

Associe-toi !

Cette activité permet aux stagiaires de situer leur habileté à faire face à différentes situations en contexte de stage. D'une durée d'environ 30 minutes, l'activité peut être réalisée en cours de stage.

Objectifs

- Associer une émotion ou un état d'âme à une situation vécue en stage
- Porter un regard critique sur ses propres actions et motivations

Matériel

1 exemplaire de chaque animal pour chaque étudiant du groupe
22 cartes situations
20 cartes vierges



Déroulement

À tour de rôle, chaque stagiaire pige une carte situation et il/elle nomme l'animal qui représente son émotion ou son état d'âme lorsqu'il/elle fait face à cette situation en contexte de stage. Un.e stagiaire explique ensuite pourquoi il/elle se sent ainsi. Par la suite, les autres stagiaires du groupe sont invités.es à nommer l'animal qui les représenterait dans cette même situation et à expliquer pourquoi il en est ainsi. Veuillez noter qu'il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses, chaque situation pouvant faire appel à différents états d'âme ou à différentes émotions.

Savoir-être visés

- Confiance
- Sentiment de compétence
- Connaissance de soi
- Sentiment d'appartenance au groupe
- Respect

Questions de relance

- Est-ce que vous remarquez des ressemblances ou des distinctions dans votre façon de faire face à différentes situations?
- Dans quelles situations aimeriez-vous être en mesure d'agir différemment?

Actions du superviseur.e

- Inviter les stagiaires à s'interroger sur leurs émotions ou leur état d'âme pour chaque situation présentée
- Amener les stagiaires à reconnaître leurs forces et leurs défis
- Inviter les stagiaires à offrir des conseils à leurs pairs afin qu'ils puissent mieux faire face aux différentes situations

Actions du stagiaire

- S'interroger sur ses émotions ou ses états d'âme lorsque confronté aux situations présentées
- Reconnaître ses forces et ses défis dans différentes situations en contexte de stage
- Offrir une rétroaction constructive à leur collègues

Variantes

- Donner un animal au hasard à chaque stagiaire et il/elle doit raconter une histoire personnelle où il/elle s'est senti.e comme l'animal qui lui a été attribué.

