

# QUI SUIS-JE ?

Cap sur l'estime de soi !

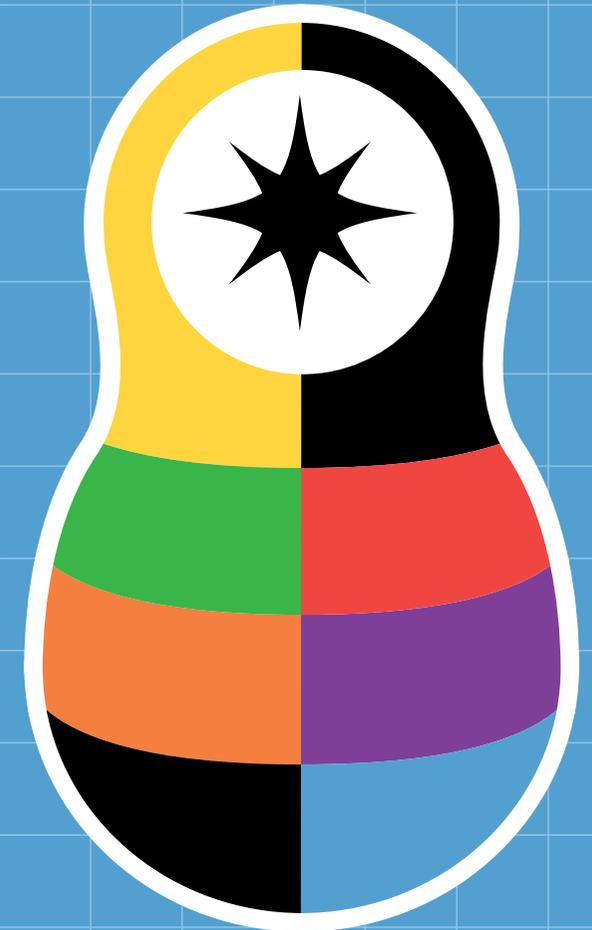
**Qui suis-je ? Cap sur l'estime de soi** est un kit de sensibilisation et de prévention composé d'activités pédagogiques, à destination des 12-15 ans.

Vous souhaitez mettre en place une action avec **Qui suis-je ? Cap sur l'estime de soi !** au sein de votre structure ?

## CONTACTEZ-NOUS !

**Grégory CHOMBART**  
gregory.chombart@alsace.eu

**Pascaline TRIPARD**  
pascaline.tripard@alsace.eu





# QUI SUIS-JE ?

Cap sur l'estime de soi !

## DÉMARCHE

Le Service Jeunesse de la Collectivité européenne d'Alsace conçoit et déploie des outils de prévention à destination des adolescents, depuis 2019. Fort du succès rencontré par **La Bête Noire**, outil pédagogique sur la thématique du harcèlement scolaire, le Service Jeunesse poursuit sa démarche en 2021 et conçoit **Qui suis-je ? Cap sur l'estime de soi !**, un outil pédagogique sur la thématique de l'estime de soi.

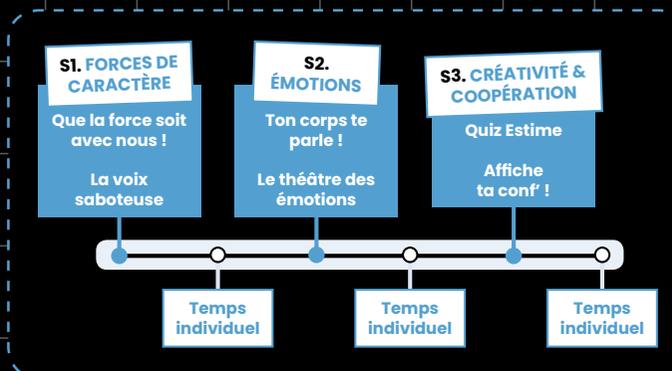
## PRINCIPE

**Qui suis-je ? Cap sur l'estime de soi !** est un kit d'activités pédagogiques à destination des 12-15 ans. Afin de les sensibiliser à l'importance du développement d'une bonne estime de soi, l'outil met l'accent sur l'importance de la connaissance de soi dès l'adolescence, à travers l'abord de compétences psychosociales (CPS) telles que les **forces de caractère**, les **émotions**, la **coopération** et la **créativité**.

D'autres CPS sont abordées de façon transversale aux différentes activités proposées : la **confiance en soi**, l'**empathie**, l'**écoute** et la **motivation**.

## SÉQUENÇAGE DE L'OUTIL

L'outil se déroule en **3 séances collectives. Un livret d'activités** à faire individuellement ou avec un proche, permet de prolonger les contenus des séances en groupe.



## OBJECTIFS

### POUR LE JEUNE

Lui faire vivre un sentiment de confiance et de sécurité

L'aider à se connaître

L'aider à participer et à coopérer

Le guider dans la découverte de stratégies qui mènent à la réussite

### POUR LA COMMUNAUTÉ ÉDUCATIVE

#### Au niveau individuel

Favoriser l'apprentissage et la réussite scolaire

Favoriser la prise d'autonomie

#### Au niveau collectif

Améliorer le climat de classe

## MISE EN ACTION

Pour la mise en action de ce nouvel outil sur l'estime de soi, le Service Jeunesse a créé une nouvelle mission de Volontariat en Service Civique intitulée : **Favoriser l'estime de soi des jeunes**.

Si vous souhaitez mettre en place **Qui suis-je ? Cap sur l'estime de soi !** au sein de votre collège, structures socio-culturelles et médico-sociales, **les Volontaires peuvent développer et organiser des actions de sensibilisation**.



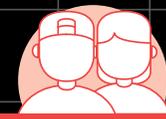
Formats d'animation



Durée de l'animation



Âge conseillé



15 personnes max.



2 animateurs conseillés



Guides d'accompagnement