



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

Distribuer la fiche « Je sais, je suis » ou une liste de qualités

Consigne :

1. « D'abord vous allez vous mettre par groupe, prendre connaissance de la liste de mots et éclaircir les termes en faisant appel aux adultes si besoin
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. »

Matériel

Fiche "Mes qualités, mes compétences"

Source

Pistes de vie , Fédération Nationale Couples et Familles, 2005

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 ?"

Eclairer 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"

Constituer les groupes de 3 ou 4



Annexe :

Mes qualités - mes compétences

Mes compétences, mes qualités

J'ai ou je sais :

J'ai une bonne mémoire

Je peux comprendre les autres

Je m'exprime facilement

J'ai des idées originales

Je sais écouter

Je sais diriger

J'écris facilement

J'ai le sens de l'observation

J'ai le sens de la justice

Je sais persuader

Je sais bien dessiner

Je sais travailler en équipe

J'ai l'oreille musicale

J'ai de l'imagination

J'ai le goût de l'effort

J'ai l'esprit critique

Je sais prendre des décisions

J'ai le sens de l'organisation

J'ai le sens de l'équilibre

J'ai l'esprit logique

J'ai une bonne forme physique

Autres.....

Je suis

Dynamique

Adroit(e)

Sympathique

Spontané(e)

Econome

Ambitieux(se)

Drôle

Curieux

Honnête

Tolérant(e)

Franc(che)

Courageux(se)

Travailleur(se)

Critique

Original(e)

Déterminé(e)

Digne de confiance

Sincère

Prudent(e)

patient(e)

Débrouillard

Astucieux(se)

Indépendant(e)

Enthousiaste

Réfléchi(e)

Sensible

Généreux(se)

Compréhensif(ve)

Efficace

.....