

DEROULE

PRESENTATION/EXPERIMENTATION

ATELIER COMPETENCES

PSYCHOSOCIALES IREPS

Objectif général : expérimenter les compétences psychosociales et la méthode d'animation lors des ateliers CPS animés par les intervenants Ireps Occitanie

Durée : 1h15

Horaires	Objectifs pédagogique	Activité pédagogique
10min	Instaurer une ambiance conviviale /Avoir conscience de soi / Mieux se connaître soi et mieux connaître les autres / S'auto-évaluer positivement / Se présenter	Brise-glace
		<i>Plusieurs activités possibles selon le temps disponible.</i> Portrait Chinois Portrait Croisé
15 min	Identifier l'enjeu des Compétences psychosociales pour la santé et le bien-être	Brainstorming Santé
15min	Expérimenter les compétences émotionnelles / Développer la perception de ses émotions / Comprendre ses émotions et ses besoins	Compétences Emotionnelles
		<i>Plusieurs activités possibles selon le temps disponible.</i> Carte des émotions Carte des besoins Jeu de la ligne des émotions
15 min	Expérimenter les compétences cognitives / Développer son esprit critique / développer son esprit créatif / identifier les processus de prise de décision	Compétences Cognitives
		<i>Plusieurs activités possibles selon le temps disponible.</i> Jeu de la bille Tableaux trompe l'œil Phrases esprit critique Phrases esprit créatifs Enigme de la casserole
15 min	Expérimenter les compétences relationnelles / identifier les leviers d'une communication efficace / comprendre l'écoute empathique	Compétences Relationnelles
		<i>Plusieurs activités possibles selon le temps disponible.</i> Jeu des dominos Jeu du bouche-à-oreille Code morse Jeu des thèmes Expérience de la première impression
5 minutes	S'approprier les concepts dans sa pratique et remettre en lien avec la vie quotidienne	Tour de table des expériences