Section 02: Types de compétences de vie

1. Description

Cette seconde section, intitulée "Types de compétences de vie", vise à fournir une vue d'ensemble approfondie des différentes catégories de compétences de vie et de leurs interactions, ce qui est de nature à offrir aux participants une compréhension holistique et nuancée de la diversité des compétences de vie et de leur impact sur les individus.

Au cours de cette section, les apprenants seront invités à explorer les trois principaux types de compétences de vie, à savoir les compétences personnelles, les compétences cognitives et les compétences sociales. Chaque type de compétence fera l'objet d'une séquence d'apprentissage indépendante où il est examiné en détail, mettant en lumière ses composantes essentielles ainsi que ses implications pratiques dans divers contextes.

Une attention particulière sera accordée à l'interaction et à la complémentarité entre ces différents types de compétences. Les participants auront l'occasion d'analyser comment ces compétences interagissent pour façonner le comportement, les relations interpersonnelles, la résolution de problèmes, et bien d'autres aspects de la vie quotidienne. Des études de cas et des exemples concrets seront également utilisés pour illustrer ces concepts de manière concrète et pragmatique.

Il convient de souligner que bien qu'il existe de nombreuses classifications des compétences de vie, nous avons fait le choix d'une approche qui intègre l'ensemble des compétences pertinentes et les présente de manière claire et cohérente. Cette décision découle de notre engagement à faciliter l'assimilation et l'application des compétences de vie par les enseignants suivant la formation. En optant pour une classification inclusive et pratique, nous visons à fournir aux participants les outils nécessaires pour intégrer efficacement ces compétences dans leur pratique professionnelle, tout en favorisant leur développement personnel et leur bien-être global.

2. Tableau des ressources

Connaissances (Savoirs)	Habilités (Savoir-faire)	Attitudes (Savoir-être)
Les participants acquerront les connaissances nécessaires relatives aux : • Trois types de compétences de vie (Personnelles, Cognitives, Sociales) ; • Utilité de chaque type de compétences de vie ; • Interactions entre les trois types de compétences de vie.	Les participants seront capables de/d' : • Classifier les compétences de vie en trois types (Personnelles, Cognitives, Sociales) ; • Présenter chacun des trois types de compétences de vie ; • Expliquer les interactions entre les compétences de vie.	Les participants prendront conscience de: • La diversité des compétences de vie ; • La complémentarité entre les trois types de compétences de vie ; • L'importance de se doter des trois types de compétences de vie.

3. Indicateurs d'acquisition

- Les participants classifient les compétences de vie ;
- Les participants présentent les trois types de compétences de vie ;
- Les participants expliquent les interactions entre les compétences de vie.
- Les participants prennent en considération l'importance et la complémentarité des compétences de vie dans leur pratique professionnelle et leur développement personnel.

4. Séquences d'apprentissage

4.1Classification des Compétences de Vie

4.1.1 Objectif

A la fin de cette séquence, les participants seront capables de/d':

- Classifier les compétences de vie de manière cohérente et réfléchie.

4.1.2 Activités proposées

4.1.2.1 Activité N° 1: Classification des Compétences de Vie : Vers une Approche Optimale

- **<u>Consigne</u>**: Lisez ce textes, puis répondez aux QCM.

Dans le complexe écosystème des compétences de vie, quatre tendances distinctes se dessinent, chacune offrant une perspective unique sur la classification de ces compétences cruciales.

La première tendance se caractérise par une approche sans classification formelle. Cette méthode laisse une liberté totale quant à la présentation des compétences, reflétant ainsi la diversité des besoins individuels et des priorités organisationnelles. Toutefois, cette flexibilité peut parfois être perçue comme une lacune dans la clarté et la comparabilité des compétences.

La deuxième tendance segmente les compétences de vie en deux grandes catégories : les compétences socioémotionnelles et les compétences cognitives. En mettant l'accent sur l'intelligence émotionnelle et sociale en tandem avec les compétences cognitives traditionnelles, cette approche souligne l'importance de l'équilibre entre les aspects affectifs et intellectuels du développement personnel.

Une autre approche, la troisième, opte pour une classification en trois catégories : les compétences personnelles, cognitives et sociales. En distinguant clairement le développement de l'estime de soi, la pensée critique, la communication efficace et d'autres compétences essentielles, cette méthode offre une vision équilibrée et exhaustive des compétences nécessaires pour prospérer dans divers domaines de la vie.

Enfin, la dernière tendance propose une classification plus détaillée en ajoutant une quatrième catégorie, appelée « compétences instrumentales », centrée sur des compétences telles que la coopération et la prise de décision, considérées comme essentielles à l'employabilité. Cependant, certains experts remettent en question cette séparation exclusive, préférant intégrer ces compétences dans les catégories cognitives et sociales.

Chacune de ces tendances présente ses propres avantages et inconvénients. Cependant, la troisième tendance semble offrir un compromis optimal, combinant la flexibilité de l'approche non classifiée, la clarté de la segmentation en deux catégories et l'exhaustivité de la classification en quatre catégories. Quelle que soit l'approche retenue, il est impératif de reconnaître l'interconnexion et la complémentarité des compétences de vie, fondamentales pour réussir et s'épanouir dans le monde moderne.

QCM : Choisissez une seule réponse correcte pour chaque question

1. De combien de tendances distinctes pour la classification des compétences de vie le texte fait-il état ?

a) Deux tendances
b) Trois tendances
c) Quatre tendances
d) Cinq tendances

2. Quelle est la caractéristique principale de la première tendance ?

a) Une classification en deux catégories
b) Une approche sans classification formelle
c) Une segmentation en trois catégories
d) Une classification détaillée en quatre catégories

3. Quelle est l'inconvénient potentiel de l'approche sans classification formelle ?

a) La clarté et la comparabilité des compétences peuvent être compromises.
b) Elle ne reconnaît pas l'importance de l'intelligence émotionnelle.
c) Elle manque d'équilibre entre les aspects affectifs et intellectuels.
d) Elle limite la diversité des besoins individuels.

4. Quelles sont les deux grandes catégories dans la deuxième tendance ?

a) Compétences personnelles et compétences cognitives
b) Compétences cognitives et compétences instrumentales
c) Compétences socioémotionnelles et compétences cognitives
d) Compétences personnelles et compétences sociales

5. Que distingue la troisième tendance ?

a) La séparation exclusive des compétences instrumentales
b) Le développement de l'intelligence émotionnelle
c) La classification en trois catégories distinctes
d) La combinaison des compétences cognitives et sociales

6. Quelle est la caractéristique principale de la troisième tendance ?

a) Elle propose une classification en quatre catégories.
b) Elle souligne l'importance de l'équilibre entre les aspects affectifs et intellectuels.
c) Elle distingue clairement les compétences personnelles, cognitives et sociales.
d) Elle met l'accent sur les compétences instrumentales essentielles à l'employabilité.

7. Quelle est la caractéristique principale de la quatrième tendance ?

a) Elle propose une approche sans classification formelle.
b) Elle ajoute une catégorie de compétences instrumentales.
c) Elle segmente les compétences en deux grandes catégories.
d) Elle opte pour une classification en trois catégories distinctes.

8. Pourquoi certains experts remettent-ils en question la quatrième tendance ?

a) Parce qu'elle manque de flexibilité.

b) Parce qu'elle ne reconnaît pas l'importance de l'intelligence émotionnelle.

c) Parce qu'ils préfèrent une approche sans classification formelle.

d) Parce qu'ils pensent que les compétences instrumentales devraient être intégrées dans d'autres catégories.

9. Quelle tendance semble offrir un compromis optimal selon le texte ?

a) La première tendance

b) La deuxième tendance

c) La troisième tendance

d) La quatrième tendance

10. Quelle est la conclusion principale du texte ?

a) La nécessité de reconnaître l'interconnexion et la complémentarité des compétences de vie.

b) La supériorité de l'approche sans classification formelle.

c) L'importance de se concentrer exclusivement sur les compétences cognitives.

d) L'inefficacité des compétences socioémotionnelles dans le monde moderne.

NB) Pour vérifier vos réponses, consultez la section « Corrigés » de ce document

4.1.2.2 Activité N° 2: Les trois familles de compétences de vie

- **Consigne**: Lisez ce textes, puis complétez le tableau.

Dans le domaine de la classification des compétences de vie, une diversité de taxonomies se dessine, variant selon les pays et les organisations. Néanmoins, une tendance émerge vers une classification en trois grandes familles, reflétant la complexité et l'interconnexion des compétences humaines : les compétences personnelles, cognitives et sociales.

Les compétences personnelles représentent un socle fondamental, façonnant l'individu dans son rapport à lui-même et aux autres. L'autonomie, la confiance en soi, la gestion des émotions et du temps, ainsi que la résilience et l'éthique personnelle sont autant d'aptitudes qui influencent profondément la manière dont chaque individu aborde et surmonte les défis de la vie quotidienne.

Les compétences cognitives occupent une place cruciale dans l'ère actuelle, marquée par la révolution numérique et la mondialisation. La pensée critique, la créativité, la résolution de problèmes et la gestion de l'information sont autant de compétences essentielles pour naviguer dans un monde en perpétuelle évolution.

Les compétences sociales, souvent qualifiées de compétences relationnelles, englobent quant à elles les aptitudes nécessaires pour vivre et prospérer en harmonie avec autrui. La communication efficace, la coopération, le respect de la diversité et l'empathie sont autant de compétences qui jouent un rôle crucial dans la construction de relations significatives et dans la réussite dans divers contextes.

En cultivant un équilibre entre compétences personnelles, compétences cognitives et compétences sociales, les individus peuvent non seulement s'adapter aux défis de la vie moderne, mais aussi prospérer et contribuer de manière significative à l'épanouissement de leur communauté et de leur société dans son ensemble. Cette approche intégrée met en lumière l'importance de reconnaître et de développer ces trois dimensions, qui forment un réseau d'aptitudes interconnectées, agissant en synergie pour façonner le développement global de chaque individu.

Selim Kacem: Les meilleures pratiques en gestion des études internationales à grande échelle
Centre régional de l'UNESCO pour la qualité et l'excellence de l'éducation. KSA

Les compétences ……..	Les compétences ……..	Les compétences ……..
-	-	-
-	-	-
-	-	-

NB) Pour vérifier vos réponses, consultez la section « Corrigés » de ce document

4.1.2 Synthèse de la séquence

Cette séquence d'apprentissage a permis de mettre en lumière les trois types de compétences de vie, cognitives, personnelles et sociales. Chacune de ces catégories englobe un ensemble de compétences essentielles pour réussir dans la vie quotidienne, professionnelle et sociale.

- **Les compétences cognitives:** Elles comprennent essentiellement la pensée critique et créative, la résolution de problèmes et la gestion de l'information et de la technologie. Ces compétences sont cruciales pour réussir dans un monde complexe et incertain. Elles permettent en effet d'analyser les situations, de prendre des décisions éclairées et de s'adapter aux changements.
- **Les compétences personnelles:** Elles Incluent essentiellement l'autonomie, la résilience et la conduite éthique et responsable. Ces compétences sont primordiales pour gérer efficacement ses émotions, ses comportements et ses relations interpersonnelles. Elles favorisent ainsi l'équilibre interne et la réussite personnelle, professionnelle et sociale.
- **Les compétences sociales:** Elles comprennent essentiellement la communication efficace, le travail d'équipe et la consolidation de la paix. Ces compétences facilitent l'établissement de relations positives et le maintien de la cohésion sociale. Elles sont indispensables pour collaborer avec les autres, résoudre les conflits et promouvoir l'harmonie dans la société.

Ces trois types de compétences interagissent de manière synergique pour façonner le développement global des individus. Leur acquisition et leur développement de façon équilibrée sont essentiels pour réussir dans un monde en constante évolution et pour prospérer dans tous les aspects de la vie.

4.2Exploration des compétences personnelles

4.2.1 Objectif

A la fin de cette séquence, les participants seront capables de/d':

- Présenter les compétences personnelles ;
- Argumenter sur l'importance des compétences personnelles ;
- Expliquer les interactions entre les compétences personnelles et les compétences cognitives et sociales.

4.2.2 Activités proposées

4.2.2.1 Activité N° 1: Introduction aux compétences personnelles

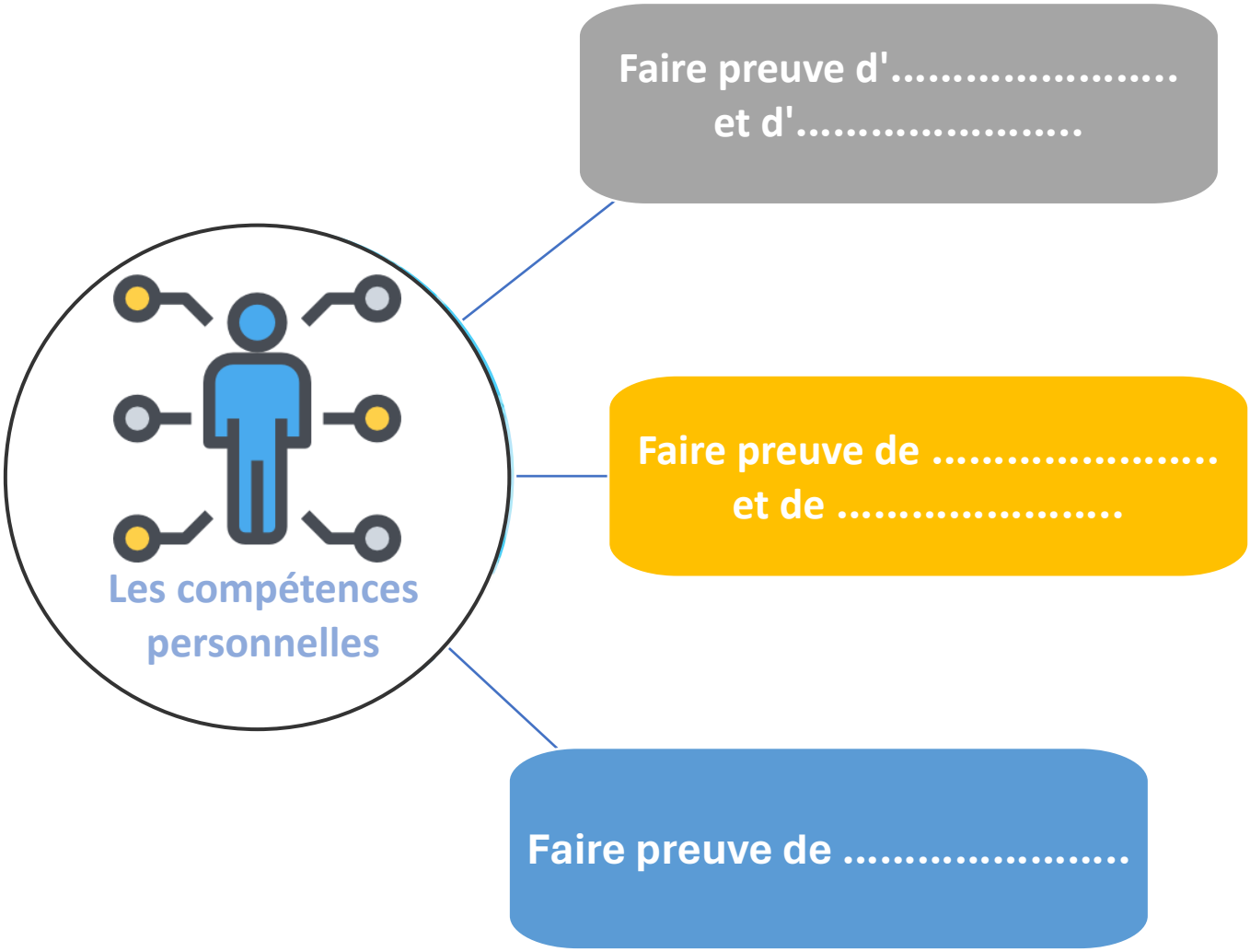
- **Consigne**: Lisez le texte suivant puis dressez une carte mentale simplifiée des compétences personnelles.

Les compétences personnelles sont des compétences essentielles pour se réaliser et gérer ses émotions et son comportement de manière efficace, ce qui est de nature à permettre l'atteinte de nos objectifs. De nombreuses études attribuent à ces compétences un rôle très important dans l'atteinte de l'équilibre interne et dans la fourniture des bases appropriées pour la réussite scolaire, professionnelle, sociale et humaine de chaque individu (Sadiku& Musa, 2021). Elles incluent la capacité à être autonome et à s'autogérer, à faire preuve de persévérance et de résilience et à adopter un comportement éthique et responsable:

- Faire preuve d'autonomie et d'autogestion: Cela implique la conscience de soi et la capacité à gérer ses émotions, son temps, ses objectifs et son comportement de manière efficace. Ces compétences sont essentielles pour surmonter les obstacles et atteindre le succès.
- Faire preuve de persévérance et de résilience: La persévérance est l'effort continu pour surmonter les obstacles, tandis que la résilience est la capacité à rebondir face aux difficultés. Ces compétences sont révélées grâce à des caractéristiques telles que la volonté de relever des défis et la capacité à s'adapter au changement.
- Faire preuve de connaissance de soi: Cette compétence implique la capacité de mener une réflexion introspective et honnête, de reconnaître ses valeurs, ses aspirations, ses motivations intrinsèques et ses modes de fonctionnement, renforçant ainsi son estime de soi et sa confiance en soi et offrant un socle solide pour donner du sens à ses actions, établir des relations harmonieuses avec son entourage, et mener une vie épanouissante.

Les compétences personnelles sont essentielles pour gérer efficacement sa vie, surmonter les obstacles et réussir dans différents domaines. Elles comprennent la capacité à se connaître soi-même, à faire preuve de résilience face aux défis et à agir de manière éthique et responsable.

Selim Kacem: Les meilleures pratiques en gestion des études internationales à grande échelle Centre régional de l'UNESCO pour la qualité et l'excellence de l'éducation. KSA



NB) Pour vérifier vos réponses, consultez la section « Corrigés » de ce document

4.2.2.2 Activité N° 2: Faire preuve d'autonomie et d'autogestion

Consigne: Lisez le texte suivant puis répondez aux questions.

L'autonomie est définie comme la capacité à se gouverner par ses propres lois et à prendre la pleine responsabilité de ses actes sans porter atteinte à la liberté des autres. C'est une perception positive de soi-même qui implique de participer à l'élaboration de son propre univers.

Elle se construit progressivement tout au long de la vie et implique des compétences nécessaires telles que gérer ses émotions et son temps, définir des objectifs et prendre des décisions.

L'autonomie est cruciale pour le développement personnel et favorise la réussite scolaire, professionnelle et sociale de l'individu.

L'éducation joue un rôle essentiel dans le développement de l'autonomie des apprenants, en leur permettant de se reconnaître dans leurs œuvres et de coopérer à leur propre développement. De ce fait, Il est essentiel pour les praticiens de l'éducation de reconnaître et de promouvoir les compétences d'autonomie et d'autogestion chez leurs apprenants. Cela implique de fournir un environnement propice au développement de ces compétences, ainsi que des occasions de pratique et de renforcement.

L'autogestion, quant à elle, se définit comme le processus par lequel un individu prend activement le contrôle de sa propre vie, en prenant des décisions éclairées, en établissant des objectifs personnels significatifs et en mettant en œuvre des stratégies pour les atteindre. Cela implique la capacité de comprendre ses émotions (Joie, Tristesse, Colère, Peur, Surprise, Dégoût) de les exprimer et de les réguler de manière saine favorisant ainsi le bien-être mental et social.

La gestion du temps est une compétence essentielle qui peut influencer la réussite personnelle et professionnelle. Elle implique la capacité à planifier, organiser et hiérarchiser les tâches de manière efficace. Développer cette compétences dès le plus jeune âge est crucial pour un meilleur contrôle des activités quotidiennes et une plus grande productivité.

La définition des objectifs et la prise de décisions représentent deux autres facette de la compétence de s'autogérer. La définition d'objectifs clairs est associée en effet à des décisions plus pertinentes et à une meilleure évaluation des risques et des avantages. Elle favorise la motivation, la concentration et la priorisation.

Prof. Mounira Youssef. Les compétences de vie au quotidien

- **<u>Questions</u>** :

1) **Comment définiriez-vous l'autonomie et en quoi consiste-t-elle selon vous?**

……..

……..

……..

……..

2) **En quoi l'autonomie est-elle cruciale pour le développement personnel?**

……..

……..

……..

……..

3) **D'après votre expérience, quel rôle joue l'éducation dans le renforcement de l'autonomie chez les apprenants?**

……..

……..

……..

……..

4) **Selon vous, quels sont les principaux obstacles à l'autonomie des individus dans le contexte familial, éducatif ou professionnel ?**

……..

……..

……..

……..

5) **Commentez cette citation d'André Gide : « Un bon maître a ce souci constant : Enseigner à se passer de lui ».**

……..

……..

……..

……..

6) **En quoi pensez-vous que la régulation des émotions contribue-t-elle au bien-être mental et social des individus dans leur vie quotidienne?**

……..

……..

……..

……..

7) **Pouvez-vous identifier des situations concrètes où la gestion du temps peut influencer le succès personnel ou professionnel ?**

……..

……..

……..

……..

8) **Quels sont, selon vous, les avantages d'une bonne gestion du temps dans la vie quotidienne ?**

……..

……..

……..

……..

9) **Quelles seraient les principales caractéristique d'un enfant/jeune qui fait preuve d'autonomie?**

……..

……..

……..

……..

10) **Développez une brève réflexion sur les interaction entre l'autonomie et les autres compétences de vie que vous connaissez.**

……..

……..

……..

……..

4.2.2.3 Activité N° 3: Faire preuve de persévérance et de résilience

- **Consigne**: Lisez les 2 textes suivant puis répondez aux questions.

Texte 01 :

La persévérance se définit comme la capacité à maintenir ses efforts et à faire face aux obstacles malgré les difficultés rencontrées dans la poursuite de ses objectifs. Cette qualité est essentielle pour la réussite personnelle, professionnelle et académique, car elle permet de surmonter les échecs et les revers avec résilience et détermination. Un élève persévérant peut, par exemple, continuer à étudier malgré les obstacles ardues rencontrés, comme des résultats décevants ou des défis intellectuels.

Pour développer la persévérance, il est important de se fixer des objectifs clairs et réalistes, de maintenir une attitude positive face aux difficultés et de cultiver la résilience en tirant des leçons de chaque expérience. Les stratégies de gestion du stress et de renforcement de la motivation peuvent également être utiles pour soutenir le développement de cette compétence précieuse, qui constitut un pilier fondamental du succès dans tous les domaines de la vie.

Développer sa persévérance peut être un outil de santé puissant pour nous protéger de l'anxiété, de la dépression et d'autres troubles. En effet, une étude récente de l'Université de Pennsylvanie a montré que les personnes les plus persévérantes ont un risque beaucoup plus faible de souffrir de crises de panique ou de dépression.

https://soft-skills.info/perseverance

Texte 02 :

Une définition « humaniste » de la résilience s'impose. Il en est de nombreuses, parmi lesquelles on peut retenir celle de « la Fondation pour l'enfance » (Paris): « *La résilience est la capacité d'une personne ou d'un groupe à se développer, à continuer à se projeter dans l'avenir, en présence d'événements déstabilisants, de conditions de vie difficiles, de traumatismes parfois sévères* ». Cette formulation a le mérite de mettre en lumière la double caractéristique de la résilience, qui en fait l'originalité : c'est à la fois la résistance à la destruction et la construction d'une existence valant d'être vécue.

Que certains individus résistent mieux que d'autres aux aléas de l'existence, à l'adversité, à la maladie est un fait reconnu depuis des siècles, mais resté largement inexpliqué. C'est récemment que les interactions entre les individus et leur entourage, leurs conditions et leurs milieux de vie ont été prises en considération, menant à des approches systémiques fécondes. Sans entrer dans le détail, il faut souligner que le concept de vulnérabilité, avec ses composantes biologiques et psychologiques, a ouvert la voie à la résilience. Emmie Werner, une psychologue

américaine parle, à propos des enfants qu'elle a suivis de la naissance à l'âge adulte, de sujets «vulnérables, mais invincibles». Bowlby, un médecin psychiatre et psychanalyste britannique, définit pour sa part la résilience comme «Ressort moral, qualité d'une personne qui ne se décourage pas, qui ne se laisse pas abattre».

L'intérêt de ce concept apparaît clairement : Tout en reconnaissant l'existence de problèmes, on cherche à les aborder de façon constructive, à partir d'une mobilisation des ressources des personnes directement concernées. Mais il faut affirmer avec force que la résilience n'est jamais absolue, totale, acquise une fois pour toutes. Il s'agit d'une capacité qui résulte d'un processus dynamique, évolutif, au cours duquel l'importance d'un traumatisme peut dépasser les ressources du sujet. Elle est variable selon les circonstances, la nature des traumatismes, les contextes et les étapes de la vie. Elle peut s'exprimer de façons très variées, selon les différentes cultures.

Michel Manciaux : La résilience : Un regard qui fait vivre
https://www.cairn.info/revue-etudes-2001-10-page-321.htm

- **Questions** :

1) **Quelle est la définition de la persévérance?**
   a) La capacité à se développer malgré les événements déstabilisants
   b) La capacité à maintenir ses efforts et à faire face aux obstacles
   c) La capacité à résister à la destruction
   d) La capacité à construire une existence valant d'être vécue

2) **Pourquoi la persévérance est-elle considérée comme importante selon le premier texte ?**
   a) Pour résister à la destruction
   b) Pour se construire une existence valant d'être vécue
   c) Pour surmonter les échecs et les revers avec résilience et détermination
   d) Pour résister aux aléas de l'existence

3) **Comment peut-on développer la persévérance selon le premier texte ?**
   a) En se fixant des objectifs flous
   b) En maintenant une attitude négative face aux difficultés
   c) En tirant des leçons de chaque expérience
   d) En évitant les stratégies de gestion du stress

4) **Quelle est la caractéristique de la résilience selon le deuxième texte ?**
   a) La résistance à la destruction
   b) La construction d'une existence valant d'être vécue
   c) La résistance aux aléas de l'existence
   d) L'invincibilité face aux traumatismes

5) **Qu'est-ce qui a ouvert la voie à la résilience ?**
   a) La résistance à la destruction
   b) Les composantes biologiques de la vulnérabilité
   c) Les interactions entre les individus et leur entourage
   d) Les traumatismes sévères

6) **Comment Emmie Werner décrit-elle les enfants qu'elle a suivis selon le deuxième texte ?**
   a) Vulnérables et invincibles
   b) Forts et résilients
   c) Faibles et vulnérables
   d) Indestructibles et résistants

7) **Comment Bowlby définit-il la résilience selon le deuxième texte ?**
   a) Comme la résistance à la destruction
   b) Comme un ressort moral
   c) Comme la construction d'une existence valant d'être vécue
   d) Comme la résistance aux aléas de l'existence

8) **Pourquoi est-il important de reconnaître l'existence de problèmes selon le deuxième texte ?**
   a) Pour les ignorer
   b) Pour les aborder de façon constructive
   c) Pour les exagérer
   d) Pour les minimiser

9) **La résilience est-elle considérée comme une capacité absolue selon le deuxième texte ?**
   a) Oui, elle est absolue et totale
   b) Non, elle est acquise une fois pour toutes
   c) Oui, elle est variable selon les circonstances
   d) Non, elle est variable selon les traumatismes

10) **Comment la résilience est-elle influencée selon le deuxième texte ?**
   a) Par les traumatismes
   b) Par les ressources du sujet
   c) Par les conditions de vie
   d) Par les interactions entre les individus

NB) Pour vérifier vos réponses, consultez la section « Corrigés » de ce document

4.2.2.4 Activité N° 4: Faire preuve de conscience de soi

- **Consigne**: Lisez le texte et étudiez le schéma suivants puis répondez aux questions.

La conscience de soi est généralement définie en comme la capacité d'un individu à avoir une perception et une compréhension de ses propres pensées, sentiments, comportements et caractéristiques personnelles.

Les recherches suggèrent que lorsque nous nous voyons clairement, nous sommes plus confiants et plus créatifs. Nous prenons des décisions plus judicieuses, construisons des relations plus solides et communiquons plus efficacement. Nous sommes moins susceptibles de mentir, de tricher et de voler. Nous sommes de meilleurs travailleurs qui obtenons plus de promotions. Et nous sommes des leaders plus efficaces, avec des employés plus satisfaits et des entreprises plus rentables.

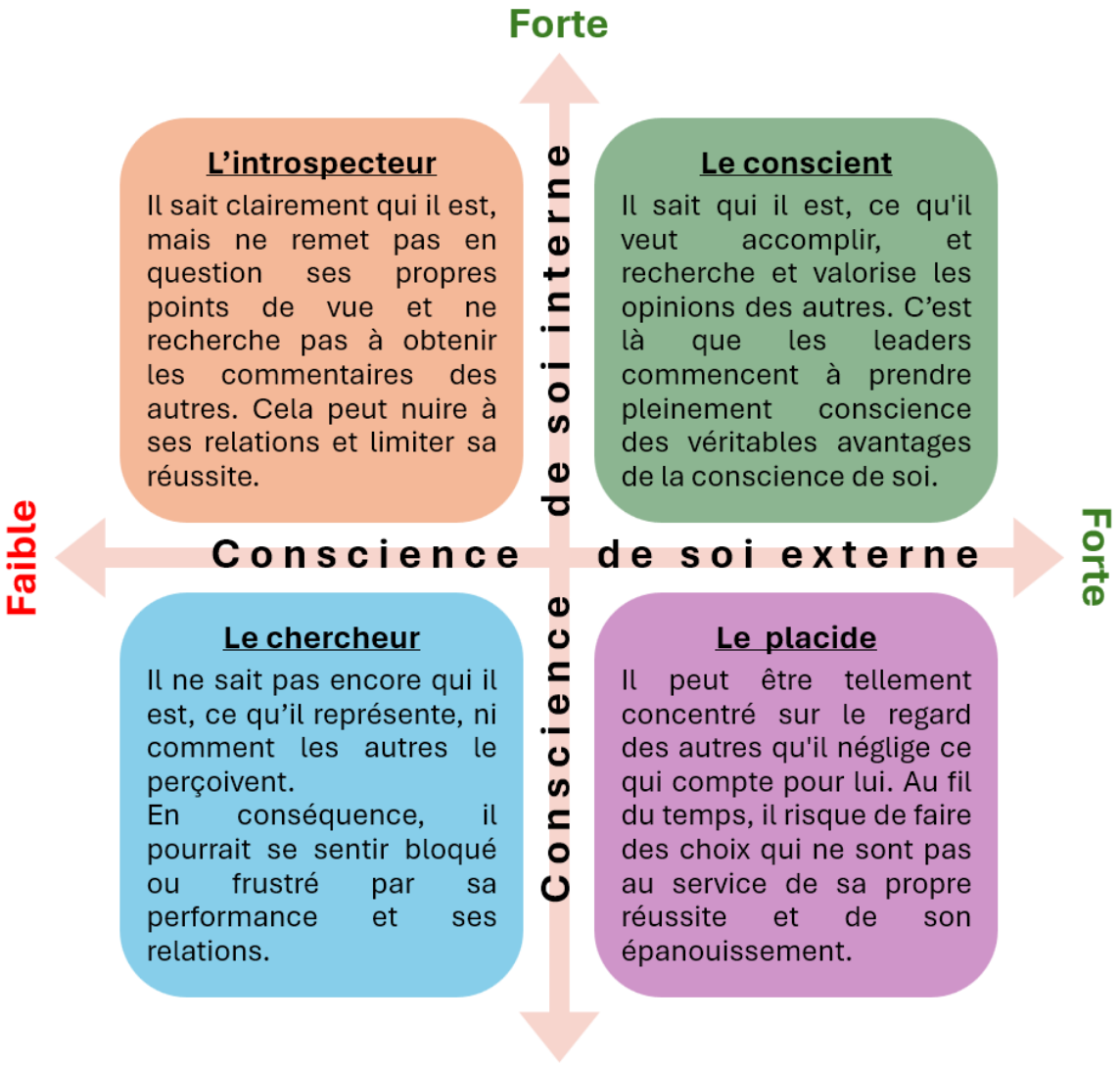
Deux grandes catégories de conscience de soi ont continué à émerger. La première, que nous avons surnommée conscience de soi interne, représente la clarté avec laquelle nous voyons nos propres valeurs, passions, aspirations, adéquation avec notre environnement, réactions (y compris les pensées, sentiments, comportements, forces et faiblesses) et impact sur les autres. Nous avons constaté que la conscience de soi interne est associée à une plus grande satisfaction professionnelle et relationnelle, à un contrôle personnel et social et à un bonheur accru ; elle est négativement liée à l'anxiété, au stress et à la dépression.

La deuxième catégorie, la conscience de soi externe, consiste à comprendre comment les autres nous perçoivent, en fonction des mêmes facteurs énumérés ci-dessus. Nos recherches montrent que les personnes qui savent comment les autres les perçoivent sont plus aptes à faire preuve d'empathie et à prendre en compte le point de vue des autres. Pour les dirigeants qui se considèrent comme leurs employés, ceux-ci ont tendance à entretenir de meilleures relations avec eux, à se sentir plus satisfaits d'eux et à les considérer comme plus efficaces en général.

Les individus qui se concentrent sur le développement d'une conscience de soi à la fois interne et externe, qui recherchent des commentaires honnêtes de la part de critiques aimants peuvent apprendre à se voir plus clairement – et récolter les nombreuses récompenses qu'offre une meilleure connaissance de soi. Et quels que soient les progrès que nous accomplissons, il y a toujours encore à apprendre. C'est l'une des choses qui rendent le voyage vers la conscience de soi si excitant.

Tasha Eurich: What Self-Awareness Really Is. Harvard Business Review
https://hbr.org/2018/01/what-self-awareness-really-is-and-how-to-cultivate-it

Les 4 types de conscience de soi



1) **Qu'est-ce que la conscience de soi ?**
   a) La capacité à percevoir et comprendre les pensées des autres.
   b) La perception et la compréhension de ses propres pensées, sentiments, comportements et caractéristiques personnelles.
   c) La capacité à influencer les autres.
   d) La connaissance des événements passés.

2) **Quels avantages la clarté de la conscience de soi peut-elle apporter ?**
   a) Moins de confiance et de créativité.
   b) Relations plus faibles et communication moins efficace.
   c) Décisions plus judicieuses et relations plus solides.
   d) Moins de promotions et de rentabilité accrue.

3) **Quels sont les deux types principaux de conscience de soi décrits dans le texte ?**
   a) Conscience de soi positive et conscience de soi négative.
   b) Conscience de soi interne et conscience de soi externe.
   c) Conscience de soi passive et conscience de soi active.
   d) Conscience de soi individuelle et conscience de soi collective.

4) **Qu'est-ce que la conscience de soi interne ?**
   a) La compréhension de la perception des autres.
   b) La clarté sur ses propres valeurs, aspirations, etc.
   c) La connaissance des événements passés.
   d) L'acceptation passive de soi-même.

5) **Comment la conscience de soi interne est-elle liée au bonheur ?**
   a) Négativement.
   b) Elle n'a pas d'impact sur le bonheur.
   c) Positivement.
   d) Elle est uniquement liée à l'anxiété.

6) **Qu'est-ce que la conscience de soi externe ?**
   a) La compréhension de sa propre perception.
   b) La perception de la façon dont les autres nous regardent.
   c) La connaissance des événements futurs.
   d) L'acceptation passive des autres.

7) **Qui est décrit comme "l'introspecteur" dans le graphique ?**
   a) Quelqu'un qui connaît clairement ses propres valeurs mais qui ne cherche pas les retours des autres.
   b) Quelqu'un qui se concentre sur l'opinion des autres au détriment de ses propres valeurs.
   c) Quelqu'un qui ne sait pas qui il est, ni comment les autres le perçoivent.
   d) Quelqu'un qui connaît ses propres valeurs et recherche les opinions des autres.

8) Quel risque court le "placide" selon le graphique?

a) Négliger ses propres valeurs.
b) Manquer d'empathie envers les autres.
c) Faire des choix qui ne servent pas sa propre réussite.
d) Manquer de confiance en soi.

9) Quel individu est décrit comme "le conscient" selon le graphique?

a) Quelqu'un qui ne sait pas qui il est, ni comment les autres le perçoivent.
b) Quelqu'un qui se concentre uniquement sur son propre développement.
c) Quelqu'un qui sait qui il est, ce qu'il veut accomplir, et valorise les opinions des autres.
d) Quelqu'un qui ne remet pas en question ses propres points de vue.

10) Que conseille le texte pour développer une conscience de soi plus claire ?

a) Ignorer les critiques des autres.
b) Se concentrer uniquement sur ses propres valeurs.
c) Rechercher des commentaires honnêtes de la part de critiques aimants.
d) Se fier uniquement à sa propre perception de soi.

NB) Pour vérifier vos réponses, consultez la section « Corrigés » de ce document

4.2.3 Synthèse de la séquence

Cette séquence visait à développer chez les participants une compréhension approfondie des compétences personnelles, de leur nature et leur importance pour l'individu, afin qu'il puisse atteindre l'équilibre interne, surmonter les obstacles et atteindre le succès dans divers domaines de la vie.

L'accent a été particulièrement mis sur des compétences spécifiques telles que l'autonomie et l'autogestion, la persévérance et la résilience et la conscience de soi:

- **L'autonomie et l'autogestion** : Les activités d'apprentissages ont focalisé sur l'importance de développer son autonomie et de prendre le contrôle de sa propre vie en gérant ses émotions et son temps et en apprenant à définir de objectifs et prendre des décisions de manière efficace et éclairées.
- **La persévérance et la résilience** : Les activités d'apprentissages ont mis en lumière l'importance de maintenir ses efforts et de rebondir face aux difficultés. Les participants ont pu ainsi approfondir leur compréhension du rôle de la persévérance et de la résilience dans le développement personnel. Ils ont également pu découvrir certaines stratégies à même de cultiver ces compétences.
- **La conscience de soi** : Les activités d'apprentissages ont mis en évidence l'impact positif de se voir clairement sur la confiance, la créativité et les relations interpersonnelles. Les participants ont pu découvrir les deux catégories de conscience de soi (interne et externe) et l'importance de les conjuguer pour améliorer leur connaissance de soi, favoriser leur bien-être mental et émotionnel et améliorer leur relation avec les autres.

Soulignons enfin que la classification des compétences personnelles proposée dans cette séquence visait à offrir un compromis entre exhaustivité et simplicité, permettant ainsi aux participants de comprendre de manière claire et concise les différents aspects de ces compétences ainsi que de leur complémentarité et leur interconnexion. En prenant conscience de l'importance de ces compétences (autonomie et autogestion, persévérance et résilience, et conscience de soi), les participants sont désormais mieux préparés à les acquérir et à les intégrer dans leurs pratiques professionnelles en tant qu'enseignants, ouvrant ainsi la voie à un développement personnel et professionnel efficient et durable.

4.3Exploration des compétences cognitives

4.3.1 Objectif

A la fin de cette séquence, les participants seront capables de/d':

- Présenter les compétences cognitives ;
- Argumenter sur l'importance des compétences cognitives ;
- Expliquer les interactions entre les compétences cognitives et les compétences personnelles et sociales.

4.3.2 Activités proposées

4.3.2.1 Activité N° 1: Introduction aux compétences cognitives

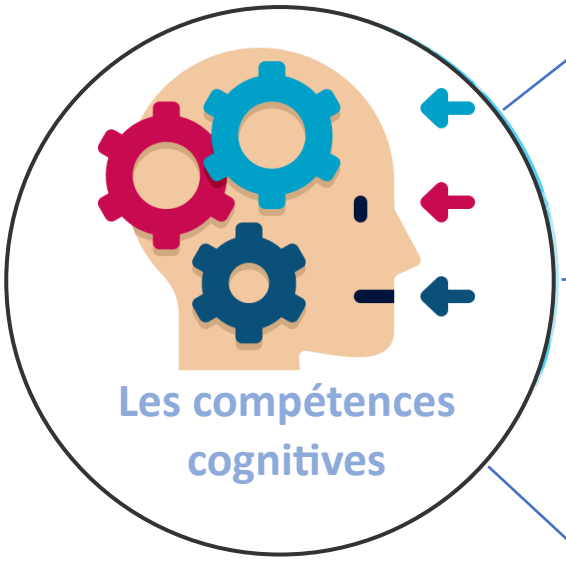
- **Consigne**: Lisez le texte suivant puis dressez une carte mentale simplifiée des compétences cognitives.

Les compétences cognitives englobent la réflexion, le raisonnement et d'autres compétences associées. Ces compétences sont cruciales car elles sont associées à de meilleures performances académiques et professionnelles ainsi qu'à un bien-être physique et psychologique accru. Elles incluent la capacité à résoudre des problèmes, à gérer l'information et la technologie et à penser de manière critique et créative:

- Résoudre des problèmes: Cette compétence implique l'identification, l'analyse et la résolution de problèmes en utilisant un ensemble de compétences et d'aptitudes intellectuelles. C'est une compétence essentielle pour réussir dans un monde complexe et incertain.
- Faire preuve de pensée critique et créative: La pensée critique nécessite le développement d'un esprit analytique et logique, capable d'évaluer de manière objective chaque situation. D'autre part, la pensée créative stimule l'imagination et encourage la génération d'idées nouvelles et originales. En conjuguant ces deux compétences, les individus peuvent prendre des décisions éclairées et contribuer activement à la résolution des défis complexes de notre société moderne.
- Gérer l'information: Cette compétence englobe la capacité de trouver, évaluer, organiser et utiliser efficacement les informations provenant de différentes sources. Dans un monde largement digitalisé, où la quantité d'informations disponibles est exponentielle, cette compétence est devenue un impératif pour réussir dans les études, le travail et la vie quotidienne.

Les compétences cognitives sont fondamentales pour le développement personnel et professionnel, car elles permettent aux individus de résoudre les problèmes, de gérer l'information, de penser de manière critique et créative, ce qui est essentiel dans un monde complexe et incertain, en constante évolution.

Selim Kacem: Les meilleures pratiques en gestion des études internationales à grande échelle Centre régional de l'UNESCO pour la qualité et l'excellence de l'éducation. KSA



Résoudre .....

Faire preuve de pensée ..... & .....

Faire preuve de .....

NB) Pour vérifier vos réponses, consultez la section « Corrigés » de ce document

4.3.2.2 Activité N°2: Résoudre des problèmes

- **Consigne**: Lisez le texte suivant puis répondez aux questions.

Que l'on soit enseignant, élève, parent ou dirigeant d'une grande entreprise, nous devons tous affronter des problèmes à un moment donné et les résoudre. Savoir résoudre efficacement des problèmes est une compétence de plus en plus demandée dans le monde complexe et incertain dans lequel nous vivons.

Il est régulièrement prouvé qu'une approche systématique, reposant sur des étapes bien définies peut vous aider à trouver des solutions réelles, durables et évolutives à tous les problèmes :

1. Identifiez le problème : Avant toute chose, il est primordial de définir ce qui doit être corrigé. Vous devez donc prendre le temps d'examiner minutieusement la situation, en séparant les symptômes de la cause. Cette analyse prend du temps et peut impliquer d'effectuer quelques recherches pour mettre en évidence les problèmes sous-jacents.
2. Déterminez les causes premières : Lorsque vous avez identifié votre problème, vous devez comprendre pourquoi il est survenu pour trouver une solution qui traite les causes et pas seulement les symptômes.
3. Trouvez plusieurs solutions : Pour résoudre efficacement des problèmes, vous devez réfléchir de manière innovante. Sortez des sentiers battus. Ne vous contentez pas de la première solution trouvée. Allez plus loin. Trouvez autant de solutions alternatives que possible. Gardez l'esprit ouvert et soyez réceptif à l'échange d'idées et de points de vue.
4. Trouvez la meilleure solution : Avancez de manière logique. Etudiez chaque scénario en focalisant sur la faisabilité, la viabilité et l'évolutivité de chaque solution, les risques qui en découlent, sont impact, etc.
5. Planifiez et mettez en œuvre votre solution : Élaborez un plan très précis pour exécuter votre solution tout en précisant les indicateurs de réussite. Vous devrez savoir qui, quoi, quand et comment vous allez implémenter
6. Évaluez les résultats de votre solution : Il est vital d'évaluer la réussite de votre solution, mais cette étape est bien souvent négligée. Cela vous permet de tirer les bonnes leçon et d'être plus performant dans l'avenir. Vous verrez ainsi clairement si votre solution était la bonne ou l'avez correctement appliquée. Préparez- vous à vous tromper et à apprendre de vos erreurs.

Entraînez-vous à résoudre des problèmes en suivant ces six étapes et vous verrez que vos compétences seront largement appréciées.

Cisco Network Academy
https://www.netacad.com/fr/careers/career-advice/essential-skills/six-steps-becoming-better-problem-solver

- **Questions** :

1) **Quelles sont les différences entre les symptômes d'un problème et ses causes premières ?**

……..

……..

……..

……..

2) **Pouvez-vous expliquer pourquoi il est important d'identifier clairement un problème avant de chercher à le résoudre ?**

……..

……..

……..

……..

3) **Pourquoi est-il crucial de trouver plusieurs solutions alternatives lors de la résolution d'un problème ?**

……..

……..

……..

……..

4) **Comment pouvez-vous déterminer quelle est la meilleure solution parmi plusieurs alternatives ?**

……..

……..

……..

……..

5) **Quels éléments devriez-vous considérer lors de l'évaluation des différentes solutions proposées ?**

……..

……..

……..

……..

6) **Pourquoi est-il nécessaire de planifier et de mettre en œuvre votre solution de manière précise ?**

……..

……..

……..

……..

7) Quels sont les avantages de l'évaluation des résultats de votre solution une fois mise en œuvre ?

……..

……..

……..

……..

8) Quelles sont les conséquences potentielles de négliger l'évaluation des résultats d'une solution ?

……..

……..

……..

……..

9) Comment la pratique de la résolution de problèmes peut-elle améliorer vos compétences dans d'autres domaines de votre vie ?

……..

……..

……..

……..

10) En quoi l'approche systématique décrite dans le texte peut-elle être bénéfique dans la résolution de problèmes complexes ?

……..

……..

……..

……..

4.3.2.3 Activité N° 3: Faire preuve de pensée critique et créative

- **Consigne**: Lisez les 2 textes suivant puis répondez aux questions.

Texte 01 :

Selon l'Organisation mondiale de la santé, la pensée (ou l'esprit) critique est la capacité à analyser les informations et les expériences de façon objective. Elle nous aide d'autre part à reconnaître et à évaluer les facteurs qui influencent nos attitudes et nos comportements (valeurs, croyances, attitudes, normes, médias, etc.). Quant à la pensée créative, elle nous permet d'explorer les alternatives possibles et les diverses conséquences de nos actions ou de notre refus d'action. Cela nous aide à regarder au-delà de notre propre expérience. La pensée créative peut également nous aider à répondre de façon adaptative et avec souplesse aux situations de la vie quotidienne.

La pensée critique aide à comprendre ce qui est en jeu dans une situation et à se positionner, ouvrant par la suite la porte à la pensée créative pour imaginer, inventer et trouver davantage de solutions ou d'idées adaptées à cette situation. Pensée critique et créativité forment donc un tandem essentiel pour naviguer dans le monde VUCA et de plus en plus numérique qui nous entoure. Ce tandem est particulièrement important pour les jeunes pour pouvoir découvrir et expérimenter la vie de manière de plus en plus autonome, tout en renforçant leur immunité contre les préjugés, les stéréotypes et les manipulations. La pensée critique et créative nous aide en effet à penser par nous-mêmes, offrant ainsi la voie pour un plus grand contrôle de nos choix et jugements. Ceci est de nature à nous permettre de prendre conscience des différentes perspectives entre les individus et de renforcer notre empathie et notre compréhension interculturelle.

https://www.ciao.ch/articles/avoir-une-pensee-critique-et-creative

Texte 02 :

La créativité et l'esprit critique ne sont pas simplement des compétences à la mode, mais plutôt des compétences fondamentales qui contribuent au bien-être individuel et au bon fonctionnement des sociétés. Au sommet de la taxonomie de Bloom (sous les catégories « créer » et « évaluer »), ces compétences requièrent un niveau de complexité et d'exigence considérable, et peuvent être considérées comme des aspirations humaines supérieures, en ligne avec les besoins d'accomplissement de soi identifiés par Maslow.

D'après la psychologie positive, l'un des principaux attraits et intérêts de la créativité réside dans le sentiment d'ancrage et de bien-être qu'elle procure : Il s'agit d'une « expérience optimale » (flow), où les individus sont pleinement immergés dans une activité plaisante. De même, l'esprit critique est un pilier essentiel de la démocratie moderne, où les citoyens sont appelés à évaluer de manière indépendante les informations et les arguments présentés dans les médias

et par d'autres sources d'autorité. Dans un monde numérique saturé d'informations contradictoires, l'esprit critique est plus crucial que jamais.

Dans la plupart des programmes scolaires des pays de l'OCDE, l'esprit critique et la créativité font partie, sous une forme ou une autre, des résultats d'apprentissage recherchés. Leur importance dans l'enseignement, de la petite enfance au supérieur, est désormais reconnue dans le monde.

Vincent-Lancrin : Développer la créativité et l'esprit critique des élèves. OECD Publishing

- **<u>Questions</u>** :

1) **Quelle est la définition de la pensée critique selon l'Organisation mondiale de la santé?**
   a) Capacité à imaginer des alternatives
   b) Capacité à analyser les informations de manière subjective
   c) Capacité à analyser les informations de manière objective
   d) Capacité à ignorer les facteurs qui influencent nos attitudes
2) **Que permet la pensée créative ?**
   a) Se limiter à notre propre expérience
   b) Explorer les alternatives possibles
   c) Ignorer les conséquences de nos actions
   d) Se concentrer uniquement sur les obstacles
3) **Pourquoi la pensée critique et créative est-elle importante ?**
   a) Pour renforcer les préjugés et les stéréotypes
   b) Pour limiter notre capacité à penser par nous-mêmes
   c) Pour mieux comprendre les différentes perspectives entre les individus
   d) Pour limiter notre contrôle sur nos choix et jugements
4) **Quel est l'objectif principal de la pensée critique et créative pour les jeunes ?**
   a) Renforcer les préjugés et les stéréotypes
   b) Limiter leur autonomie dans la vie quotidienne
   c) Découvrir et expérimenter la vie de manière autonome
   d) Diminuer leur capacité à se positionner dans les situations
5) **Quel est l'un des principaux avantages de la créativité ?**
   a) Elle provoque un sentiment de bien-être profond
   b) Elle limite la capacité à être immergé dans une activité plaisante
   c) Elle est une compétence à la mode
   d) Elle est exclusivement nécessaire pour la réussite professionnelle

6) **Quel est l'un des piliers essentiels de la démocratie moderne ?**
   a) La créativité
   b) L'esprit critique
   c) L'ignorance
   d) Le conformisme

7) **Dans quel domaine les compétences de créativité et d'esprit critique sont-elles largement reconnues ?**
   a) Dans le domaine de la mode
   b) Dans le domaine de l'ingénierie
   c) Dans le domaine de l'éducation
   d) Dans le domaine de la médecine

8) **Où se situent la créativité et l'esprit critique dans la taxonomie de Bloom ?**
   a) Sous les catégories "mémoriser" et "comprendre"
   b) Sous les catégories "analyser" et "évaluer"
   c) Sous les catégories "appliquer" et "analyser"
   d) Sous les catégories "créer" et "évaluer"

9) **Question 9: Quelle est la principale caractéristique de l'expérience optimale (flow) liée à la créativité ?**
   a) Elle provoque de l'anxiété
   b) Elle rend les individus insensibles à leur environnement
   c) Elle suscite un sentiment de bien-être profond
   d) Elle est uniquement possible dans le domaine artistique

10) **Question 10: Pourquoi l'esprit critique est-il crucial dans un monde numérique ?**
   a) Parce qu'il limite la capacité à évaluer les informations
   b) Parce qu'il permet aux individus d'accepter les informations sans réfléchir
   c) Parce qu'il est moins important que la créativité dans ce contexte
   d) Parce qu'il aide à évaluer de manière indépendante les informations et les arguments présentés

NB) Pour vérifier vos réponses, consultez la section « Corrigés » de ce document

4.3.2.4 Activité N° 4: Faire preuve de culture de l'information

- **Consigne**: Lisez le texte suivant puis répondez aux questions.

La culture de l'information englobe un ensemble de compétences instrumentales, méthodologiques, économiques, juridiques et éthiques. La Washington Library Media Association identifie six compétence informationnelle essentielles :

1) Identifier et analyser le besoin d'information :
L'élève apprend à définir avec précision ses besoins d'information, en fonction de la situation qu'il a à gérer ;

2) Elaborer des stratégies de recherche de l'information.
L'élève identifie les sources potentielles de l'information et les hiérarchise pour choisir les meilleures. Il identifie également les idées principales et les mots-clés.

3) Accéder à l'information :
L'élève acquiert la capacité d'utiliser des outils nécessaires, y compris les TIC, pour localiser efficacement l'information pertinente et y accéder ;

4) Évaluer et extraire l'information :
Cette compétence permet à l'élève d'évaluer la pertinence et la fiabilité de l'information trouvée, de réajuster ses stratégies de recherche si nécessaire, et d'extraire les informations utiles des sources consultés.

5) Organiser et présenter l'information :
L'élève apprend à organiser de manière structurée les informations collectées, à synthétiser les idées issues de différentes sources et à créer une présentation efficace qui communique clairement les informations pertinentes.

6) Évaluer la démarche et de la production :
Cette compétence amène l'élève à évaluer la démarche utilisée pour rechercher l'information, ainsi que la qualité de la production finale, en tenant compte des critères de pertinence, de précision et de clarté.

Il est enfin crucial que l'élève se conforme tout au long de cette démarche aux règles juridiques et éthiques de la gestion de l'information. Cela inclut le respect de la vie privée des autres et des droits de propriété intellectuelle, ainsi que l'engagement à utiliser l'information de manière responsable.

Principales compétences pour une culture de l'information
https://www.reseau-canope.fr/savoirscdi/cdi-outil-pedagogique/apprentissage-et-construction-des-savoirs/referentiels-pour-la-maitrise-de-linformation/principales-competences-pour-une-culture-de-linformation.html

- **<u>Questions</u>** :

1) **Quelle compétence permet à l'élève de définir avec précision ses besoins d'information ?**
   A. Identifier et analyser le besoin d'information.
   B. Elaborer des stratégies de recherche de l'information.
   C. Accéder à l'information.
   D. Évaluer et extraire l'information.

2) **Quelle compétence permet à l'élève d'identifier les sources potentielles de l'information et de les hiérarchiser ?**
   A. Identifier et analyser le besoin d'information.
   B. Elaborer des stratégies de recherche de l'information.
   C. Accéder à l'information.
   D. Organiser et présenter l'information.

3) **Quelle compétence permet à l'élève d'utiliser des outils nécessaires pour localiser efficacement l'information pertinente ?**
   A. Identifier et analyser le besoin d'information.
   B. Accéder à l'information.
   C. Évaluer et extraire l'information.
   D. Organiser et présenter l'information.

4) **Quelle compétence permet à l'élève d'évaluer la pertinence et la fiabilité de l'information trouvée ?**
   A. Elaborer des stratégies de recherche de l'information.
   B. Accéder à l'information.
   C. Évaluer et extraire l'information.
   D. Organiser et présenter l'information.

5) **Quelle compétence permet à l'élève d'organiser de manière structurée les informations collectées ?**
   A. Identifier et analyser le besoin d'information.
   B. Elaborer des stratégies de recherche de l'information.
   C. Organiser et présenter l'information.
   D. Évaluer la démarche et de la production.

6) **Quelle compétence amène l'élève à évaluer la démarche utilisée pour rechercher l'information ?**
   A. Identifier et analyser le besoin d'information.
   B. Accéder à l'information.
   C. Évaluer la démarche et de la production.
   D. Évaluer et extraire l'information.

7) **Quels aspects sont cruciaux pour l'élève tout au long de la démarche d'acquisition d'information ?**

A. Respect de la vie privée et engagement à utiliser l'information de manière responsable.

B. Respect de la vie privée et pertinence des sources d'information.

C. Respect des droits de propriété intellectuelle et engagement à utiliser l'information de manière responsable.

D. Respect des droits de propriété intellectuelle et pertinence des sources d'information.

8) **Quelle compétence permet à l'élève d'extraire les informations utiles des sources consultées ?**

A. Identifier et analyser le besoin d'information.

B. Évaluer et extraire l'information.

C. Organiser et présenter l'information.

D. Évaluer la démarche et de la production.

9) **Quelle compétence permet à l'élève de synthétiser les idées issues de différentes sources ?**

A. Identifier et analyser le besoin d'information.

B. Elaborer des stratégies de recherche de l'information.

C. Organiser et présenter l'information.

D. Évaluer la démarche et de la production.

10) **Quelle compétence permet à l'élève de réajuster ses stratégies de recherche si nécessaire ?**

A. Identifier et analyser le besoin d'information.

B. Accéder à l'information.

C. Évaluer et extraire l'information.

D. Évaluer la démarche et de la production.

NB) Pour vérifier vos réponses, consultez la section « Corrigés » de ce document

4.3.3 Synthèse de la séquence

Cette séquence visait à développer chez les participants une compréhension approfondie des compétences cognitives, de leur nature et leur importance pour l'individu, afin qu'il puisse atteindre l'équilibre interne, surmonter les obstacles et atteindre le succès dans divers domaines de la vie.

L'accent a été particulièrement mis sur des compétences spécifiques telles que résoudre des problèmes, faire preuve de pensée critique et créative et faire preuve de culture de l'information:

- **Résoudre des problèmes** : Les activités d'apprentissages ont focalisé sur l'importance de développer sa capacité de résolution de problèmes en suivant un processus systématique comprenant l'identification du problème, l'analyse de ses causes, la génération de solutions innovantes, la mise en œuvre et l'évaluation des résultats. Dans un monde complexe et incertain cette compétence est essentielle à tous les niveaux.
- **Faire preuve de pensée critique et créative** : Les activités d'apprentissages ont mis en lumière la nature de la pensée critique qui implique l'évaluation objective des informations et la capacité à comprendre les différentes perspectives, tandis que la pensée créative encourage l'imagination et la génération d'idées nouvelles. En combinant ces deux compétences, les individus peuvent prendre des décisions éclairées et contribuer à surmonter les défis de la société moderne.
- **Faire preuve de culture de l'information** : Les activités d'apprentissages ont permis aux participants d'identifier, évaluer, organiser et utiliser l'information de manière responsable. Cela inclut le respect des règles juridiques et éthiques concernant la vie privée et les droits de propriété intellectuelle, ce qui est essentiel dans un environnement numérique saturé d'informations souvent peu fiables et contradictoires.

Soulignons enfin que la classification des compétences cognitives proposée dans cette séquence visait à offrir un compromis entre exhaustivité et simplicité, permettant ainsi aux participants de comprendre de manière claire et concise les différents aspects de ces compétences ainsi due leur complémentarité et leur interconnexion. En prenant conscience de l'importance des compétences de résolution de problèmes, de pensée critique et créative et de culture de l'information, les participants sont désormais mieux préparés à acquérir ces compétences et à les intégrer dans leurs pratiques professionnelles en tant qu'enseignants, ouvrant ainsi la voie à un développement personnel et professionnel efficient et durable.

4.4Exploration des compétences sociales

4.4.1 Objectif

A la fin de cette séquence, les participants seront capables de/d':

- Présenter les compétences sociales;
- Argumenter sur l'importance des compétences sociales;
- Expliquer les interactions entre les compétences sociales et les compétences personnelles et cognitives.

4.4.2 Activités proposées

4.4.2.1 Activité N° 1: Introduction aux compétences sociales

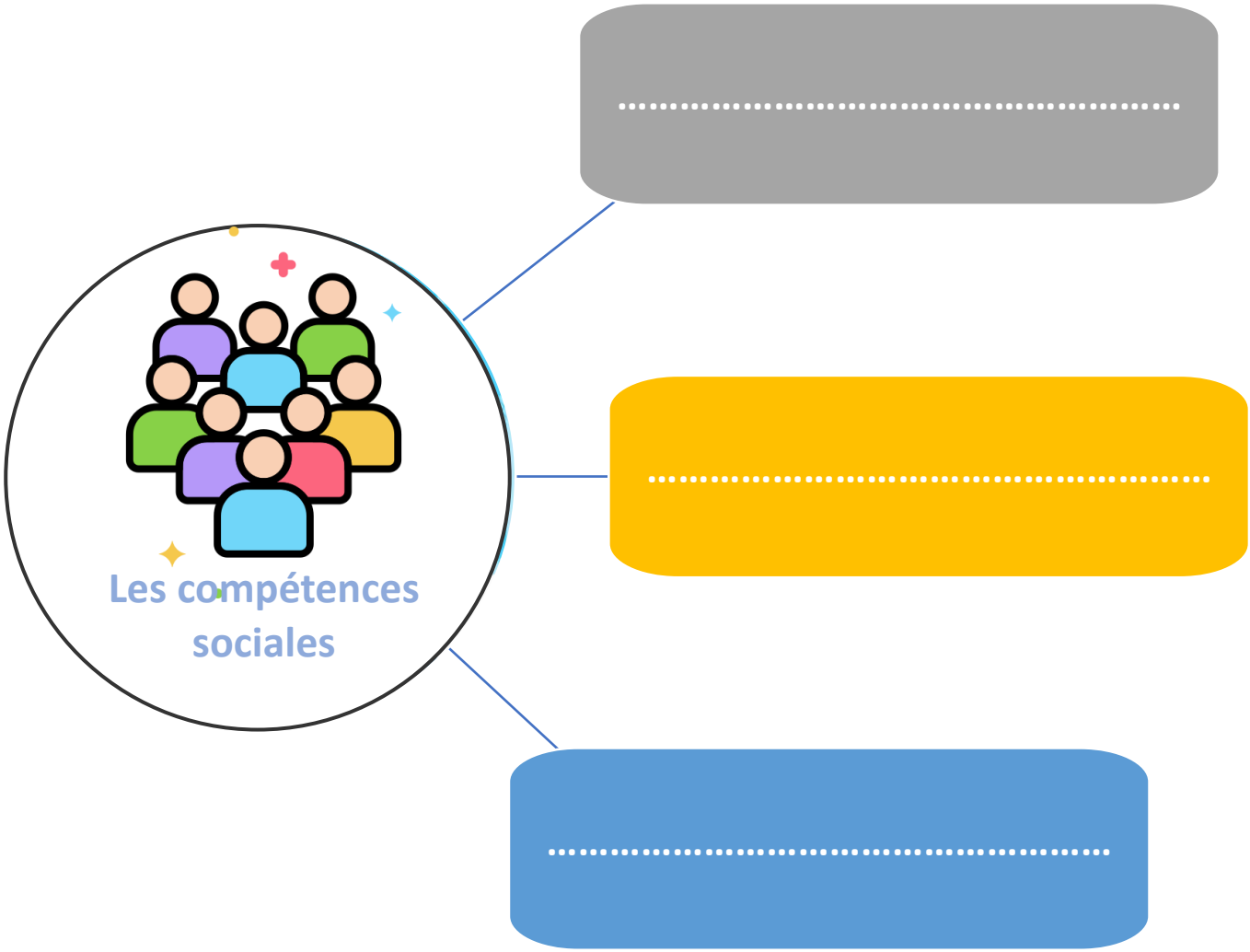
- **Consigne**: Lisez le texte suivant puis dressez une carte mentale simplifiée des compétences sociales.

Les compétences sociales sont des compétences nécessaires à chaque individu pour s'intégrer dans la communauté et y jouer un rôle positif. Elles comportent la capacité de communiquer efficacement, de travailler en équipe et d'agir de façon à même d'établir et de maintenir des relations pacifiques et respectueuses au sein d'un environnement durable favorisant le bien-être de chacun :

- Communiquer efficacement: Cette compétence implique l'écoute active, la clarté dans l'expression, la prise en compte du langage corporel, la convivialité et le respect envers les autres. Une communication efficace est essentielle pour établir des relations positives et résoudre les conflits de manière constructive.
- Travailler en équipe: Le travail en équipe nécessite la capacité de collaborer avec des partenaires divers, de respecter les règles et de travailler pour servir l'intérêt de l'équipe. Le leadership est également important pour arriver à motiver et à inspirer les membres du groupe ou de la communauté.
- Consolider la paix: Cette compétence implique la capacité de vivre en harmonie avec les autres et respecter les différences culturelles, religieuses et individuelles. Elle mobilise également des compétences en négociation, médiation et résolution de conflits, essentielles pour maintenir la paix et la stabilité dans un groupe, une communauté ou une société. L'empathie est un allier majeur pour réussir à maintenir et à consolider la paix.

Les compétences sociales sont cruciales pour établir des relations positives avec son entourage, travailler efficacement en équipe et maintenir la paix et l'harmonie dans la société. Elles comprennent la communication efficace, le travail d'équipe et la capacité à résoudre les conflits de manière constructive. Ces compétences sont essentielles pour réussir dans la vie personnelle et professionnelle.

Selim Kacem: Les meilleures pratiques en gestion des études internationales à grande échelle Centre régional de l'UNESCO pour la qualité et l'excellence de l'éducation. KSA



NB) Pour vérifier vos réponses, consultez la section « Corrigés » de ce document

4.4.2.2 Activité N°2: Communiquer efficacement

- **Consigne**: Lisez le texte suivant puis répondez aux questions.

Dans notre monde en évolution rapide et constamment connecté, de bonnes compétences en communication sont plus importantes que jamais. De bonnes compétences en communication peuvent vous aider dans tous les aspects de votre vie, des relations personnelles à la réussite professionnelle. Elles vous aident à établir et à entretenir des relations solides avec les personnes qui vous entourent, communiquer efficacement avec les membres de votre équipe, mieux résoudre des problèmes, avoir plus confiance en vous et vous donner un avantage significatif sur le marché du travail. De mauvaises compétences en communication peuvent en revanche entraîner des malentendus et même des conflits.

L'un des obstacles les plus courants à la communication est la langue. Si vous ne maîtrisez pas la langue, il peut être très difficile de comprendre et de vous faire comprendre. Un autre obstacle courant à la communication sont les différences culturelle. L'interprétation des messages échangés peut-être erronée ce qui engendre des malentendus et même des tensions, voire des conflits. Il existe également de nombreux obstacles physiques à la communication. Si vous êtes dans un environnement bruyant ou inconfortable, la communication peut en effet être affectée. En en étant conscient de ces obstacles à la communication, vous allez certainement fournir un effort pour les éliminer, les surmonter ou minimiser leur impact.

La bonne nouvelle est que les compétences en communication s'acquèrent. Pour ce fait, soyez clair et concis, évitez les distractions en accordant à votre interlocuteur toute votre attention, utilisez le langage corporel en vous assurant d'établir un contact visuel, de sourire et d'utiliser d'autres signaux non verbaux qui montrent que vous êtes intéressé par ce qu'il dit. Soyez également ouvert d'esprit, soyez assertif mais pas agressif, évitez de faire des hypothèses à propos de ce que l'autre personne pense ou ressent et laissez-la plutôt s'exprimer. Dites-vous toujours que l'écoute active est votre meilleur allié : concentrez-vous sur ce que l'autre dit verbalement et non verbalement, écoutez sans interrompre, posez des questions, reformulez ce que vous avez entendu, soyez patient, réagissez de manière encourageante et positive. Suivez ces conseils, et vous serez un bon auditeur et un communicateur plus efficace.

https://fastercapital.com/fr/contenu/Le-pouvoir-de-bonnes-competences-en-communication.html#Les-avantages-de-bonnes-comp-tences-en-communication

- **<u>Questions</u>** :

1) **En quoi, selon le texte, les compétences en communication sont-elles importantes dans notre monde moderne ?**

……..

……..

……..

……..

2) **Quels conseils concrets donne le texte pour surmonter les obstacles à la communication et améliorer ses compétences dans ce domaine ?**

……..

……..

……..

……..

3) **En quoi, selon le texte, la maîtrise de la langue peut-elle jouer un rôle crucial dans la communication ?**

……..

……..

……..

……..

4) **Quelles sont, selon le texte, les bases d'une écoute active ?**

……..

……..

……..

……..

5) **Quels sont les éléments du langage corporel mentionnés dans le texte qui peuvent aider à améliorer la communication ?**

……..

……..

……..

……..

6) **En quoi, selon le texte, être ouvert d'esprit peut-il favoriser une communication efficace ?**

……..

……..

……..

……..

7) **Expliquez comment les différences culturelles peuvent-elles influencer la manière dont les messages sont interprétés ?**

……..

……..

……..

……..

8) **Pouvez-vous partager une expérience personnelle où vous avez utilisé efficacement vos compétences en communication dans une situation professionnelle ou personnelle ?**

……..

……..

……..

……..

9) **Avez-vous déjà été confronté à une situation où des lacunes dans les compétences en communication ont entraîné des malentendus ou des problèmes ?**

……..

……..

……..

……..

10) **En quoi, selon vous, de bonnes compétences en communication peuvent-elles favoriser la réussite scolaire des élèves ?**

……..

……..

……..

……..

4.4.2.3 Activité N° 3: Travailler en équipe

- **Consigne**: Lisez le texte suivant puis répondez aux questions.

Le terme «esprit d'équipe» renvoie à la facilité d'une personne à travailler en harmonie avec les autres. Il aide au bon déroulement des conversations, des projets, des réunions, des collaborations. En somme, tout ce qui implique des interactions avec autrui. Une bonne relation de travail permet en effet d'augmenter votre productivité, tout en créant un environnement agréable pour tous. Un établissement qui privilégie l'esprit d'équipe est généralement un lieu de travail sain et performant.

Peu importe votre âge ou et le contexte dans lequel vous vous trouvez, vous serez forcément amené à travailler avec d'autres personnes un jour ou l'autre, alors autant le faire avec empathie, efficacité et responsabilité. Travailler en harmonie avec les autres est gratifiant. C'est aussi le meilleur moyen d'établir des relations saines avec les autres, de nouer des liens, de rencontrer de nouveaux visages et de saisir de nouvelles opportunités.

Derrière l'esprit d'équipe se cachent d'autres compétences de vie que vous développerez au fil de votre parcours : Communiquer de manière claire et efficace, écouter activement, faire preuve de responsabilité, d'honnêteté, d'empathie et de conscience de soi, résoudre des problèmes, etc. Travailler en équipe et en effet un carrefour de compétences personnelles, cognitives et sociales qu'on mobilise selon les situations et les contextes. Pour être un bon coéquipier, il faut donc développer toutes ces compétences et apprendre à en faire bon usage. N'hésitez pas à demander des avis constructifs de vos collègues, mentors ou supérieurs car seul, il n'est pas toujours évident de mettre le doigt sur vos points faibles et les meilleures pistes pour s'améliorer. Fixez-vous des objectifs, entraînez-vous et apprenez des autres. Si vous vous trouvez en présence d'une personne brillant par son esprit d'équipe, identifiez ses points forts et essayez de reproduire son comportement dans vos interactions avec les autres.

Cultiver votre esprit d'équipe peut vous faire progresser aussi bien sur le plan humain et social que professionnel et vous ouvrir des portes. Prenez le temps d'évaluer vos compétences et vos points faibles. Avec du temps et de la pratique, vous apprendrez à travailler en harmonie avec les autres.

https://ch-fr.indeed.com/conseils-carriere/evolution-professionnelle/competences-pour-le-travail-en-equipe

- **<u>Questions</u>** :

1) **Comment le texte définit-il la compétence de travailler en équipe et pourquoi est-elle cruciale dans le monde d'aujourd'hui ?**

……..

……..

……..

……..

2) **Comment le travail en équipe peut-il contribuer au développement d'autres compétences personnelles, cognitives et sociales ?**

……..

……..

……..

……..

3) **Comment, d'après le texte, peut-on cultiver l'esprit d'équipe ?**

……..

……..

……..

……..

4) **Pourquoi, d'après le texte, est-il important de demander des avis constructifs à ses collègues ou supérieurs pour améliorer son esprit d'équipe ?**

……..

……..

……..

……..

5) **En quoi, d'après le texte, l'identification des comportements d'un coéquipier exemplaire peut-elle contribuer à renforcer votre propre esprit d'équipe ?**

……..

……..

……..

……..

6) **Selon vous, en quoi la compétence de travailler en d'équipe peut-elle influencer la réussite scolaire des élèves ?**

……..

……..

……..

……..

7) **Pouvez-vous décrire une expérience professionnelle ou personnelle vécue, démontrant l'importance de la compétence de travailler en équipe ?**

……..

……..

……..

……..

8) **En quoi la compétence de travailler en équipe est-elle importante au sein des communautés de pratique des enseignants ?**

……..

……..

……..

……..

9) **Quels sont les principaux défis que vous avez rencontrés en travaillant en équipe, et comment avez-vous pu les surmonter ?**

……..

……..

……..

……..

10) **Comment pouvez-vous évaluer votre compétences de travailler en équipe, et quelles stratégies pouvez-vous utiliser pour l'améliorer ?**

……..

……..

……..

……..

4.4.2.4 Activité N° 4: Consolider la paix

- **Consigne**: Lisez le texte suivant puis répondez aux questions.

L'éducation à la culture de la paix a pour finalité la paix comme norme au sens le plus large. Elle s'applique aux interactions familiales, scolaires et sociales, interculturelles, interreligieuses et ethniques et les oriente positivement. Elle est fondée sur une philosophie de la vie positive, joyeuse et dans l'unité, en permettant la conscientisation du bien que procure la paix : par la joie ressentie lorsqu'une dynamique de paix aboutit, par la joie qui irradie du sentiment d'unité entre personnes, et plus largement, par la joie qui vient du sentiment d'unité avec l'humanité et le vivant dans son ensemble.

Les enfants et les jeunes sont en quête de sens, mais l'école ne répond pas suffisamment à ce besoin fondamental. En travaillant leurs valeurs humaines, leur identité et leur rôle dans l'humanité, l'éducation à la culture de la paix permet aux enfants de se situer, de se sentir reconnus et d'avoir un vrai but valorisant : celui de vivre en harmonie et de contribuer eux-mêmes à cette harmonie dans leur vie et dans le monde.

L'éducation à la culture de la paix permet l'éducation de l'être, en enseignant les compétences humaines, sociales, interculturelles et citoyennes ainsi que le discernement. Elle enseigne le respect et l'estime mutuels, l'écoute sensible, le dialogue, l'aide, la résolution des conflits, la convergence et l'apaisement. Elle travaille les attitudes et les comportements envers les autres, la perception de son identité et la maîtrise de ses émotions. C'est une éducation à la socialisation ayant pour but la paix et une sensibilisation aux droits humains des autres. Elle enseigne comment prévenir et réfuter la violence en respectant le droit à la vie, à la sécurité, à la dignité et à la fraternité et à tous les autres droits humains.

L'éducation à la culture de la paix forme les enseignants à transmettre ces valeurs en utilisant des pédagogies contemporaines qui renforcent la culture de la paix par l'expérimentation et la pratique active, ce que l'enseignement magistral, fondé sur la mémorisation passive, ne peut accomplir. Ainsi, ce sont la participation active, la coopération, la prise de décision démocratique, la capacité de résolution et l'implication proactive qui sont fondamentales pour renforcer les compétences de paix des élèves.

https://www.grainesdepaix.org/fr/ressources/dictionnaire/education_a_la_culture_de_la_paix-GrainesdePaix

- **<u>Questions</u>** :

1) **Quel est l'objectif principal de l'éducation à la culture de la paix ?**
   a) Promouvoir la guerre et le conflit
   b) Encourager la division et l'exclusion
   c) Favoriser la paix et l'harmonie
   d) Ignorer les interactions interculturelles
2) **Quel sentiment est associé à la dynamique de paix selon le texte ?**
   a) Colère
   b) Joie
   c) Tristesse
   d) Peur
3) **Que permet l'éducation à la culture de la paix aux enfants ?**
   a) Se sentir dévalorisés
   b) Se situer et se sentir reconnus
   c) Ignorer leur identité
   d) Ne pas contribuer à l'harmonie
4) **Quelles compétences sont enseignées par l'éducation à la culture de la paix ?**
   a) La compétition et la dominance
   b) Le mépris et l'hostilité
   c) L'écoute sensible et le dialogue
   d) La discrimination et le conflit
5) **Quel est l'effet de l'éducation à la culture de la paix sur les attitudes envers les autres ?**
   a) Renforcement de l'intolérance
   b) Favoriser le respect et l'estime mutuels
   c) Encourager l'indifférence
   d) Promouvoir l'exclusion
6) **Quel est l'un des aspects importants de la formation des enseignants dans ce domaine ?**
   a) Utilisation exclusive de l'enseignement magistral
   b) Encouragement de la passivité chez les élèves
   c) Utilisation de pédagogies contemporaines et pratiques actives
   d) Promotion de la mémorisation passive

7) **Quelles méthodes pédagogiques renforcent la culture de la paix selon le texte ?**
   a) Participation active et coopération
   b) Isolation et compétition
   c) Autoritarisme et domination
   d) Passivité et ignorance

8) **Quel est le rôle de l'éducation à la culture de la paix par rapport aux droits humains ?**
   a) Ignorer les droits humains
   b) Promouvoir la violence
   c) Sensibiliser et respecter les droits humains des autres
   d) Encourager l'abus des droits humains

9) **Comment l'éducation à la culture de la paix peut-elle aider à prévenir la violence ?**
   a) En ignorant le droit à la vie et à la sécurité
   b) En encourageant la discrimination
   c) En respectant le droit à la vie, à la sécurité, à la dignité et à la fraternité
   d) En favorisant l'hostilité et la colère

10) **Quel est l'objectif final de l'éducation à la culture de la paix selon le texte ?**
   a) Perpétuer les conflits
   b) Ignorer les interactions sociales
   c) Favoriser la paix et une sensibilisation aux droits humains
   d) Encourager la violence et l'hostilité

NB) Pour vérifier vos réponses, consultez la section « Corrigés » de ce document

4.4.3 Synthèse de la séquence

Cette séquence visait à développer chez les participants une compréhension approfondie des compétences sociales, de leur nature et de leurs interactions avec les compétences personnelles et cognitives pour due l'individu puisse atteindre l'équilibre interne, surmonter les obstacles et atteindre le succès dans divers domaines de la vie.

L'accent a été particulièrement mis sur des compétences spécifiques telles que la communication efficace, le travail en équipe et la consolidation de la paix:

- **La communication efficace**: Les activités d'apprentissages ont souligné l'importance de développer sa capacité de communiquer efficacement dans un monde connecté et en évolution rapide. Les obstacles à une communication efficace qui ont été identifiés et expliqués. Il s'agit notamment d'obstacles d'ordre technique (maîtrise de la langue), culturel, psychique et physiques. Des pistes pour améliorer ses compétences communicationnelles ont été ensuite explorées et un intérêt particulier a été accordé à l'écoute active.
- **Le travail en équipe** : des activités d'apprentissages ont permis de définir l'esprit d'équipe et d'expliqué dans un second temps les avantages d'une bonne relation de groupe, ainsi que les compétences personnelles, sociales et cognitives qui sous-tendent le travail en équipe. Des conseils pratiques ont enfin été donnés pour développer cette compétence, mettant en avant l'importance de la rétroaction constructive et de l'apprentissage continu.
- **La consolidation de la paix** : Les activités d'apprentissages de cette dernière partie ont permis aux participants de mettant en lumière l'importance de l'éducation à la culture de la paix pour promouvoir la paix dans la société. Les objectifs de cette éducation sont définis, ainsi que les compétences humaines, sociales et interculturelles qu'elle vise à développer chez les individus. Le rôle des enseignants dans la transmission de ces valeurs a été bien souligné, mettant en avant l'importance des pédagogies contemporaines pour renforcer la culture de la paix chez les élèves.

Soulignons enfin que la classification des compétences sociales proposée dans cette séquence visait à offrir un compromis entre exhaustivité et simplicité, permettant ainsi aux participants de comprendre de manière claire et concise les différents aspects de ces compétences ainsi que de leur complémentarité et leur interconnexion. En prenant conscience de l'importance des compétences de communication efficace, de travail en équipe et de consolidation de la paix, les participants sont désormais mieux préparés à acquérir ces compétences et à les intégrer dans leurs pratiques professionnelles en tant qu'enseignants, continuant ainsi à ouvrir la voie à un développement personnel et professionnel efficient et durable.

5. Évaluation des apprentissages de la section

QCM : Choisissez une seule réponse correcte pour chaque question

1) **Quelle est l'importance de l'autonomie et de l'autogestion ?**
   a) Gérer efficacement les relations interpersonnelles
   b) Prendre le contrôle de sa propre vie
   c) Stimuler l'imagination
   d) Améliorer la mémoire

2) **Pourquoi est-il crucial de développer la persévérance et la résilience ?**
   a) Pour se conformer aux attentes sociales
   b) Pour rebondir face aux difficultés
   c) Pour augmenter le temps libre
   d) Pour éviter les défis

3) **Qu'est-ce que la conscience de soi ?**
   a) La compréhension de la perception des autres
   b) La clarté sur ses propres valeurs, aspirations, etc.
   c) L'acceptation passive de soi-même
   d) La connaissance des événements passés

4) **Quel est l'impact de la conscience de soi sur les relations interpersonnelles ?**
   a) Elle les détériore
   b) Elle les améliore
   c) Elle n'a aucun effet
   d) Elle les rend compliquées

5) **Que nécessite le travail en équipe ?**
   a) La compétition entre les membres
   b) La collaboration et le respect des règles
   c) L'isolement
   d) L'individualisme

6) **Quel est le rôle de l'empathie dans le travail en équipe ?**
   a) Elle n'a pas d'importance
   b) Elle encourage la compétition
   c) Elle favorise la compréhension mutuelle
   d) Elle crée des conflits

7) **Pourquoi est-il important de développer la culture de l'information ?**
   a) Pour ignorer les informations contradictoires
   b) Pour mieux organiser son temps
   c) Pour évaluer, organiser et utiliser l'information de manière responsable
   d) Pour éviter les médias sociaux

8) Quelle est la compétence essentielle pour établir des relations positives et résoudre des conflits de manière constructive ?

a) La créativité
b) La communication efficace
c) La compétition
d) L'indifférence

9) Qu'est-ce que l'esprit d'équipe ?

a) La compétition entre les membres
b) La collaboration et le respect des règles
c) L'isolement
d) L'individualisme

10) Quel est le rôle de l'éducation à la culture de la paix ?

a) Promouvoir les conflits
b) Favoriser la violence
c) Promouvoir la paix dans la société
d) Ignorer les droits humains

NB) Pour vérifier vos réponses, consultez la section « Corrigés » de ce document

➢ **Complétez le schéma suivant :**

Compétences .....
- .....
- .....
- Faire preuve de conscience de soi

Compétences .....
- Résoudre des problèmes
- .....
- .....

Compétences .....
- .....
- Travailler en équipe
- .....

NB) Pour vérifier vos réponses, consultez la section « Corrigés » de ce document

- **Quelles sont les principales caractéristiques d'un jeune faisant preuve de maîtrise des compétences personnelles ?**

……..

……..

……..

……..

……..

- **D'après votre expérience, quelles sont les principales compétences de vie que doit maîtriser un jeune voulant faire preuve de leadership?**

……..

……..

……..

……..

……..

- **D'après votre expérience, expliquez le rôle de l'empathie et de la gestion de conflits dans la consolidation de la paix.**

……..

……..

……..

……..

……..

- **D'après votre expérience, expliquez la relation entre valeurs et compétences de vie.**

……..

……..

……..

……..

……..