

Ressources pour le programme : Compétences pour réussir

Organisation

Centre FORA

<https://www.centrefora.com>

✉ info@centrefora.com

Communication et Résolution de problèmes

Découvre les 3 stratégies de Raphaël pour améliorer sa confiance en soi et démontrer son initiative : Activité 5

Cette activité présente l'histoire du jeune Raphaël. À l'âge de 27 ans, Raphaël a été victime d'un accident d'auto et il a dû s'adapter à un autre style de vie avec son nouveau moyen de transport... son fauteuil roulant.

Deux mois après son accident, Raphaël s'est rendu compte de l'importance de rebâtir cette confiance qu'il avait perdue. Demeurer victime n'était pas une solution pour lui! Après 18 mois de physiothérapie, il s'est rendu compte qu'il devait laisser aller son passé afin de rehausser sa confiance. Avec l'aide de Jasmine, sa physiothérapeute, Raphaël a identifié trois stratégies à appliquer pour rétablir sa confiance en soi, approcher la vie différemment et améliorer ses compétences professionnelles.

Voici les trois stratégies que Raphaël et Jasmine ont identifiées comme essentielles :

- Arrêter de se comparer aux autres.
- Participer à des activités.
- Faire preuve d'humour.

L'activité finit un an plus tard en présentant les résultats des efforts de Raphaël.

Alignement du CLAO

Compétences	Groupe de tâches	Niveau
Compétence E — Gérer l'apprentissage	N/D	2
Compétence A — rechercher et utiliser de l'information	A1. Lire des textes continus.	2

Choisir un élément.	Choisir un élément.	Choisir un élément.
Choisir un élément.	Choisir un élément.	Choisir un élément.
Choisir un élément.	Choisir un élément.	Choisir un élément.

Voies de transition (cochez toutes les cases qui s'appliquent)

- | | |
|----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| <input checked="" type="checkbox"/> Emploi | <input type="checkbox"/> Études postsecondaires |
| <input checked="" type="checkbox"/> Formation en apprentissage | <input checked="" type="checkbox"/> Autonomie |
| <input checked="" type="checkbox"/> Études secondaires | |

Les « Compétences pour réussir » intégrées (cochez toutes les cases qui s'appliquent)

- | | |
|--------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Adaptabilité | <input type="checkbox"/> Calcul |
| <input type="checkbox"/> Collaboration | <input checked="" type="checkbox"/> Résolution de problèmes |
| <input checked="" type="checkbox"/> Communication | <input checked="" type="checkbox"/> Lecture |
| <input checked="" type="checkbox"/> Créativité et innovation | <input type="checkbox"/> Rédaction |
| <input checked="" type="checkbox"/> Compétences numériques | |

Notes concernant l'intégration des Compétences à réussir :

Communication : habileté à s'exprimer oralement et à partager des renseignements clairement et avec confiance

Créativité et innovation : habileté à augmenter sa confiance en soi et à faire preuve de créativité et d'innovation

Compétences numériques : habileté à suivre les directives dans l'activité animée

Résolution de problèmes : habileté à demander de l'aide au besoin afin de contribuer à sa formation et à des stratégies d'apprentissage

Lecture : habileté à lire et comprendre les directives et les renseignements