

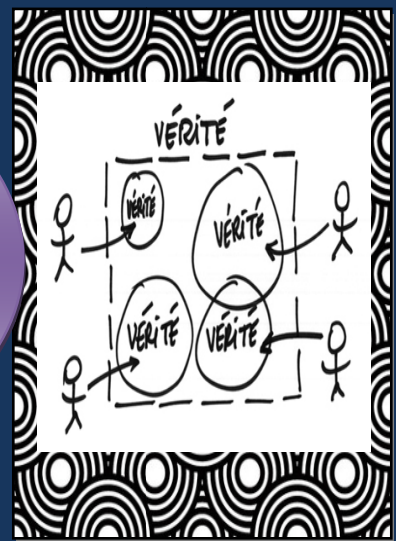
JEU « ACTION ou VERITE »

« SPECIAL ESTIME DE SOI »



Nous avons toutes et tous joué à ce jeu...

Et si nous le rendions utile pour explorer notre estime de soi ?



Outil ludopédagogique conçu par l'équipe Prévention et Promotion de la Santé du Département Prévention et Santé Mentale du CPAS de Charleroi

Concept :

- Ce jeu s'inspire d'exercices bien connus en matière d'estime de soi (blason, testing personnel, etc.).
- La différence fondamentale avec la version classique du jeu Action/vérité réside dans le fait qu'il s'agit d'un jeu introspectif, conçu sur base de la théorie des composantes de l'estime de soi de Germain DUCLOS.
- Cette activité, dans son ensemble permet de travailler le renforcement des compétences psychosociales de manière coopérative et ludique.

Public cible :

Tous les professionnels de l'action socio-éducative (enseignants ; assistants sociaux ; psychologues ; éducateurs ; ...) qui souhaitent travailler le renforcement de l'estime de soi dans le cadre d'une activité collective (travail de groupe).

Public final :

ADOLESCENTS/ADULTES - A partir de 15-16 ans.



Infos sur <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/fr/>

Objectif :

- Dans la détente et la bonne humeur, faire se manifester de manière individuelle ou collective des éléments liés à la sécurité et la confiance, la connaissance de soi, l'appartenance au groupe et la compétence/réussite, qui peuvent être consolidés par les renforcements positifs des membres du groupe.

Matériel/contenu :

- 1 dé à plastifier et à construire :

On retrouve sur ce dé :

- 2 faces « ACTION »
 - 2 faces « VERITE »
 - 2 faces « COMME TU VEUX »
- 40 cartes « VERITE »
 - 40 cartes « ACTION »



Conseils d'utilisation :

- **Important :** **NE PAS UTILISER CE JEU COMME OUTIL « BRISE GLACE ».**
En effet, le groupe doit se connaître suffisamment avant de mettre en place l'activité (certaines questions « vérité » ou certaines « actions » demandent que les membres se sentent en confiance pour oser participer).
- Pour commencer, la première personne lance le dé qui déterminera la suite du processus (soit une carte action, soit une carte vérité, soit une carte au choix). Une fois la carte tirée, il suffit de prendre un peu de temps de réflexion pour répondre à la question ou pour passer à l'action. Les participants jouent ensuite, chacun leur tour (soit dans un ordre défini, soit aléatoirement). Les membres du groupe peuvent passer leur tour ou relancer le dé s'ils estiment ne pas être à l'aise pour répondre à la question ou pour réaliser l'action prévue.

Où se le procurer ?

- Auprès de l'équipe Prévention et Promotion de la Santé du Département Prévention et Santé Mentale du CPAS de Charleroi : Equipe Prévention et Promotion de la santé. Département Prévention et Santé Mentale (CPAS Charleroi). Faubourg de Charleroi, 7 à 6041 Gosselies. 071/20.24.41, pps@cpascharleroi.be

Possibilité d'envoyer une version PDF gratuite par email.



Infos sur <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/fr/>