

Grande compétence : Communiquer des idées et de l'information

- B3 : Remplir et créer des documents

Tâche 5

Créer un inventaire des événements marquants et positifs de sa vie, afin d'en analyser l'impact. (Niveau 2)

Durée approximative : 60 minutes, selon la capacité de votre groupe

Note : Durant cette activité, les personnes apprenantes dressent un inventaire des événements marquants et positifs qui ont eu un impact dans leur vie et qui ont contribué à augmenter leur confiance. Ensuite, elles voient comment elles se sentent quand elles pensent à ces événements. S'assurer que l'ambiance demeure positive en tout temps.

Pistes d'animation suggérées

- Souligner que nous vivons tous des événements marquants positifs qui contribuent à augmenter notre confiance en nous-mêmes. Il est important d'en être conscients pour pouvoir en déterminer l'impact sur notre vie. Reportez-vous aux expériences positives déjà partagées par les personnes apprenantes. Si certaines parlent d'événements négatifs, les inviter à attendre pour en discuter à la prochaine activité.
- En vous inspirant de l'Annexe 3, inviter les personnes apprenantes à dresser dans leur cahier de travail personnel un inventaire en 3 colonnes de leurs habiletés, aptitudes et compétences. Leur demander aussi de trouver au moins 4 événements dans leur vie qui ont eu un effet positif sur le développement de ces habiletés, aptitudes et compétences (par exemple, premier emploi, diplôme, naissance d'un enfant, réussite d'un examen). Enfin, leur demander d'indiquer ce qu'elles ont alors ressenti. Souligner que le groupe va revenir à ce tableau à la prochaine activité.

Voici un exemple de tableau.

Habiletés, aptitudes et compétences	Événement	Sentiment
1. Attitude serviable et portée vers les gens	Premier emploi comme serveur	Fier et heureux d'aider et de servir des gens
2. Confiance en soi	Réussite d'un projet d'équipe	Confiant d'être capable de faire du bon travail
3. Patience	Emploi d'été en construction	Capable d'effectuer des tâches répétitives et de travailler dans le bruit
4. Aptitude verbale	Donner des directives claires à un groupe de visiteurs	Surpris de très bien communiquer l'information

Annexe 3

Inventaire des aptitudes, habiletés et compétences

Aptitude / habileté	
 <p>Force physique</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Je suis fort et je peux faire des travaux lourds. • Je suis capable de rester assis pendant de longues périodes. • J'ai de l'endurance et je peux faire des choses répétitives pendant une longue période.
 <p>Dextérité manuelle</p>	<ul style="list-style-type: none"> • J'ai du talent pour construire des choses avec mes mains. • Je suis bon dans les travaux de minutie. • Je suis bon pour faire des travaux de cueillette ou manipuler de petits objets avec mes doigts.
 <p>Aptitudes verbales</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Je suis bon pour entretenir une conversation. • J'exprime bien mes opinions et mes idées. • J'ai une voix qui porte bien. • Je suis un bon orateur.
 <p>Aptitudes en calcul</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Je suis bon pour faire des budgets. • Je suis bon en calcul mental. • Je suis bon pour faire des estimations. • Je suis bon pour recueillir des fonds dans un but précis. • J'ai une bonne mémoire des chiffres.
 <p>Capacités intellectuelles</p>	<ul style="list-style-type: none"> • J'apprends facilement et rapidement. • Je suis bon pour solutionner des problèmes. • Je suis bon pour faire des liens entre les choses. • Je saisis bien les concepts abstraits.
 <p>Équilibre</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Je suis bon pour grimper sur des échelles, des échafaudages, etc. • Je n'ai pas peur des hauteurs. • J'ai un bon équilibre. • Je suis capable de demeurer dans un espace réduit.

Annexe 3 (suite)

Aptitude / habileté	
 <p style="text-align: center;">Sens de l'observation</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Je remarque beaucoup les petits détails. • J'ai un bon sens des couleurs. • Je suis bon pour estimer la distance entre des objets. • Je remarque des choses et je m'en souviens.
 <p style="text-align: center;">Patience</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Je peux effectuer des tâches répétitives pendant de longues périodes. • Je peux supporter beaucoup de bruit. • Je suis bon pour travailler avec des enfants agités. • Je suis bon pour travailler avec des personnes âgées.
 <p style="text-align: center;">Coordination oculo-manuelle</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Je suis bon dans les travaux comme la cuisine, la couture ou le tricot. • Je suis bon pour faire fonctionner des machines. • J'ai des talents de coiffeur. • J'ai des talents en peinture.
 <p style="text-align: center;">Créativité</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Je peux inventer des jeux ou des histoires. • J'ai du talent pour créer des cadeaux originaux. • Je peux créer de bonnes recettes originales. • Je suis bon pour bricoler, peindre, etc.
 <p style="text-align: center;">Esprit de collaboration</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Je suis bon pour travailler avec d'autres personnes. • Je fais du bénévolat dans un hôpital, une école ou ailleurs. • Je participe à la planification et à l'organisation d'un projet. • J'aide les gens en difficulté.
 <p style="text-align: center;">Aptitudes à la vente</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Je suis bon pour organiser des ventes de garage et y vendre des choses. • Je suis bon pour convaincre une autre personne des bienfaits d'un produit. • Je suis serviable. • Je sais évaluer les gens assez rapidement.