



ATLAS DES POINTS FORTS - Matériel



Ce produit a été élaboré dans le cadre du projet « Construire des ponts par l'éducation » de la Deutschen Volkshochschul-Verbands e.V.

Deutscher Volkshochschul-Verband e.V.

Obere Wilhelmstraße 32, 53225 Bonn

T: +49 (0) 228 97569-0

F: +49 (0) 228 97569-30

E: info@dvv-vhs.de

www.dvv-vhs.de

www.volkshochschule.de

Publication : juin 2018



Cette œuvre dispose d'une licence sous l'attribution Creative Commons – Pas d'utilisation commerciale
– Pas de modifications 4.0 Licence internationale

Matériel 1 : Carte des points forts

Esquissez le parcours de votre vie. Choisissez une couleur différente pour chaque domaine (famille, lieux de résidence, activités). Esquissez l'importance que vous accordez personnellement aux domaines mentionnés pendant les différentes phases de votre vie. Si ces phases étaient particulièrement importantes, identifiez-les à l'aide d'un trait épais. Si elles étaient moins importantes, faites un trait moins large. Notez les événements particuliers. Commentez votre croquis.

Modèle : La carte de mes points forts

Famille

Lieux de résidence

Âge

Amis

Profession

Lieux de formation

Autre activité (foyer)

Autre activité (vie sociale)

Autre activité (s'occuper de personnes âgées et d'enfants)

Autre activité (connaissances médicales)

Autre activité (travail artisanal)

Autre activité (agriculture)

Autre activité (activités créatives)

Autres activités

Compétence interculturelle

1. Langue étrangère

2. Langue étrangère

3. Langue étrangère

4. Langue étrangère

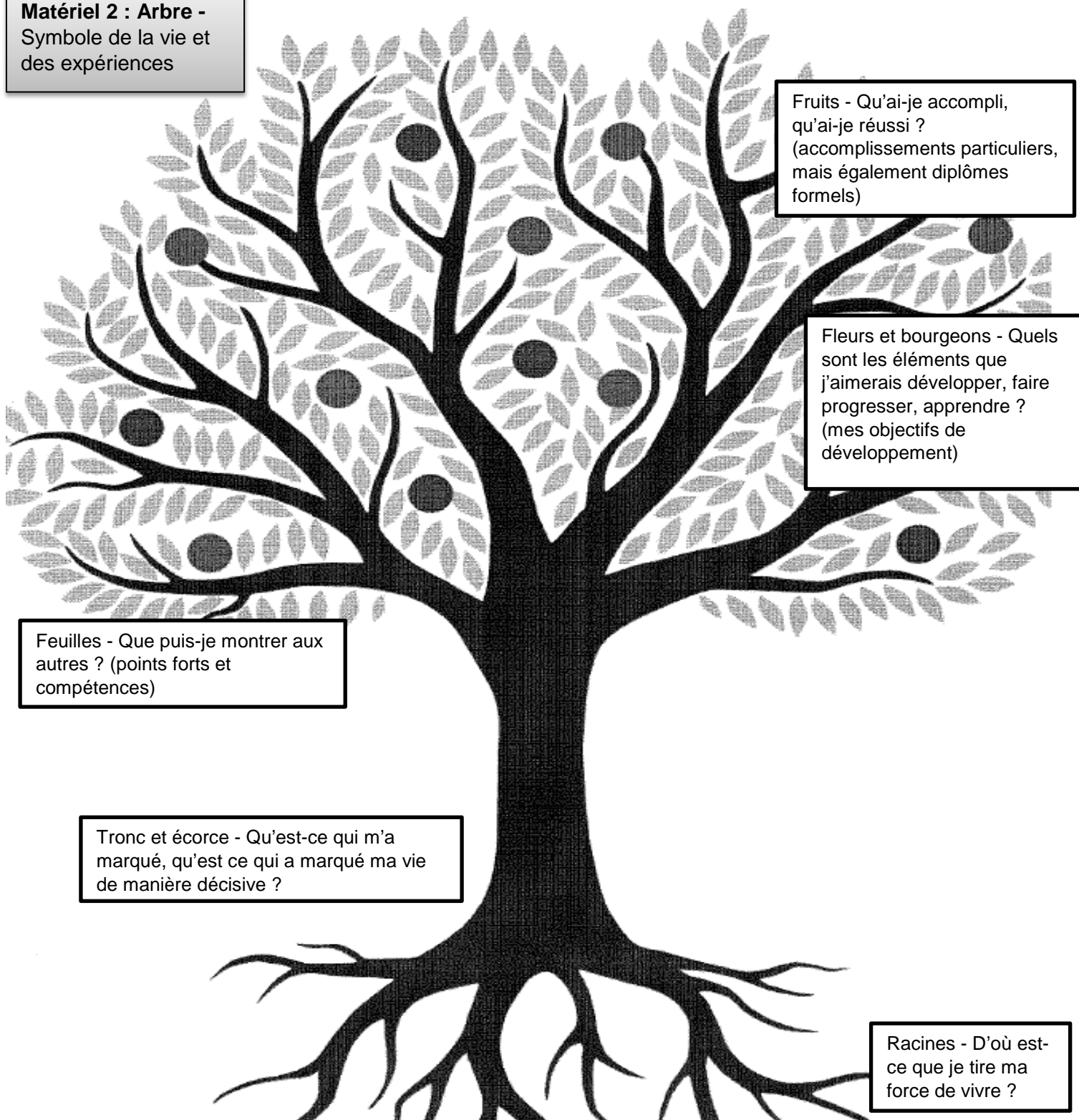
Modèles

Valeurs

Contacts personnels

Droit d'auteur : DVV ; développé dans le cadre du projet « Construire des ponts par l'éducation »

Matériel 2 : Arbre -
Symbole de la vie et
des expériences



Fruits - Qu'ai-je accompli,
qu'ai-je réussi ?
(accomplissements particuliers,
mais également diplômes
formels)

Fleurs et bourgeons - Quels
sont les éléments que
j'aimerais développer, faire
progresser, apprendre ?
(mes objectifs de
développement)

Feuilles - Que puis-je montrer aux
autres ? (points forts et
compétences)

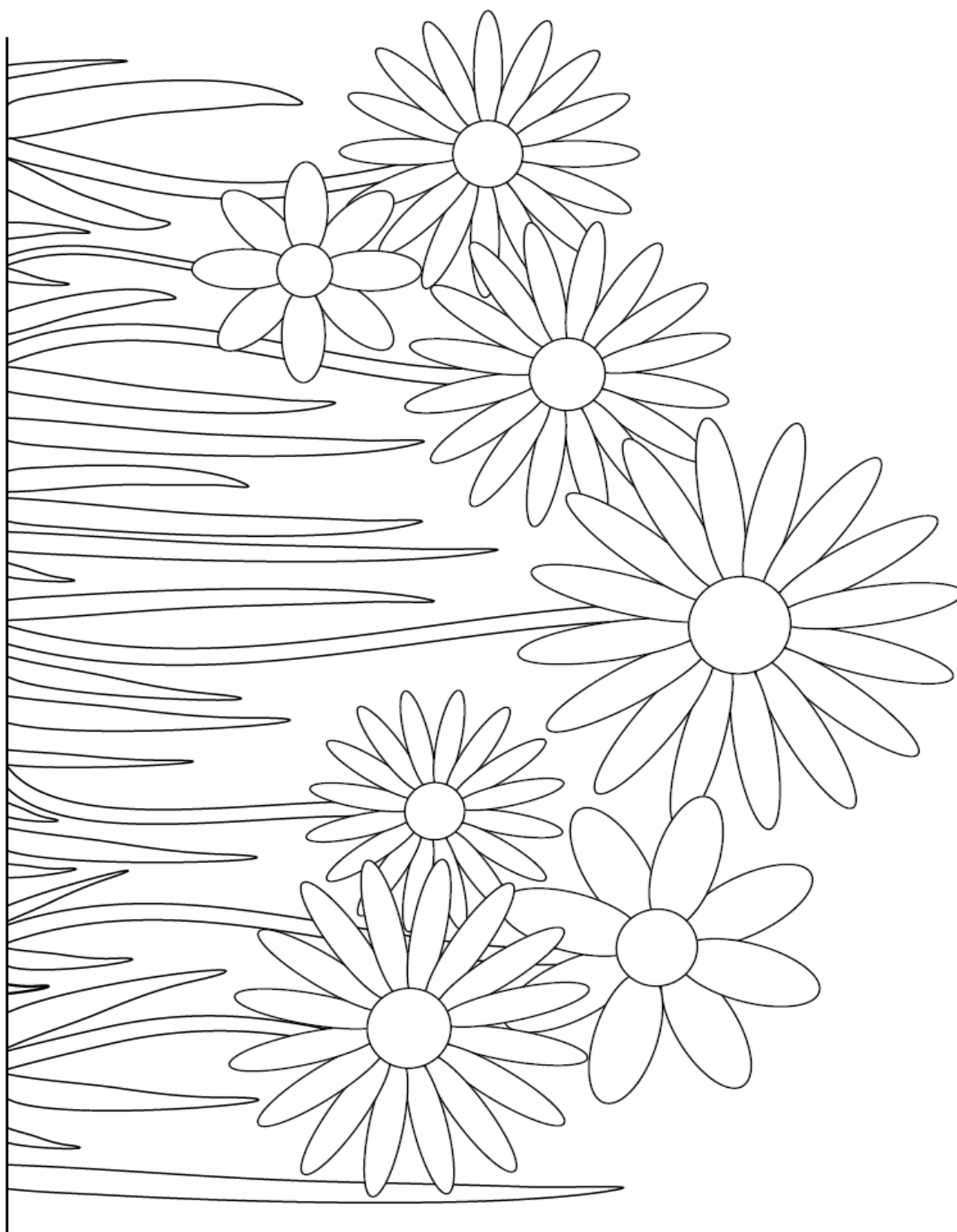
Tronc et écorce - Qu'est-ce qui m'a
marqué, qu'est ce qui a marqué ma vie
de manière décisive ?

Racines - D'où est-
ce que je tire ma
force de vivre ?

Donnez aux participants une feuille DIN A3 et demandez-leur de dessiner un arbre avec des racines, un tronc, des feuilles et des fleurs. Ils devront alors indiquer quelles sont leurs racines, etc.

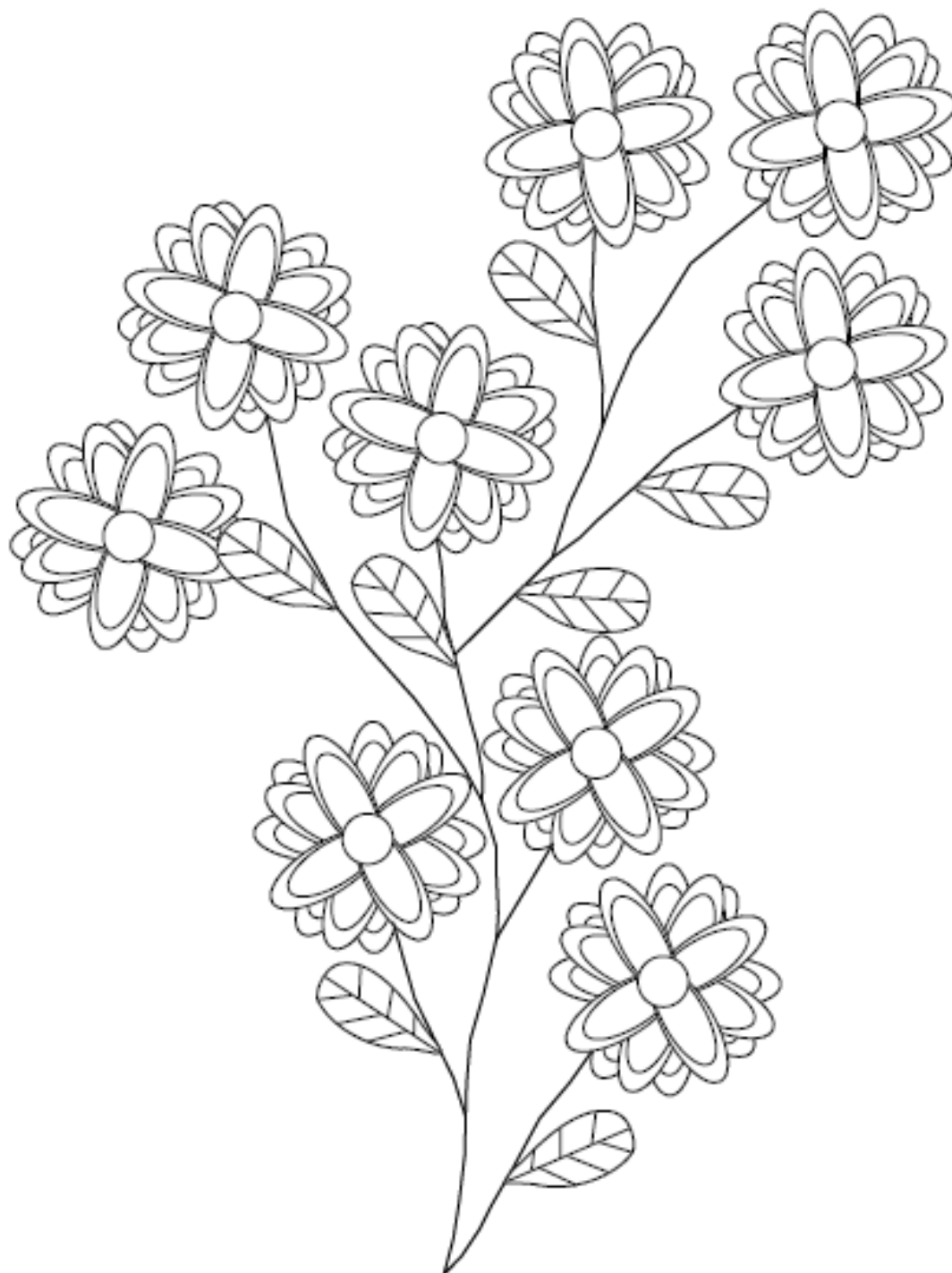
Cet exercice peut durer 20 minutes ou plus.

Cette durée peut être réduite si vous leur fournissez l'esquisse d'un arbre et que les participant(e)s n'ont plus qu'à le remplir. (Droit d'auteur : Ries, Zurich 1998)

Matériel 3 : Champ de fleurs

Donnez aux participants une feuille DIN A3 et demandez-leur de dessiner un champ de fleurs avec des racines, des tiges, des feuilles et des fleurs. Servez-vous ici de la méthode de l'arbre. Cet exercice peut durer 20 minutes ou plus.

© kinder-malvorlagen.com

Matériel 3a : Tige d'une fleur

Donnez aux participants une feuille DIN A3 et demandez-leur de dessiner un champ de fleurs avec des racines, des tiges, des feuilles et des fleurs. Servez-vous ici de la méthode de l'arbre. Cet exercice peut durer 20 minutes ou plus.

© kinder-malvorlagen.com

Ce produit a été élaboré dans le cadre du projet
« Construire des ponts par l'éducation »
de la Deutschen Volkshochschul-Verbands e.V.

Gefördert durch

giz Deutsche Gesellschaft
für Internationale
Zusammenarbeit (GIZ) GmbH

Im Auftrag des

 Bundesministerium für
wirtschaftliche Zusammenarbeit
und Entwicklung

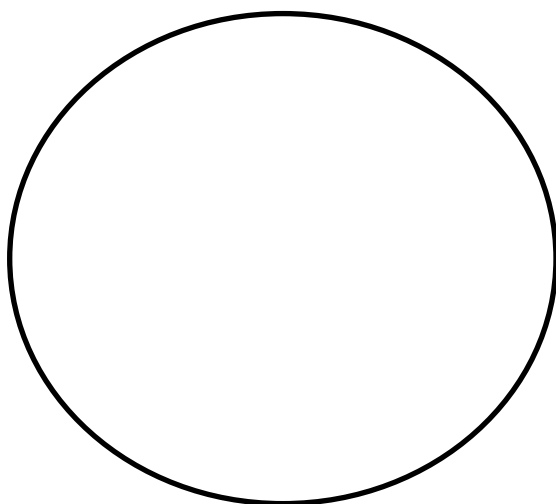
Programm Perspektive Heimat

Matériel 4 - Cercle de vie

Étape 1 : Abordez les questions suivantes avec les participants.

Préparation - Phases de vie

- Que s'est-il passé ?
- – Quelle est ma situation actuelle ?
- – Qu'est-ce que j'attends/j'espère ?
- Qu'est-ce qui m'a marqué ? Quels événements marquants ont eu lieu ?



Étape 2 : Laissez les participants inscrire leurs résultats sous forme de carte mentale, en partant du cercle.

- École maternelle, école
- Service militaire, service civil
- Formation, études
- Stages, emplois
- Profession
- Formation complémentaire, formation continue
- Famille, enfants
- Ami(e)s, camarades de classe
- Loisirs, passions
- Bénévolat

Inspiré de Richard Nelson Bolles, 1970, « What colour is your parachute? »

Matériel 5 - Je suis une personne...

- patiente avec les enfants
- patiente avec les personnes âgées
- forte
- ordonnée
- aimable
- fiable
- ponctuelle
- travailleuse
- qui aime le contact
- capable de travailler en groupe
- rapide
- appréciée
- décidée
- rarement malade
- sportive
- loyale
- courageuse
- empathique
- déterminée
- habile de ses mains
- _____
- _____

Droit d'auteur : Monika Simikin, Mannheimer Abendakademie

- **Je peux/sais...**
- cuisiner
- dessiner
- bien écrire
- bien calculer
- lire vite et bien
- planifier et organiser
- bien parler
- bien apprendre
- travailler avec les animaux
- bien écouter
- gérer l'argent
- économiser
- résoudre des problèmes
- bricoler
- coudre
- tricoter
- poser du papier peint
- peindre
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

Droit d'auteur : Monika Simikin, Mannheimer Abendakademie

Ces valeurs ont une grande importance pour moi

- patience
- assiduité
- serviabilité
- performance
- amitié
- famille
- joie
- paix
- politesse
- propreté
- calme
- sécurité
- _____
- _____
- _____
- _____

Droit d'auteur : Monika Simikin, Mannheimer Abendakademie

Ce produit a été élaboré dans le cadre du projet
« Construire des ponts par l'éducation »
de la Deutschen Volkshochschul-Verbands e.V.

Gefördert durch

 **giz** Deutsche Gesellschaft
für Internationale
Zusammenarbeit (GIZ) GmbH

Im Auftrag des

 Bundesministerium für
wirtschaftliche Zusammenarbeit
und Entwicklung

Programm Perspektive Heimat

Matériel 6 - Questions de réflexion

1. Quelles ont été les situations importantes dans votre vie, qui vous ont transformé ou qui vous ont apporté quelque chose ?
2. Au cours de votre vie, quelle situation vous a beaucoup appris ?
3. Dans votre situation actuelle : Quelles sont vos motivations pour apprendre ?
4. Selon vous, quels sont vos points forts et d'où tirez-vous l'énergie nécessaire pour votre situation actuelle ?
5. Quelles sont vos difficultés ?
6. Qu'aimeriez-vous faire à l'avenir ? Et comment comptez-vous atteindre ces objectifs ?

Source : Élaboré à partir des bilans de compétences lors des entretiens de formation

Matériel 7 - Domaines d'activités

Énoncé : Veuillez noter les activités que vous avez exercées jusqu'à aujourd'hui. Dans un second temps, notez les tâches et les exigences que vous avez remplies pendant cette période, ainsi que les compétences que vous avez utilisées ou acquises en effectuant ces tâches. Pour chaque période, notez maintenant les compétences que vous souhaitez continuer ou commencer à utiliser.

Domaines d'activités dans ma vie			
Vie quotidienne	Activités	Quelles sont mes compétences ? Lesquelles ai-je apprises afin de pouvoir faire quelque chose ?	Qu'est-ce que je veux développer ? Continuer à apprendre ?
Foyer			
Famille			
Enfants			
Profession			
École			
Voisinage			
Loisirs			
Intérêts			
Situations de vie particulières			
Vivre en Allemagne ou dans un autre pays			

Source : Élaboré à partir des bilans de compétences lors des entretiens de formation

Matériel 8 : Mes réussites

Qu'est-ce que j'ai bien réussi ?

Arrière-plan :

Qu'est-ce que j'ai fait exactement ?

De quelles compétences et qualités ai-je fait preuve ?

Mon résultat :

Qu'est-ce que j'ai préféré faire ?

Droit d'auteur : Talentkompass NRW

Ce produit a été élaboré dans le cadre du projet
« Construire des ponts par l'éducation »
de la Deutschen Volkshochschul-Verbands e.V.

Gefördert durch

 **giz** Deutsche Gesellschaft
für Internationale
Zusammenarbeit (GIZ) GmbH

Im Auftrag des

 Bundesministerium für
wirtschaftliche Zusammenarbeit
und Entwicklung

Programm Perspektive Heimat

Matériel 9 - 20 choses que j'aime faire

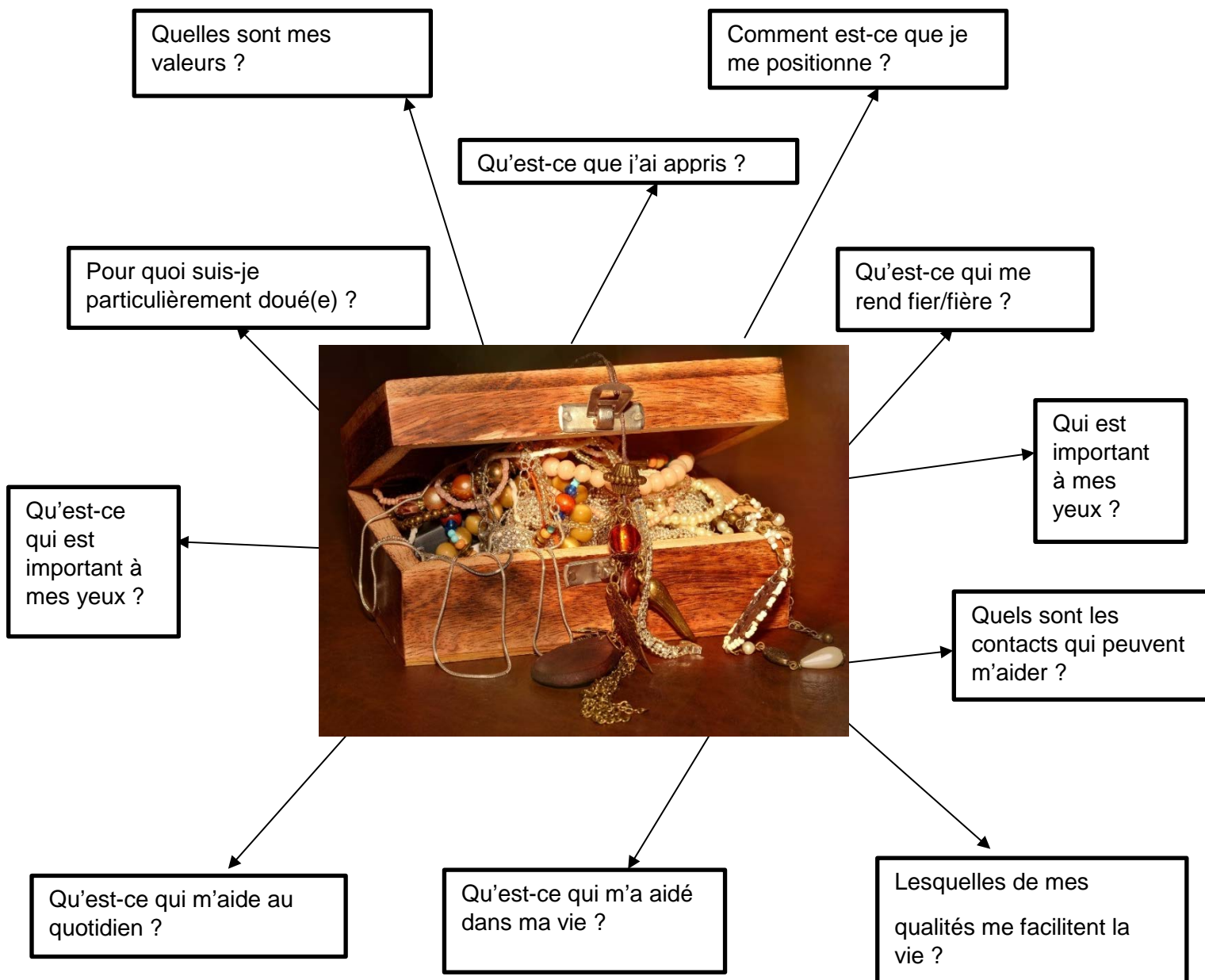
1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.
11.
12.
13.
14.
15.
16.
17.
18.
19.
20.

Il s'agit ici de noter sans trop réfléchir à des choses qui font plaisir. Ce sont souvent de petites choses, comme aller se promener ou jouer d'un instrument.

Une collection de belles choses peut aider quand ça va un peu moins bien. Les participants peuvent noter cette liste sur un beau papier et la décorer joliment.

Source : Barbara Sher « Wishcraft. Vom Wunschtraum zum erfüllten Leben » (Universitas Verlag, Tubinge)

Matériel 10 - Mon trésor personnel



Élaboré dans le cadre du projet « Construire des ponts par l'éducation ».

Matériel 11 - De l'idée à l'objectif

Formuler clairement son objectif :

- -se sentir bien - positif - efficace - motivant - concret - planifié - réaliste - écologique

1. Ébauche

2. Ébauche

3. Ébauche – Voilà ce que je veux atteindre !

Surmonter des obstacles/Que faire maintenant ? (surmonter des obstacles = les considérer comme une opportunité)

obstacle = opportunité

Plus concrètement :

Idées pour les surmonter :

Ce que je vais faire :

- **Planification Je commence par quoi ? Planification concrète**

- Quand :

- Quoi :

- Les éléments à prendre en compte :

- Qui peut me soutenir ? / À qui dois-je penser ? :

- Avec quels moyens :

- Qu'est-ce qui peut m'aider/Qui peut m'aider ?

- En cas d'urgence, je ? :

Droit d'auteur : Talentkompass NRW

Ce produit a été élaboré dans le cadre du projet
« Construire des ponts par l'éducation »
de la Deutschen Volkshochschul-Verbands e.V.

Gefördert durch

 giz Deutsche Gesellschaft
für Internationale
Zusammenarbeit (GIZ) GmbH

Im Auftrag des

 Bundesministerium für
wirtschaftliche Zusammenarbeit
und Entwicklung

Programm Perspektive Heimat

Matériel 12 - Le soleil des options

Le soleil des options est une méthode qui aide à visualiser les différentes alternatives, simplement et sans trop d'efforts.

Au milieu du chevalet de conférence (ou de la feuille DIN A4), noter le thème dont il est question, par exemple les options professionnelles actuelles.

Inscrire les options comme des rayons : les différentes options sont écrites sous forme de rayons partant du centre, une option par rayon. Il s'agit tout d'abord de définir les options que le client/la cliente a déjà en tête et dans son cœur.

Le talent du conseiller réside dans la capacité à se servir des récits du client pour détecter d'autres possibilités et en proposer de nouvelles.

Le client/la cliente doit alors évaluer et noter l'attrait de ces options sur une échelle de 0 à 10.

Dans un second temps, le client/la cliente doit évaluer la faisabilité de ces options sur une échelle de 0 à 10, puis l'inscrire en utilisant une couleur différente. Discuter du résultat.

Généralement, une ou deux options se dégagent, qui semblent à la fois attrayantes et suffisamment réalisables. Il s'agit ensuite d'en discuter plus en détails et de les examiner sur le plan du bilan affectif si nécessaire.

Qu'est-ce qu'un bilan affectif ? Et à quoi sert-il ?

Un bilan affectif permet d'examiner à nouveau une option.

Il est alors possible de définir directement des mesures concrètes :

- Que pourrait faire le client/la cliente afin d'augmenter les valeurs positives et de réduire les valeurs négatives d'une option ?

Un bilan affectif est également utile pour déterminer intérieurement si une option est positive ou négative.

Droit d'auteur : IFL, Irmgard Betzler

Matériel 13 : Cartes illustrées

Des cartes illustrées sont disposées et reliées à des questions spécifiques. Les participants choisissent une image qui les interpelle. Une image peut par exemple devenir le symbole d'un objectif qu'on souhaite atteindre.

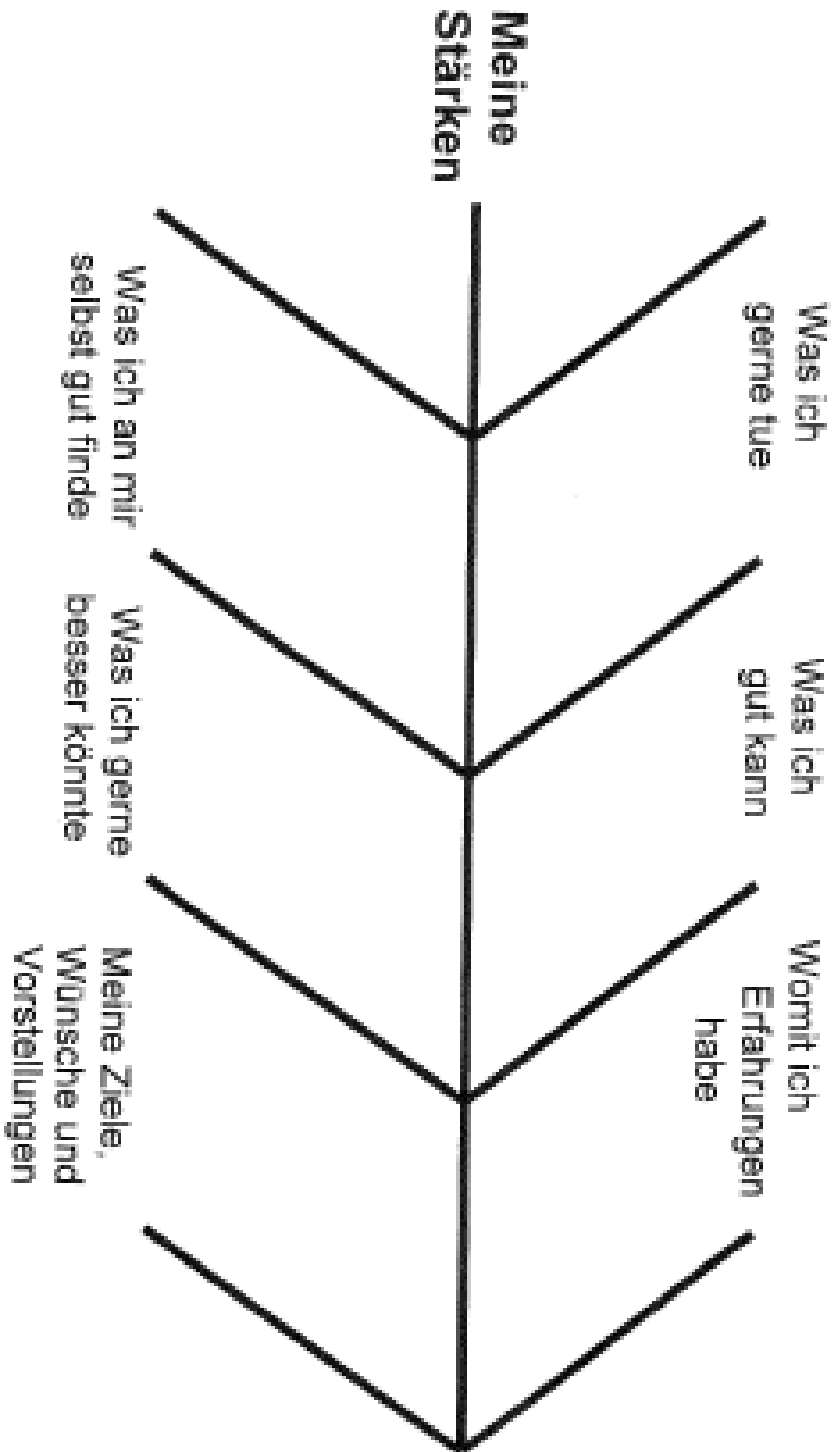
Lorsqu'elles sont associées à des idées et à des objectifs, les images sont mieux ancrées dans la mémoire. Les participants reçoivent une copie de l'image, ce qui leur donne un point d'ancrage pour se souvenir de leurs objectifs, par exemple.



Source : <https://www.123effizientdabei.de>

Droit d'auteur : Cartes illustrées issues du « Zürcher Ressourcenmodell » selon Maja Storch

Stärkenprofil



Stärkenprofil	Profil des points forts
Meine Stärken	Mes points forts
Was ich gerne tue	Ce que j'aime faire
Was ich gut kann	Ce que je sais bien faire
Womit ich Erfahrungen habe	Les domaines où j'ai de l'expérience
Was ich an mir selbst gut finde	Les qualités que j'aime chez moi
Was ich gerne besser könnte	Ce que j'aimerais mieux faire
Meine Ziele, Wünsche und Vorstellungen	Mes objectifs, souhaits, attentes

Source : Élaboré à partir des bilans de compétences lors des entretiens de formation

Matériel 15 - Évaluation des compétences (court)

Nom de famille : _____

Prénom : _____

Lieu / Pays de naissance : _____

Date de naissance : _____

Numéro de téléphone : _____

Adresse e-mail : _____

célibataire : marié(e) : L'époux/épouse travaille en tant que _____

Enfants : _____ Âge des enfants : _____

Quelles langues parlez-vous :

Pendant combien d'années avez-vous été à l'école : _____

Diplôme de fin d'études : lequel / quand / où : _____

Profession : _____

Diplôme de fin de formation professionnelle : lequel / quand / où : _____

Autres activités : _____

Études : _____

Diplôme lequel / quand / où : _____

1. Pendant combien d'années avez-vous été à l'école ?

2. Qu'est-ce qui vous plaisait quand vous étiez à l'école ? Dans quelles matières étiez-vous particulièrement doué(e) ?

3. Quelles étaient vos activités extra-scolaires ? Qu'est-ce qui vous plaisait particulièrement ?

4. Avez-vous une formation professionnelle ? Si oui, laquelle ? Où et pendant combien de temps avez-vous exercé ce métier ? Aimiez-vous ce travail ? Qu'est-ce qui vous plaisait le plus ?

5. Avez-vous travaillé ou fait un stage en Allemagne ? Si oui, qu'avez-vous fait exactement ? Qu'est-ce qui vous a plu et pourquoi ?

6. Qu'aimeriez-vous faire dans votre pays, où aimeriez-vous travailler ?

7. Comment allez-vous atteindre les objectifs que vous vous êtes fixés pour votre vie dans votre pays ?

8. Y a-t-il des personnes que vous aimeriez contacter dans votre pays/que vous avez déjà contacté, qui vont/peuvent vous aider pour votre réintégration ?

Droit d'auteur : Mannheimer Abendakademie