



Fiche technique pour les mentors



2. MES FORCES DE CARACTÈRE

| Phase de mentorat | Dimension | Durée (minutes) | Nombre de participants (min/max) |
|--|--|-----------------|----------------------------------|
| Cercles de mentorat | Connaissance de soi | 30 min | 1 |
| Éléments de la dimension Learning-2-Learn (retrouvez le contenu dans le schéma des 5 dimensions L2L https://docs.google.com/document/d/1xSC3DpKGDpWwcKdSTnx4SnKsPmMQMG50/edit) | Réfléchir sur les expériences passées Evaluer ses propres forces Comprendre ses propres motivations Localiser ses propres intérêts Evaluer ses propres aspirations | | |
| Mots clés (pour les résultats de recherche Google en ligne) | Forces - caractère - motivation - psychologie positive - amélioration de la vie - récits positifs | | |





Le but de l'activité

Décrivez ce que l'activité fera/aidera à développer chez la mentorée.

Aider les mentorées à identifier et à explorer leurs forces de caractère personnelles.

Avoir un aperçu et des connaissances sur ses forces de caractère augmente la possibilité de les renforcer. La connaissance et la conscience des forces de caractère personnelles sont à la fois motivantes et utiles lorsque vous essayez de créer des améliorations durables dans la vie.

Une évaluation supplémentaire de ses forces de caractère peut être utilisée pour comparer et réfléchir. Cela peut renforcer un récit positif et une vision des opportunités de la vie.

Préparation

Que devra faire le mentor pour être prêt à terminer l'activité ? Imprimer ? Préparer ? Organiser ? Type d'environnement physique, etc.

Accès Internet et appareils. Il est préférable d'avoir un ipad ou un ordinateur/ordinateur portable, mais un smartphone est également acceptable si rien d'autre n'est possible. Pour répondre à l'enquête en ligne, vous devez vous inscrire et envoyer un e-mail. Soit chaque participant crée son propre compte sur la plateforme VIA, soit le mentor crée des emails temporaires pour les mentorées. Il est possible de recevoir une copie pdf des résultats du test par e-mail, mais si vous souhaitez les imprimer, l'accès à une imprimante serait nécessaire.





Application

Description de la façon dont l'activité sera enseignée et complétée, étape par étape.

INSTRUCTIONS


La plateforme VIA propose une enquête en ligne gratuite destinée aux participants. Les participants peuvent sélectionner leur propre langue dans laquelle ils souhaitent faire le test. La plateforme existe dans la plupart des langues. Inscrivez-vous sur Via.org pour répondre à l'enquête en ligne gratuite via ce lien.

<https://www.viacharacter.org/account/register>

Les participants peuvent passer le test et imprimer les résultats dans leur langue maternelle. Les participants doivent répondre à toutes les questions (120) pour obtenir le résultat final. Enregistrez les résultats.

Demandez aux participants de présenter leurs résultats du profil au groupe et demandez-leur de dire comment ils se voient reflétés dans celui-ci.

Enregistrez les résultats et demandez-leur de penser à ces points forts lorsqu'ils accomplissent leurs tâches quotidiennes. Lequel utilisent-ils et quand ? Ce sujet peut être utilisé à chaque fois que vous vous rencontrez, comme une base de contact ou une situation brise-glace. Parler à votre cercle de mentors des forces que vous avez utilisées et quand vous les avez utilisées, peut être un bon moyen de créer des récits positifs.

| | |
|--|---|
|  Lien direct vers le document d'activité sur la plateforme d'apprentissage | Apprendre encore plus |
| <p>https://upsim.aidlearn.eu/en/</p> | <p><i>Source d'inspiration et où les mentors peuvent-ils en savoir plus sur cette approche/méthode/type d'outil ? (le cas échéant)</i></p> <p>https://www.viacharacter.org/account/register</p> |

-- AUCUN DOCUMENT --

