PIPSa
Pédagogie Interactive en Promotion de la Santé

Le sentiment d'incompétence

2012 - fiche modifiée le 26 décembre 2013

Un dossier et deux jeux de rôles pour prendre de la distance par rapport au sentiment d'incompétence et l'envisager en tant que construction sociale.

Support	Kit pédagogique
Âge du public	A partir de 18 ans
Thèmes associés à cet outil	Compétences psychosociales
Obtention	Acquisition En centre de prêt Téléchargeable
Participants	Inconnu
Prix	Gratuit

Sur l'outil

Description selon l'éditeur

Matériel :

- Livret "Le sentiment d'incompétence", 39p. (PDF)
- Outil d'animation (jeux de rôles) : Réflexions sur fonds divers, 22p.(PDF)

Auteur : Héloïse De Visscher

Concept :

Cet outil veut sensibiliser à la construction sociale du sentiment d'incompétence et de l'estime de soi.

Il est facile de pousser à la dévalorisation de soi-même. Dans "Réflexions sur fonds divers", les exemples présentés en guise d'illustration sont issus de scènes de la vie sociale : chacun de nous pourrait en avoir été le témoin ou l'acteur.

Objectifs

- Sensibiliser à la construction sociale du sentiment d'incompétence et de l'estime de soi :
  - illustrer des manières de pousser les personnes à éprouver un sentiment d'incompétence
  - mettre en évidence des éléments sociaux contribuant au dénigrement de la personne
  - mettre en avant des éléments sur le concept d'estime de soi
  - mettre en évidence la part contributive de soi-même dans le processus de d'auto-dévalorisation

- Mettre en évidence des éléments de résistance à la perception du sentiment d'incompétence face aux constructions et pressions sociales, afin de permettre une réflexion

Conseils d'utilisation

Publics visés :

- Les animateurs, formateurs, enseignants, coordinateurs, directeurs de l'associatif et des services publics

- Le personnel soignant : psychologues, psychiatres, médecins, infirmiers, etc.

- Toute personne intéressée par le sujet

Bon à savoir

Vous pouvez **télécharger gratuitement** les documents sur le site de l'éditeur, ou bien les commander.
Coût : Le sentiment d'incompétence : 8€ - Réflexions sur fonds divers : 8€

Mise à jour : 08/07/2014

Où trouver l'outil

Chez l'éditeur :

CDGAI
Centre de Dynamique des Groupes et d'Analyse Institutionnelle asbl
Parc Scientifique du Sart Tilman Rue Bois Saint-Jean, 9
4102 - Seraing (Liège)
Belgique
+32(0)4 366 06 63 - info@cdgai.be
http://www.cdgai.be

Dans les centres de prêt :

Centre liégeois de promotion de la santé
+32 (0)4 279.50.52 - promotion.sante@clps.be
http://www.clps.be
Catalogue : http://www.clps.be/outils-pédagogiques

Centre Local de Promotion de la Santé de l'arrondissement de Verviers
+32 (0)87 35 15 03 - s.vilenne@clpsverviers.be
https://www.clpsverviers.be/

Centre local de promotion de la santé du Brabant wallon
+32 (0)10 62 17 62 - info@clps-bw.be
http://www.clps-bw.be
Catalogue : http://www.clps-bw.be/que-proposons-nous/centre-de-documentation

Centre local de promotion de la santé de Huy-Waremme
+32 (0)85 25 34 74 - info@clps-hw.be
http://www.clps-hw.be

Centre local de promotion de la santé du Hainaut Occidental
+32 (0)69 22 15 71 - contact@clpsho.be
http://www.clpsho.be

Centre local de promotion de la santé en province de Luxembourg
+32 (0)84 31 05 04 - clps.lux@skynet.be
http://www.clps-lux.be
Catalogue : http://bit.ly/1AfCwMD

Centre local de promotion de la santé de Namur
+32 (0)81 75 00 46 - info@clpsnamur.be
http://www.clpsnamur.be
Catalogue : http://www.clps-namur.be/documentation/

Centre de ressources documentaires provincial (Namur)
+32 (0)81 77 67 29 – 77 67 99 - anastasia@province.namur.be
Catalogue : http://anastasia.province.namur.be

Centre Local de Promotion de la Santé de Charleroi-Thuin
071/ 33 02 29 - secretariat@clpsct.org
http://www.clpsct.org
Catalogue : http://www.promotionsante.info/documentation.php

L'avis de PIPSa

Appréciation globale :

Cet outil aborde la disqualification, un thème important et pertinent pour de nombreux publics, fragilisés ou non. Ces mécanismes de disqualification, intégrés dans nos représentations de manière telle qu'ils sont vus comme "normaux", induisent à notre insu des attitudes/comportements qu'il nous appartient de décoder/déconstruire/comprendre pour ne pas les reproduire et s'ouvrir au changement. Cette réflexion devrait faire partie de la formation de base de tous les métiers d'aide (y compris celle des policiers).

Cet outil permet à un professionnel (externe) de sensibiliser d'autres professionnels aux visages multiples de la disqualification, en s'initiant à une grille de lecture commune. L'outil sera manié avec prudence si l'utilisateur souhaite travailler la question avec des personnes qui vivent elles-mêmes de la disqualification dans la "vraie vie".

L'outil, tel que présenté sur PIPSa, rassemble **2 brochures** traitant de la même thématique, mais qui n'ont pas été conçues en même temps. Cela explique sans doute pourquoi l'articulation entre les 2 supports n'est pas claire : le livret théorique n'introduit pas comment utiliser le livret consacré aux activités pratiques et vice-versa. La **partie théorique**, constituée essentiellement de définitions et d'extraits de livres (nombreuses sources identiques), ne permet ni de s'approprier la thématique, ni de concevoir un projet sur ce thème.

Le **livret pratique**, plus facile d'accès, fournit une description très structurée de la méthode et des différents temps de l'animation, avec des consignes claires et précises. La méthode interactive demande un animateur expérimenté vu les problématiques individuelles émotionnellement chargées susceptibles d'émerger. Si ce "risque" est connu et énoncé par les concepteurs, il n'est pas opérationnalisé pour l'utilisateur et aucune piste ne lui est proposée.

Si l'outil vise à déconstruire la disqualification, il ne propose ensuite aucune piste pour construire des compétences qui pourraient développer des facteurs de protection auprès du public. En ce sens, il ne s'inscrit pas dans une vision globale et positive de la santé, et demanderait à être complété par d'autres ressources pour s'intégrer dans un projet de développement des compétences liées à l'estime de soi.

Objectifs :

- Etre capable de percevoir et comprendre les phénomènes de disqualification
- Affiner sa sensibilité aux phénomènes de pression de groupe et à leur impact sur l'estime de soi

Public cible :

Professionnels et futurs professionnels de tous les métiers d'aide (y compris la police) dans le cadre de formation continuée ou de supervision. Formation continuée des enseignants. Sur base volontaire.

Réserves :

Cet outil peut faire émerger des problématiques individuelles émotionnellement chargées. Ces dimensions qui touchent à l'identité peuvent être vécues comme intrusives. L'intervenant a-t-il mandat, est-il légitime pour aborder ces questions avec ce public ?

Utilisation conseillée :

- Approcher l'outil par le jeu de rôle et compléter par le livret théorique.

- Des pré-requis sur l'estime de soi (non-fournis par le concepteur) sont nécessaires, tels que proposés dans :

• Le livre de Boris Cyrulnik "Mourir de dire la honte", non cité par les auteurs et pourtant antérieur à l'outil, traite de la disqualification et propose des pistes pour en sortir.

• Le livre de Christophe André "Imparfaits, libres et heureux - Pratiques de l'estime de soi" aide à avancer sur le chemin de l'estime de soi : la construire, la réparer, la protéger.

Ajoutons d'autres outils, parmi d'autres, faciles et pratiques pour l'animateur :
- les positions de vie http://analysetransactionnelle.fr/les-concepts-de-base/les-positions-de-vie/ : il y est question de dévalorisation de soi (-/+) ou de l'autre (+/-) qui recoupe la question du sentiment d'incompétence ou de la disqualification.
- les signes de reconnaissance http://analysetransactionnelle.fr/les-concepts-de-base/les-signes-de-reconnaissance/ : utile pour sortir d'une habitude de propos dépréciateurs et ouvre vers d'autres manières d'interagir.

- Mettre en place un cadre de sécurité pour les participants.

Critères d'évaluation :

Cohérent ★★☆☆
Attractif ★☆☆☆
Interactif ★★★☆
Soutenant pour l'utilisateur ★★☆☆
Soutenant pour la prom. de la santé ★★☆☆

Temps de préparation :

Points forts :

Déconstruction des attitudes menant à la disqualification de l'autre.

Points d'attention :

Animateur expérimenté vu les problématiques individuelles émotionnellement chargées susceptibles d’émerger.

Sujets abordés :

Construction sociale du sentiment d'incompétence, impact sur l'estime de soi. Disqualification.

Date de l'avis : 28 janvier 2014