

FIGHE D'ACTIVITÉS

ATELIER DÉCOUVRIR SES COMPÉTENCES TRANSVERSALES

ACTIVITÉ #2

RACONTE TOI

A- LE RÉFÉRENTIEL DE COMPÉTENCES- DÉFINITIONS DÉTAILLÉES

Famille de compétences	Compétences fines
COMMUNICATION 	Communication écrite
	Communication orale
	Communication visuelle
	Communication non verbale
	Communication numérique
TRAVAIL EN ÉQUIPE 	Intégration au groupe
	Coordination de groupe
	Rigueur et fiabilité
	Empathie
	Partage et réception de feedback
GESTION DE CONFLITS 	Écoute active
	Médiation
	Objectivité
NÉGOCIATION 	Influence et persuasion
	Persévérance
	Diplomatie
LEADERSHIP POSITIF 	Confiance en soi
	Responsabilité
	Autonomie
	Motivation et implication
	Mobilisation de réseau
AUTO-ÉVALUATION 	Introspection et réflexivité
	Ethique
	Contrôle de soi
	Fixation d'objectifs

Famille de compétence	Compétences fines
ADAPTABILITÉ 	Gestion de l'incertitude
	Gestion du stress
	Réactivité
APPRENDRE À APPRENDRE 	Apprentissage individuel
	Apprentissage collectif
	Ouverture socioculturelle
	Pédagogie
COMPÉTENCE ANALYTIQUE 	Collecte et traitement de données
	Problématisation
	Analyse de l'information
	Synthèse de l'information
	Esprit critique
CRÉATIVITÉ 	Curiosité
	Imagination
	Esprit d'initiative
RÉSOLUTION DE PROBLÈME 	Organisation
	Stratégie
	Prise de décisions
	Gestion du temps
	Prise de conscience et de recul

Les définitions détaillées des compétences se trouvent page 7

RACONTE-TOI

Choisis une expérience personnelle vécue en groupe ou seul(e).

Tu peux t'inspirer de cette liste :

Activités sportives : Football—Basketball—Natation—Danse—Handball—Volley-ball, etc.

Activités culturelles : Théâtre—Musique—Dessin—Concours jeux de société—Scouts, etc.

Passions/Loisirs : Jouer aux jeux vidéo—Faire la cuisine—Voyager—Groupe de musique, etc.

Activités familiales ou associatives : Garder ses frères/sœurs—Aide aux devoirs—Bénévolat de quartier, etc.

Activités dans son groupe d'amis : Organiser des sorties—Organiser une fête—Organiser des randonnées, etc.

Activités scolaires : Réaliser un travail de groupe—délégués de classes, etc.

Phrase résumée de l'expérience choisie :

.....
.....
.....

Choisis 4 compétences en lien avec ton expérience

Compétence 1	Compétence 2
Compétence 3	Compétence 4

Espace d'évaluation des camarades

Note ici les commentaires de tes collègues sur tes compétences :

1-.....
2-.....
3-.....
4-.....
5-.....
6-.....

ACTIVITÉ #4

PRISE EN MAIN JOBREADY

Mes identifiants Jobready personnels

CODE :

Mail :

Mot de passe :

Atelier – Découvrir ses compétences transversales Lycée

PRISE EN MAIN JOBREADY

Après avoir renseigné une expérience et mon auto-évaluation, mes principales compétences sont :

- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....
- 5.....
- 6.....

// MERCI D'AVOIR PARTICIPÉ À CET ATELIER



Scanne moi

DÉFINITIONS DÉTAILLÉES RÉFÉRENTIEL

COMMUNICATION

Communication écrite : Exprimer clairement et en faisant attention à la forme des faits ou des pensées à l'écrit en veillant à s'adapter à ses interlocuteurs afin d'être compris.

Communication orale : Utiliser la parole pour exprimer et échanger clairement des informations et des idées avec une autre personne ou un groupe. Cela comprend aussi l'attention à la parole des autres et le fait d'être capable de vérifier si l'on a bien été compris par son ou ses interlocuteurs.

Communication non verbale : Lors d'échanges avec une autre personne ou un groupe, avoir conscience de ses propres attitudes (gestes, postures, expressions, etc.) et être capable d'observer et d'interpréter les attitudes de ses interlocuteurs.

Communication visuelle : Utiliser et/ou créer des supports ou des éléments graphiques afin d'illustrer des informations à communiquer.

Communication numérique (en lien avec la compétence précédente) : Savoir choisir et utiliser des outils numériques de manière adaptée à la situation et au public auquel l'information s'adresse.

TRAVAIL EN ÉQUIPE

Intégration au groupe : Savoir intégrer un groupe déjà constitué, en devenir un membre actif, apprécié, positif.

Coordination de groupe : Savoir organiser et contrôler les activités et les rôles des différents membres du groupe, en tenant compte de leurs compétences et de leurs contraintes afin d'atteindre les objectifs collectifs.

Mobilisation de réseau : Savoir créer et maintenir des relations durables avec les membres de son ou ses réseaux, et faire appel à eux pour un conseil, un soutien, une participation à un projet, etc.

Rigueur et fiabilité : Veiller à la qualité de son action, respecter les règles, les méthodes, et ses propres engagements (délais, résultats...).

Empathie : Savoir se mettre à la place de l'autre, comprendre et prendre en compte son point de vue.

Partage et réception de « feedback » : Savoir rendre compte et partager régulièrement des informations sur son activité au sein du groupe. Savoir accepter et prendre en compte les remarques des autres membres du groupe.

GESTION DE CONFLIT

Écoute active : Avoir une écoute attentive, bienveillante et sans a priori de ce que dit son interlocuteur. Savoir vérifier que l'on a bien compris ce que veut dire son interlocuteur.

Médiation : Contribuer à la recherche d'une solution / d'un compromis entre plusieurs personnes afin de les aider à résoudre un conflit de la manière la plus satisfaisante possible.

Objectivité : Rechercher et utiliser des informations vérifiées (connaissances, situations collectives, etc.) en veillant au recul nécessaire sur ses propres a priori.

NÉGOCIATION

Influence et persuasion : Exprimer clairement ses idées et ses arguments et chercher à convaincre.

Persévérance : Poursuivre ses actions permettant l'atteinte de ses objectifs malgré les difficultés rencontrées ou les échecs.

Diplomatie : Capacité à rechercher et à trouver des compromis et/ou un consensus avec ses interlocuteurs.

LEADERSHIP POSITIF

Confiance en soi : Connaître ses qualités et aptitudes réelles et ne pas s'autocensurer

Responsabilité : Être impliqué et se sentir personnellement engagé par la bonne réalisation des activités confiées, des objectifs et des résultats attendus.

Autonomie : Savoir mener ses actions et atteindre ses objectifs en limitant ses besoins de supervision et de soutien, tout en rendant compte régulièrement de l'avancée des actions et des résultats obtenus.

Motivation et implication : Se motiver et motiver les autres dans des actions, pour atteindre des objectifs dans le cadre d'un projet personnel ou collectif.

Mobilisation de réseau : Savoir créer et maintenir des relations durables avec les membres de son ou ses réseaux, et faire appel à eux pour un conseil, un soutien, une participation à un projet, etc.

AUTO-ÉVALUATION

Contrôle de soi : Savoir gérer ses émotions et ses pulsions dans différentes situations.

Fixation d'objectifs : Savoir créer ses propres objectifs, choisir des points d'étape, en vérifier le respect.

Introspection et réflexivité : Porter un regard sur soi (ses actions, son parcours), analyser et comprendre, son activité, ses propres sentiments et émotions dans le but d'en tirer des enseignements.

Éthique : Évaluer son action en intégrant ses convictions et ses valeurs et celles défendues par sa structure (l'école...).

ADAPTABILITÉ

Gestion de l'incertitude : Accepter et aborder les situations d'incertitude, mener ses propres réflexions puis actions à partir de plusieurs scénarios, en incluant les risques que cela comporte.

Gestion du stress : Savoir identifier les situations générant une tension personnelle, en comprendre les causes et agir (quand c'est possible) pour protéger ses capacités d'action et celles des autres.

Réactivité : Réagir positivement et rapidement à un événement imprévu, une sollicitation, un problème..

APPRENDRE À APPRENDRE

Apprentissage individuel : Organiser et maîtriser par soi-même un apprentissage autonome/seul.

Apprentissage collectif : Savoir apprendre à partir du partage des connaissances et de la pratique dans des projets ou des activités de groupe (école, entourage, loisirs, etc.)

Ouverture socioculturelle : S'ouvrir et s'intéresser aux autres, à la diversité, aux codes de groupes sociaux, de cultures ou de sociétés différentes de la sienne, les comprendre et les accepter.

Pédagogie : Adapter ses actions et méthodes d'apprentissage aux différents niveaux et moyens de ses interlocuteurs.

COMPÉTENCES ANALYTIQUES

Collecte et traitement de données : Rechercher l'information pertinente pour son utilisation dans des actions ou des projets.

Analyse de l'information : Comprendre les différents éléments d'information, évaluer leur niveau d'importance et de pertinence.

Synthèse de l'information : Regrouper les éléments d'information les plus importants, les « simplifier » si nécessaire, pour les rendre compréhensibles et accessibles au public concerné, pour une meilleure efficacité.

Esprit critique : Savoir observer et s'interroger objectivement sur des faits, des situations...

Problématisation : Savoir formuler un questionnement pour donner un cadre ou approfondir un sujet, un thème, afin de mieux le comprendre.

CRÉATIVITÉ

Curiosité : Savoir s'intéresser et comprendre des connaissances, cultures, idées, méthodes, initiatives ou techniques nouvelles.

Innovation : Imaginer ou inventer des objets, outils, méthodes, concepts, théories...

Esprit d'initiative : Oser et proposer, saisir des opportunités, prendre des risques dans ses propositions et ses actions.

RÉSOLUTION DE PROBLÈMES

Organisation : Savoir adapter, modifier ou construire une méthode ou un processus afin d'atteindre son objectif.

Prise de décisions : Savoir choisir / prendre une décision, et assumer cette décision/action.

Gestion du temps : Organiser ou réorganiser son activité en fonction des contraintes et événements pour une meilleure efficacité.

Stratégie : Organiser/projeter son action en tenant compte des enjeux, des contraintes et des effets de cette action.

Prise de conscience et recul : Prendre le temps de sortir d'une situation, d'un problème et de ses émotions pour l'analyser et le comprendre.