

Presentation by Acumen Training



Module 3

**Programme de Formation Continue :
Compétences clés pour l'autonomie sociale,
personnelle et professionnelle**

Leçon 4

*Conscience de soi, prise de
décision et résolution de
problèmes*

Programme de la Leçon 4

1. Introduction et assignation du scénario ;
2. Analyse du scénario et identification des problèmes ;
3. Identification des facteurs clés de succès ;
4. Planification stratégique et développement de solutions ;
5. Présentation et évaluation par les pairs ;
6. Réflexion et synthèse.

Objectifs de la Leçon 4

- 1. Comprendre des scénarios de la vie réelle** : Les participants exploreront et analyseront divers scénarios nécessitant une prise de conscience de soi, une prise de décision et la résolution de problèmes, tels que le démarrage d'un nouvel emploi, le déménagement dans un nouveau pays ou l'entrée à l'université.
- 1. Identifier et expliquer les facteurs clés de succès** : Les participants identifieront et expliqueront les facteurs critiques liés à la conscience de soi, à la prise de décision et à la résolution de problèmes qui contribuent à la réussite de ces scénarios, en comprenant leur importance et leur impact.
- 1. Planification collaborative** : A travers un travail de groupe, les participants élaboreront un plan complet intégrant la connaissance de soi, une prise de décision efficace et des stratégies de résolution de problèmes pour réussir les scénarios proposés.
- 1. Faciliter la discussion et la réflexion** : L'activité se terminera par une discussion au cours de laquelle les participants réfléchiront à l'importance de la connaissance de soi, de la prise de décision et de la résolution de problèmes dans ces scénarios, et à la manière dont ces facteurs contribuent à faire des choix éclairés et à obtenir des résultats positifs.

Plan de la leçon

Instruction en face à face : Activité 4

Conscience de soi, prise de décision et résolution de problèmes



30 MIN.

1. Identifier et comprendre les facteurs clés nécessaires à la connaissance de soi, à la prise de décision et à la résolution de problèmes.
2. Explorer les facteurs qui peuvent influencer ce processus.

90 MIN.

1. Exercice de réflexion :

Prenez quelques minutes pour réfléchir à une situation spécifique dans laquelle vous avez dû faire appel à la conscience de soi, prendre une décision ou résoudre un problème. Réfléchissez aux facteurs qui ont influencé votre approche et votre résultat. Décrivez brièvement cette situation sur une feuille de papier, en incluant les facteurs clés qui ont joué un rôle dans votre prise de conscience, votre prise de décision ou votre processus de résolution de problème.

Plan de la leçon

Instruction en face à face

Discussion guidée

120 MIN.

Séance FAQ

L'animateur invitera les participants à poser des questions sur tous les sujets abordés.

Plan de la leçon

Durée totale : 1140 minutes (24 heures)

Les activités seront organisées en une moyenne de 6 heures par jour ; le matin et l'après-midi ; 4 heures le matin et 2 heures l'après-midi (avec une pause déjeuner entre les deux et 3 pauses, 2 le matin et 1 l'après-midi), sur décision du formateur/facilitateur. Si le module de formation est organisé en 4 jours, la durée par jour est la suivante :

- Jour 1 : Introduction (30 minutes) + Activité 1 (90 minutes) + Discussion et conclusion (120 minutes) + Apprentissage autonome (120 minutes)
- Jour 2 : Introduction (30 minutes) + Activité 2 - (90 minutes) + Discussion guidée (120 minutes) + FAQ (30 minutes) + Apprentissage autonome (120 minutes)
- Jour 3 : Activité 3 - (120 minutes) + Discussion et conclusion (120 minutes) + Apprentissage autonome (120 minutes)
- **Jour 4 : Introduction (30 minutes) + Activité 4 - (90 minutes) + Discussion et conclusion (120 minutes) + Apprentissage autonome (120 minutes)**

Chaque jour, les activités comprendront une formation dirigée par un instructeur, des exercices d'apprentissage basés sur des problèmes et/ou des exercices de réflexion qui renforcent les résultats d'apprentissage énoncés.

Préparation:



- Réservez ou trouvez une salle de formation avec chaises, tables, ordinateurs, projecteur, etc. *Réservez-la au moins 2 mois avant l'atelier afin de pouvoir promouvoir l'événement suffisamment à l'avance.*
- Trouvez des formateurs pour les activités de l'atelier avec lesquelles vous n'êtes pas familier/à l'aise pour les animer.
- Informez les participants du but de l'atelier, de ses objectifs et du programme à suivre.
- Préparez la restauration pour les pauses café et le déjeuner ou fournissez des informations sur les options alimentaires à proximité.

Ressources :

- Une salle suffisamment spacieuse pour les activités de groupe ;
- Un ordinateur ou une tablette disponible pour se connecter au dispositif de projection ;
- Un appareil de projection ;
- Du matériel d'écriture et du papier.



Skills 4 life

moveo



ACUMEN
TRAINING

UNIVERSITÄT
PADERBORN
WiPäd | Department
Wirtschaftspädagogik
Business and Human
Resource Education



CBE
accompagne vos projets



spectrum
RESEARCH CENTRE



Proportional
Message



QUARTER MEDIATION



Co-funded by
the European Union

Presentation by Acumen Training



Module 3

**Programme de Formation Continue :
Compétences clés pour l'autonomie sociale,
personnelle et professionnelle**



Presentation by Acumen Training

Introduction

Le facilitateur se présentera, accueillera les participants à l'atelier et présentera le contenu de la formation en présentiel. Il invitera également les participants à visionner la vidéo introductive “Compétences clés pour l'autonomie sociale, personnelle et professionnelle”.



Presentation by Acumen Training

Contexte

L'idée du projet est née d'un fait alarmant : selon Eurostat, en 2019, dans l'Union européenne, 25,1 % des jeunes âgés de 16 à 29 ans étaient menacés de pauvreté ou d'exclusion sociale, c'est-à-dire 18,6 millions de jeunes. Ce risque est encore plus élevé pour les jeunes en protection de remplacement, notamment lorsqu'ils quittent le système de protection et entrent dans la vie adulte, où l'on attend d'eux un haut niveau de maturité et d'autonomie.

Le projet Skills4Life vise à soutenir la transition vers l'autonomie de ces jeunes adultes en institution (protection de remplacement, auberges de jeunesse, etc.) en favorisant le développement de compétences spécifiques de vie. Ces compétences sont réparties en quatre piliers : personnelles et sociales, autonomie et vie quotidienne, compétences professionnelles et éducation financière. Elles sont essentielles pour l'entrée dans la vie adulte, et si les jeunes en protection de remplacement les apprennent, ils ont plus de chances de réussir leur transition vers l'indépendance.

Objectifs



Un programme de formation complet **destiné à former les éducateurs communautaires, les travailleurs sociaux et les professionnels travaillant avec de jeunes adultes à la mise en œuvre du projet Skills4Life avec leurs bénéficiaires.** Le programme comprendra un livret PowerPoint interactif à présenter pendant la formation, ainsi que des vidéos courtes pour améliorer l'engagement et la participation.

Résultats de l'apprentissage :

Compétences clés pour l'autonomie sociale, personnelle et professionnelle		
Connaissances	Compétences	Attitudes
Définir les concepts clés liés à l'autonomie sociale, personnelle et professionnelle.	Identifier et développer les compétences essentielles pour atteindre l'autonomie sociale, personnelle et professionnelle, y compris la communication, l'autorégulation et l'adaptabilité.	Reconnaître l'importance du développement de l'autonomie sociale, personnelle et professionnelle et accepter les tâches et les défis qui y sont associés.
Expliquer l'importance de la conscience de soi, de la prise de décision et de la résolution de problèmes en tant qu'éléments fondamentaux de l'autonomie.	Favoriser la conscience de soi et l'intelligence émotionnelle pour promouvoir le développement personnel et l'autonomie.	Apprécier les facteurs clés qui facilitent ou entravent le développement de l'autonomie, tels que la résilience, l'auto-motivation et le soutien extérieur.

Leçons du Module 3

Leçon 1

Comprendre les concepts clés de l'autonomie sociale, personnelle et professionnelle

Leçon 2

Rôle des professionnels et des systèmes de soutien

Leçon 3

Défis et tâches associés à l'autonomie sociale, personnelle et professionnelle

Leçon 4

Conscience de soi, prise de décision et résolution de problèmes

Leçons du Module 3

Leçon 1

*Comprendre les concepts clés
de l'autonomie sociale,
personnelle et professionnelle*

Programme de la Leçon 1

1. Expliquer le module et les objectifs d'apprentissage ;
2. Définir les concepts clés liés à l'autonomie sociale, personnelle et professionnelle ;
3. Exercice de réflexion pratique : expérience ou situation dans votre vie où vous avez dû exercer votre autonomie expérience ou situation dans votre vie où vous avez dû exercer votre autonomie ;
4. Conclusion et Q&A

Objectifs de la Leçon 1

- Permettre aux participants d'identifier et de formuler les principaux défis auxquels ils sont confrontés pour atteindre l'autonomie sociale, personnelle et professionnelle.
- Créer un environnement favorable où les participants peuvent reconnaître que d'autres partagent des défis similaires, ce qui favorise l'empathie, la solidarité et le soutien mutuel dans leur parcours vers l'autonomie.
- Guider les participants dans la catégorisation de leurs défis dans différents domaines (social, personnel, professionnel), en les aidant à comprendre la nature multidimensionnelle de l'autonomie.
- Préparer les participants à des activités futures qui approfondiront les défis identifiés, en les dotant de stratégies pour améliorer leur autonomie dans les différents aspects de la vie.



Plan de la leçon

Instruction en face à face : Activité 1

Comprendre les concepts clés de l'autonomie sociale, personnelle et professionnelle



30 MIN.

1. Introduction:

Expliquer le module et les objectifs d'apprentissage

90 MIN.

2. Exercice de réflexion :

Prenez quelques minutes pour réfléchir à une expérience ou à une situation de votre vie où vous avez dû exercer votre autonomie. Il peut s'agir d'une décision personnelle, de la gestion de relations sociales ou d'un défi professionnel. Ensuite, de manière anonyme, les participants échangeront leurs documents et liront les expériences de chacun. Classez-les dans la catégorie de l'autonomie sociale, personnelle ou professionnelle. Après un moment de réflexion, gardez la feuille de papier pour l'activité suivante.

Plan de la leçon

Instruction en face à face

Discussion et Conclusion

120 MIN.

Séance FAQ

L'animateur invitera les participants à poser des questions sur tous les sujets abordés.

Plan de la leçon

Durée totale : 1140 minutes (24 heures)

Les activités seront organisées en une moyenne de 6 heures par jour ; le matin et l'après-midi ; 4 heures le matin et 2 heures l'après-midi (avec une pause déjeuner entre les deux et 3 pauses, 2 le matin et 1 l'après-midi), sur décision du formateur/facilitateur. Si le module de formation est organisé en 4 jours, la durée par jour est la suivante :

- **Jour 1 : Introduction (30 minutes) + Activité 1 (90 minutes) + Discussion et conclusion (120 minutes) + Apprentissage autonome (120 minutes)**
- Jour 2 : Introduction (30 minutes) + Activité 2 - (90 minutes) + Discussion guidée (120 minutes) + FAQ (30 minutes) + Apprentissage autonome (120 minutes)
- Jour 3 : Activité 3 - (120 minutes) + Discussion et conclusion (120 minutes) + Apprentissage autonome (120 minutes)
- Jour 4 : Introduction (30 minutes) + Activité 4 - (90 minutes) + Discussion et conclusion (120 minutes) + Apprentissage autonome (120 minutes)

Chaque jour, les activités comprendront une formation dirigée par un instructeur, des exercices d'apprentissage basés sur des problèmes et/ou des exercices de réflexion qui renforcent les résultats d'apprentissage énoncés.

Préparation:



- Réservez ou trouvez une salle de formation avec chaises, tables, ordinateurs, projecteur, etc. *Réservez-la au moins 2 mois avant l'atelier afin de pouvoir promouvoir l'événement suffisamment à l'avance.*
- Trouvez des formateurs pour les activités de l'atelier avec lesquelles vous n'êtes pas familier/à l'aise pour les animer.
- Informez les participants du but de l'atelier, de ses objectifs et du programme à suivre.
- Préparez la restauration pour les pauses café et le déjeuner ou fournissez des informations sur les options alimentaires à proximité.

Ressources :

- Une salle suffisamment spacieuse pour les activités de groupe ;
- Un ordinateur ou une tablette disponible pour se connecter au dispositif de projection ;
- Un appareil de projection ;
- Du matériel d'écriture et du papier.



Skills 4 life

moveo



ACUMEN
TRAINING

UNIVERSITÄT
PADERBORN
WiPäd | Department
Wirtschaftspädagogik
Business and Human
Resource Education



CBE
accompagne vos projets



spectrum
RESEARCH CENTRE



Proportional
Message



QUARTER MEDIATION



Co-funded by
the European Union

Presentation by Acumen Training



Module 3

**Programme de Formation Continue :
Compétences clés pour l'autonomie sociale,
personnelle et professionnelle**

Leçons du Module 3

Leçon 2

Rôle des professionnels et des systèmes de soutien

Programme de la Leçon 2

1. Introduction aux professionnels et aux systèmes de soutien ;
2. Réflexion individuelle ;
3. Analyse des ressources et sélection du soutien ;
4. Développement d'un plan d'action personnel ;
5. Discussion guidée ;
6. Avis et feedback ;
7. Session FAQ.

Objectifs de la Leçon 2

1. **Identifier les ressources disponibles** : Familiariser les participants avec les différents professionnels, réseaux et outils qui peuvent soutenir le développement de l'autonomie sociale, personnelle et professionnelle.
1. **Évaluer les options de soutien** : Évaluer quelles sont les ressources les plus efficaces pour aider les participants à améliorer leur autonomie dans les domaines spécifiques qu'ils ont identifiés comme étant des défis.
1. **Élaborer un plan d'autonomie** : Créer un plan structuré sur la manière d'utiliser efficacement les ressources sélectionnées pour améliorer l'autonomie sociale, personnelle et professionnelle des participants, en garantissant une approche équilibrée et holistique.
1. **Promouvoir la conscience de soi** : Encourager les participants à réfléchir à leurs défis personnels liés à l'autonomie et à comprendre comment la recherche d'un soutien adéquat peut constituer une étape proactive dans l'amélioration de leur indépendance et de leur autogestion.



Plan de la leçon

Instruction en face à face : Activité 2

Rôle des professionnels et des systèmes de soutien



30 MIN.

1. Description du rôle des professionnels et des autres systèmes de soutien qui peuvent contribuer à faciliter la compréhension de l'autonomie.

90 MIN.

2. Exercice de réflexion :

Réfléchissez à un moment où vous avez interagi avec un professionnel (par exemple, un conseiller, un mentor, un manager) ou compté sur un système de soutien (par exemple, la famille, les amis, les ressources communautaires) qui a influencé votre compréhension de l'autonomie. Écrivez une brève description de cette expérience sur une feuille de papier. Incluez des détails sur la manière dont cette interaction ou ce soutien a impacté votre sentiment d'indépendance et votre prise de décision.

Plan de la leçon

Instruction en face à face

Discussion guidée

120 MIN.

Séance FAQ

L'animateur invitera les participants à poser des questions sur tous les sujets abordés.

Plan de la leçon

Durée totale : 1140 minutes (24 heures)

Les activités seront organisées en une moyenne de 6 heures par jour ; le matin et l'après-midi ; 4 heures le matin et 2 heures l'après-midi (avec une pause déjeuner entre les deux et 3 pauses, 2 le matin et 1 l'après-midi), sur décision du formateur/facilitateur. Si le module de formation est organisé en 4 jours, la durée par jour est la suivante :

- Jour 1 : Introduction (30 minutes) + Activité 1 (90 minutes) + Discussion et conclusion (120 minutes) + Apprentissage autonome (120 minutes)
- **Jour 2 : Introduction (30 minutes) + Activité 2 - (90 minutes) + Discussion guidée (120 minutes) + FAQ (30 minutes) + Apprentissage autonome (120 minutes)**
- Jour 3 : Activité 3 - (120 minutes) + Discussion et conclusion (120 minutes) + Apprentissage autonome (120 minutes)
- Jour 4 : Introduction (30 minutes) + Activité 4 - (90 minutes) + Discussion et conclusion (120 minutes) + Apprentissage autonome (120 minutes)

Chaque jour, les activités comprendront une formation dirigée par un instructeur, des exercices d'apprentissage basés sur des problèmes et/ou des exercices de réflexion qui renforcent les résultats d'apprentissage énoncés.

Préparation:



- Réservez ou trouvez une salle de formation avec chaises, tables, ordinateurs, projecteur, etc. *Réservez-la au moins 2 mois avant l'atelier afin de pouvoir promouvoir l'événement suffisamment à l'avance.*
- Trouvez des formateurs pour les activités de l'atelier avec lesquelles vous n'êtes pas familier/à l'aise pour les animer.
- Informez les participants du but de l'atelier, de ses objectifs et du programme à suivre.
- Préparez la restauration pour les pauses café et le déjeuner ou fournissez des informations sur les options alimentaires à proximité.

Ressources :

- Une salle suffisamment spacieuse pour les activités de groupe ;
- Un ordinateur ou une tablette disponible pour se connecter au dispositif de projection ;
- Un appareil de projection ;
- Du matériel d'écriture et du papier.



Skills 4 life

moveo



ACUMEN
TRAINING

UNIVERSITÄT
PADERBORN
WiPäd | Department
Wirtschaftspädagogik
Business and Human
Resource Education



CBE
accompagne vos projets



spectrum
RESEARCH CENTRE



Proportional
Message



QUARTER MEDIATION



Co-funded by
the European Union

Presentation by Acumen Training



Module 3

**Programme de Formation Continue :
Compétences clés pour l'autonomie sociale,
personnelle et professionnelle**

Leçon 3

*Défis et tâches associés à
l'autonomie sociale,
personnelle et professionnelle*

Programme de la Leçon 3

1. Identification des défis ;
2. Développement de la stratégie ;
3. Création de plans d'action ;
4. Réflexion sur les compétences et les ressources ;
5. Compréhension des tâches clés et révision ;
6. Avis et Feedback;
7. Session FAQ.

Objectifs de la Leçon 3

- **Identifier les principaux défis** : Comprendre les principaux défis auxquels les individus sont confrontés pour atteindre l'autonomie sociale, personnelle et professionnelle.
- **Développer des stratégies** : Explorer et identifier des stratégies efficaces pour renforcer l'autonomie dans les domaines social, personnel et professionnel.
- **Réfléchir aux compétences et aux ressources** : Réfléchir aux compétences et aux ressources nécessaires pour construire et maintenir l'autonomie dans les différents aspects de la vie.
- **Comprendre les tâches clés** : Comprendre les principales tâches et responsabilités liées au développement et au maintien de l'autonomie à l'âge adulte.



Plan de la leçon

Instruction en face à face : Activité 3

120 MIN.

Défis et tâches associés à l'autonomie sociale, personnelle et professionnelle



1. Comprendre les principaux **défis** liés à l'autonomie sociale, personnelle et professionnelle.

1.2 Identifier des **stratégies** pour faire face à ces défis.

1.3 Réfléchir aux **compétences** et aux **ressources** nécessaires pour atteindre l'autonomie à chaque niveau.

1.4 Comprendre les **tâches clés** associées à cette réalisation.

Plan de la leçon

Instruction en face à face

Discussion guidée

120 MIN.

Séance FAQ

L'animateur invitera les participants à poser des questions sur tous les sujets abordés.

Plan de la leçon

Durée totale : 1140 minutes (24 heures)

Les activités seront organisées en une moyenne de 6 heures par jour ; le matin et l'après-midi ; 4 heures le matin et 2 heures l'après-midi (avec une pause déjeuner entre les deux et 3 pauses, 2 le matin et 1 l'après-midi), sur décision du formateur/facilitateur. Si le module de formation est organisé en 4 jours, la durée par jour est la suivante :

- Jour 1 : Introduction (30 minutes) + Activité 1 (90 minutes) + Discussion et conclusion (120 minutes) + Apprentissage autonome (120 minutes)
- Jour 2 : Introduction (30 minutes) + Activité 2 - (90 minutes) + Discussion guidée (120 minutes) + FAQ (30 minutes) + Apprentissage autonome (120 minutes)
- **Jour 3 : Activité 3 - (120 minutes) + Discussion et conclusion (120 minutes) + Apprentissage autonome (120 minutes)**
- Jour 4 : Introduction (30 minutes) + Activité 4 - (90 minutes) + Discussion et conclusion (120 minutes) + Apprentissage autonome (120 minutes)

Chaque jour, les activités comprendront une formation dirigée par un instructeur, des exercices d'apprentissage basés sur des problèmes et/ou des exercices de réflexion qui renforcent les résultats d'apprentissage énoncés.

Préparation:



- Réservez ou trouvez une salle de formation avec chaises, tables, ordinateurs, projecteur, etc. *Réservez-la au moins 2 mois avant l'atelier afin de pouvoir promouvoir l'événement suffisamment à l'avance.*
- Trouvez des formateurs pour les activités de l'atelier avec lesquelles vous n'êtes pas familier/à l'aise pour les animer.
- Informez les participants du but de l'atelier, de ses objectifs et du programme à suivre.
- Préparez la restauration pour les pauses café et le déjeuner ou fournissez des informations sur les options alimentaires à proximité.

Ressources :

- Une salle suffisamment spacieuse pour les activités de groupe ;
- Un ordinateur ou une tablette disponible pour se connecter au dispositif de projection ;
- Un appareil de projection ;
- Du matériel d'écriture et du papier.



Skills 4 life

moveo



ACUMEN
TRAINING

UNIVERSITÄT
PADERBORN
WiPäd | Department
Wirtschaftspädagogik
Business and Human
Resource Education



CBE
accompagne vos projets



spectrum
RESEARCH CENTRE



Proportional
Message



QUARTER MEDIATION



Co-funded by
the European Union