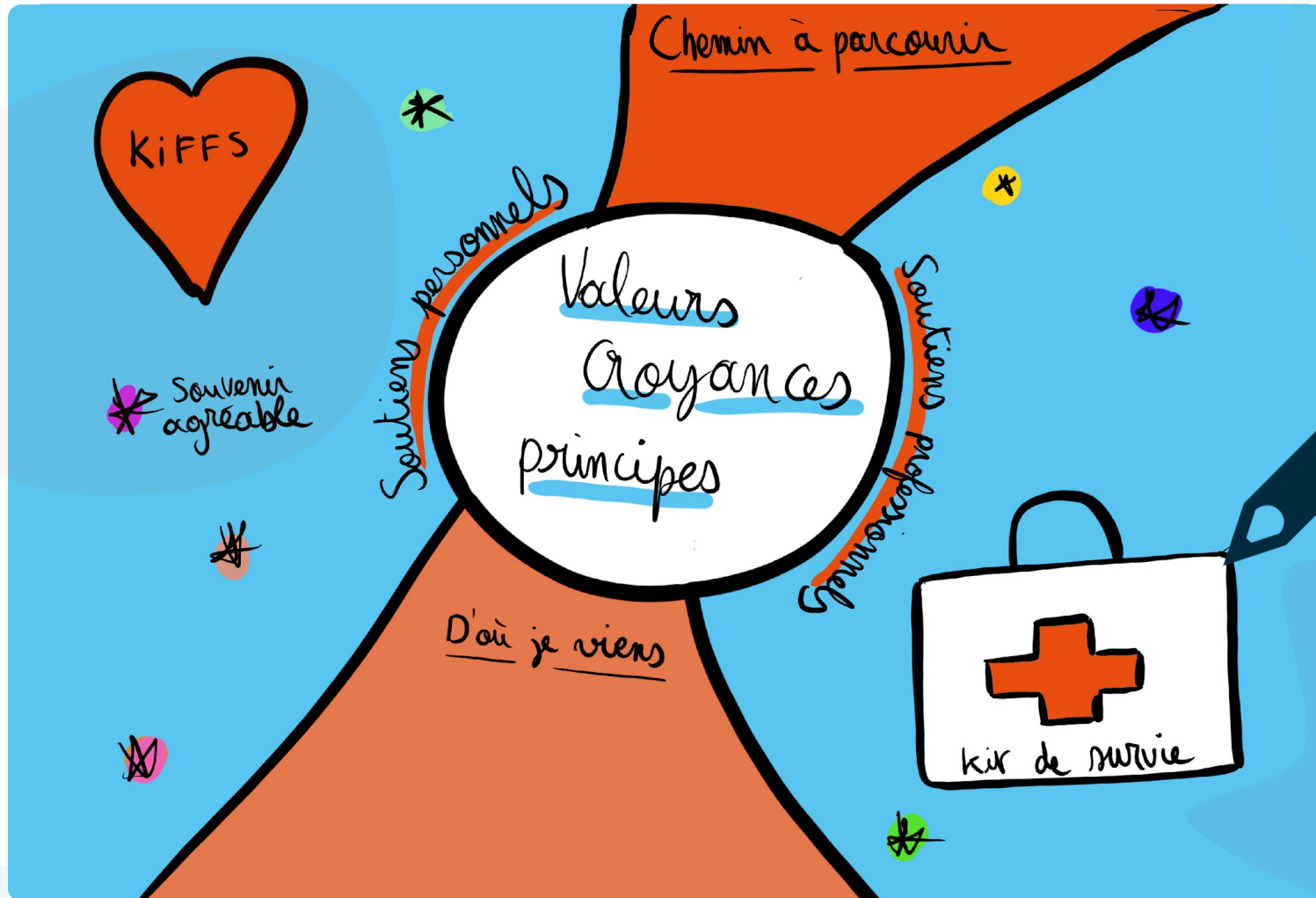
PEURS ET ATTENTES

Qu'est ce que tu attends et redoutes ?



VOYAGE DE VIE

Un canevas pour s'inspirer :

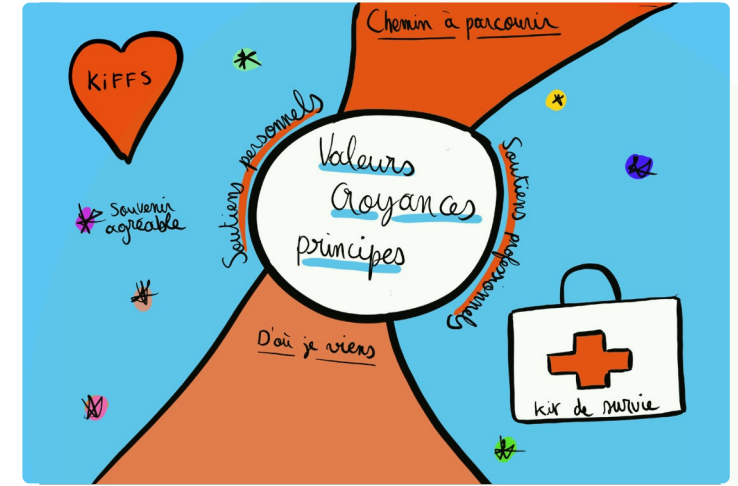


VOYAGE DE VIE

En détail !

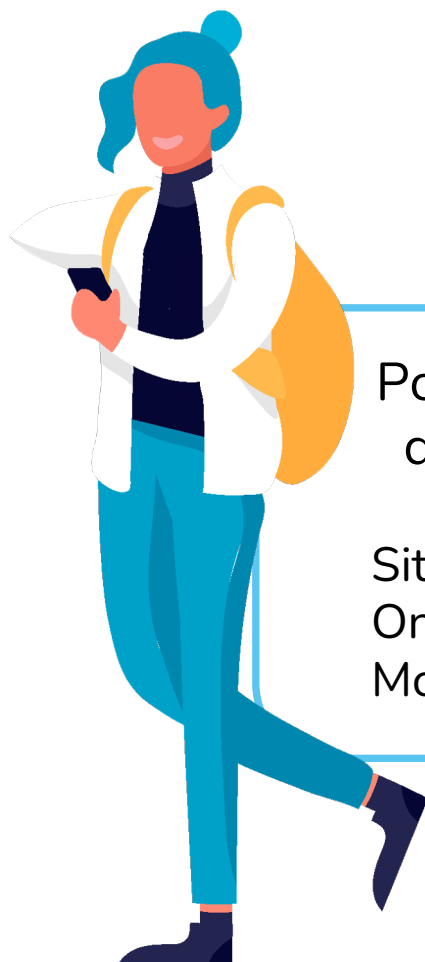
Le voyage de vie se matérialise sur une feuille de paperboard. Il fait apparaître, sous la forme d'écrits, dessins, collages :

- Au milieu de la feuille, un cercle, celui de ses valeurs, croyances, principes de vie
- Au dessous du cercle, le chemin parcouru (réussite, échecs et obstacles)
- Au dessus du cercle, le chemin à parcourir (rêves, projets et obstacles)
- Autour du cercle, les soutiens de sa vie (personnes physiques et morales, groupe, lieux, ...)
- Au-dessous à droite du cercle, le kit de survie (les forces qui permettent de surmonter les obstacles : compétences, qualités, principes, personnes, ...)
- Au-dessus à gauche du cercle, la boîte à kiff (passions, hobbies, ...)



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 CONNECTÉ.ES !



in

Awayke



awayke.org



be_awayke



be_awayke