



Wellhooody
Wellbeing in Diverse Youth Communities

RESSOURCES ÉDUCATIVES LIBRES

MODULE 5

CONCEVOIR L'AVENIR ENSEMBLE

dans diverses communautés

www.wellhooody.eu



Cofinancé par
l'Union européenne



Financé par l'Union européenne. Les points de vue et opinions exprimés n'engagent que leurs auteurs et ne reflètent pas nécessairement ceux de l'Union européenne ou de l'Agence exécutive européenne pour l'éducation et la culture (EACEA). Ni l'Union européenne ni l'EACEA ne peuvent en être tenus responsables. 2021-2-SE02-KA220-YOU-000049948



SOMMAIRE



BIENVENUE	3
5.1 MENTORAT	5
5.2 DÉVELOPPEMENT POSITIF DE LA JEUNESSE	12
5.3 L'ENTREPRENARIAT SOCIAL	23
5.4 DÉVELOPPEMENT PERSONNEL ET PROFESSIONNEL	29

Bienvenue à WELLHOODY !

WELLHOODY vise à renforcer la communauté par le biais de l'apprentissage des jeunes. Il s'agit d'accepter nos différences et de faire en sorte que chacun se sente inclus et bien.

CE COURS

L'objectif de WELLHOODY ?

Permettre le BIEN-ÊTRE des jeunes, enraciné dans la diversité.

Lorsque les jeunes apprennent ce qu'est la force de la diversité, cela incite tous les membres de la communauté à travailler ensemble pour le bien-être de chacun et à se montrer plus tolérants et plus inclusifs.

Vous êtes prêt à vous lancer ?



Objectifs d'apprentissage

Dans ce module, les apprenants vont:

1. Comprendre les principes fondamentaux du développement positif de la jeunesse et pourquoi il est essentiel pour libérer le potentiel des jeunes.
2. Suivre un processus étape par étape pour planifier et mettre en œuvre des programmes efficaces pour la jeunesse, alignés sur des objectifs plus larges.
3. Explorer les stratégies de développement personnel et professionnel dans le domaine de l'animation socio-éducative, en mettant l'accent sur l'apprentissage continu.
4. Participer activement à des initiatives communautaires visant à responsabiliser les jeunes, en répondant à leurs besoins et défis spécifiques.



Wellhooody
Wellbeing in Diverse Youth Communities

RESSOURCES ÉDUCATIVES LIBRES

5.1 Mentorat

www.wellhooody.eu



Cofinancé par
l'Union européenne

Mentorat

- Avoir un mentor, c'est comme avoir une arme secrète pour **développer ses compétences**. Imaginez que quelqu'un d'expérimenté soit prêt à partager ses astuces avec vous ! Un mentor est plus qu'un simple guide ; c'est votre laissez-passer pour les coulisses du succès.
- Considérez-les comme des **stimulateurs de connaissances personnels**. Ils sont là pour vous aider à améliorer vos compétences, vous donner des conseils lorsque vous n'êtes pas sûr de vous et vous soutenir dans la réalisation de vos objectifs. C'est comme si vous aviez votre propre équipe de super-héros pour votre développement personnel et professionnel. Les mentors sont comme des **super-héros des compétences** : ils vous aident à apprendre de nouvelles choses, stimulent votre motivation et mettent en évidence des points forts dont vous ne vous rendez peut-être pas compte. Et le meilleur ? Ils vous soutiennent en toutes circonstances.
- Mais ce n'est pas tout ! Avoir un mentor n'est pas seulement une question de compétences ; c'est aussi **avoir un modèle** dans la vie réelle. Quelqu'un qui vous inspire et vous soutient, qui vous guide sur le chemin de la réussite comme un GPS personnel.

Améliorer le bien-être des jeunes par le biais de modèles

Les **modèles positifs** agissent comme des guides dans la vie réelle. Ils ne se contentent pas de vous montrer le chemin, ils vous remettent également une précieuse carte au trésor qui vous mènera à la réussite. Comment y parviennent-ils ? Ils possèdent des traits de caractère remarquables :

1. **Un dévouement à la communauté** - Votre modèle s'apparente à un défenseur de la communauté, toujours prêt à améliorer les conditions de vie de chacun. Il s'engage à faire de la communauté un endroit meilleur.
2. **Accepter les autres** - Les meilleurs modèles sont ceux qui acceptent les gens tels qu'ils sont. Pas de jugement, juste des ondes positives et de la compréhension.



Améliorer le bien-être des jeunes par le biais de modèles

3. **Inspirer les autres** - Avez-vous déjà rencontré quelqu'un qui vous motive à donner le meilleur de vous-même ? C'est votre modèle qui vous encourage à atteindre les étoiles.
4. **Des valeurs claires** - Les modèles ont un ensemble de valeurs claires qui les guident. C'est comme avoir une boussole morale qui indique toujours ce qu'il faut faire.
5. **Relever les défis** - La vie présente des obstacles pour tout le monde, mais votre modèle arrive à les surmonter. Ils démontrent qu'aucune situation n'est désespérée.

Être mentoré.e

Profitez des précieux conseils d'un mentor - un compagnon inébranlable dans votre quête de croissance. Voici pourquoi s'engager avec un mentor revient à débloquer un puissant catalyseur pour le **développement personnel, académique et professionnel** :



Soutenir la croissance - Les mentors sont des piliers de soutien inébranlables, qui favorisent votre développement dans divers aspects de la vie. Leur rôle va au-delà de l'orientation ; ils offrent un soutien essentiel pour vous aider à naviguer dans les complexités de votre parcours de développement.



Fixer des objectifs - Imaginez un mentor travaillant activement avec vous pour définir et atteindre des objectifs significatifs, allant au-delà de ce qui est habituel pour améliorer votre parcours. Votre mentor, partenaire stratégique, joue un rôle clé dans la réalisation de ces ambitions.



Source de connaissances - Les mentors détiennent une mine de connaissances pratiques qui leur permettent d'apporter un éclairage précieux dans diverses situations. Lorsqu'il s'agit de prendre des décisions difficiles ou de relever des défis, votre mentor agit comme un guide avisé, offrant des conseils pratiques fondés sur une expérience réelle.



Ouvert à l'écoute - Votre mentor vous écoute activement, créant ainsi une atmosphère propice à l'expression de vos pensées et de vos idées. Il vous offre également un feedback (retour) constructif pour favoriser votre développement personnel et professionnel.

Étude de cas

Mentor Suède



- Mentor Sweden s'engage à **favoriser un développement sain chez les jeunes**. Elle propose des programmes de mentorat pour les 13-17 ans ; les mentors y jouent le rôle de modèles et apportent le soutien nécessaire.
- L'organisation se concentre sur les **mesures préventives** contre les problèmes de santé et l'exclusion sociale.
- Avec une équipe de 25 personnes à Stockholm, Göteborg et Malmö, Mentor Suède collabore avec des entités et des entreprises locales pour un impact plus large.
- Les membres de l'équipe, qui possèdent des compétences variées dans les domaines du travail social, de l'éducation et autres, partagent un objectif commun : **défendre les droits des jeunes et leur participation à la vie de la société**.

” We don't talk a lot about being a role model, but my mentor shows what a role model is just by being themselves.

Individual Mentoring Youth

Trouvez votre mentor

Ces initiatives offrent diverses formes de soutien et d'opportunités de développement aux jeunes dans toute l'Europe, en mettant l'accent sur le mentorat, le développement professionnel et l'autonomisation.

Lien	Nom de l'initiative	Brève description
Sommet européen du mentorat 2022	Sommet européen du mentorat 2022	Un sommet contribuant à l'Année européenne de la jeunesse, axé sur le mentorat des jeunes européens. Il offre des possibilités d'acquisition de connaissances, de développement professionnel et d'engagement civique.
Mentorat en Europe	Mentorat en Europe	Une initiative axée sur l'élaboration d'une évaluation et de normes de qualité pour le mentorat, la mise en relation de la recherche et de la pratique, et la promotion de l'impact du mentorat sur le développement social et économique en Europe.
Maison des mentors	Maison des mentors	Un réseau de mentors à travers l'Europe qui soutient les étudiants et leurs idées. Il se concentre sur le soutien personnel et durable, l'organisation de concours et de présentations pour les mentors, les mentorés et les sponsors.
Académie internationale de la jeunesse Mentor	Académie de la jeunesse	Un programme de Mentor International et de la Fondation TUI Care, qui propose un programme de mentorat de groupe en milieu scolaire d'une durée d'un an en Allemagne, en Jordanie et en Suède. Il vise à donner aux jeunes issus de communautés vulnérables les moyens d'acquérir des compétences utiles dans la vie courante.



Wellhooody
Wellbeing in Diverse Youth Communities

RESSOURCES ÉDUCATIVES LIBRES

5.2 Développement positif de la jeunesse

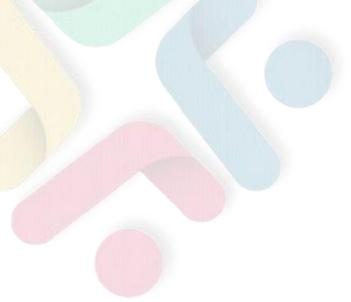
www.wellhooody.eu



Cofinancé par
l'Union européenne

Ensemble, c'est l'avenir

- ✓ Que se passe-t-il lorsque nous travaillons tous ensemble, que nous mélangeons nos points de vue et que nous créons quelque chose de génial lorsque des voix différentes s'unissent ? **Imaginez un monde où les talents de chacun se mélangent, créant un collage fou d'idées, de cultures et de rêves.** C'est l'avenir que nous construisons ensemble. Il ne s'agit pas seulement d'accepter nos différences ; il s'agit de les transformer en un puzzle dynamique où chaque pièce crée quelque chose d'encore plus génial.
- ✓ Pourquoi ensemble ? Parce que c'est de là que viennent les grandes idées. Pensez à votre groupe préféré : chaque membre a son propre son, et lorsqu'ils jouent ensemble, c'est de la pure magie. C'est un peu la même chose dans nos divers groupes - **chacun d'entre nous apporte sa propre saveur au mélange.** Alors, comment faire de ce rêve une réalité ? En apprenant à se connaître, en faisant preuve de respect et en organisant une fête pour la diversité qui nous entoure.



Que peut-on faire ?



TRAVAIL DES JEUNES

- ✓ Reflète la diversité dans des espaces sûrs et inclusifs
- ✓ Favorise l'ouverture d'esprit
- ✓ Sensibilisation

COMMUNAUTÉ

- ✓ Service et activisme
- ✓ Sentiment d'appartenance
- ✓ Unité/cohésion
- ✓ Sécurité pour explorer/réaliser son plein potentiel

Contexte (espace créé pour la participation des jeunes et reconnaissance sociale qui y est attachée, valeurs personnelles/familiales, situation extérieure, injustice sociale)

JEUNESSE

COMMUNAUTÉ

Action (projets, bénévolat, campagnes, mouvements)

- ✓ Bien-être
- ✓ Satisfaction
- ✓ Contacts sociaux et soutien social
- ✓ Sentiment d'appartenance

Source : Harre, 2007



Source : [Freepik](#)



Source : [Freepik](#)

Temps 4 de réflexion

POINTS DE
RÉFLEXION



- ✓ Pouvez-vous citer des interventions communautaires auxquelles vous avez participé ?
- ✓ Pourquoi avez-vous pris l'initiative d'y participer ?
- ✓ Qu'avez-vous le plus apprécié ?
- ✓ Qu'en avez-vous retiré ?
- ✓ Comment pensez-vous que la communauté (ou le groupe cible) en bénéficie ?
- ✓ Y a-t-il eu des échecs ou des frustrations ?
- ✓ Comment vous y êtes-vous pris ?
- ✓ Le referiez-vous ?

Qu'est-ce que le développement positif des jeunes ?

Comment la culture, la diversité et les expériences antérieures peuvent influencer le développement positif des jeunes

Le **développement positif de la jeunesse (PYD)** est une approche qui met en valeur les **forces naturelles** et le **potentiel des jeunes**. Au lieu de se concentrer sur la correction des faiblesses ou l'évitement des résultats négatifs, le développement positif des jeunes considère que tous les jeunes ont la capacité de se développer de manière positive. Les familles, les communautés et les institutions ont la responsabilité partagée d'offrir des opportunités et un soutien, afin d'aider les jeunes à atteindre leur plein potentiel.

Il est essentiel de **reconnaître et de respecter la diversité des origines et des défis** auxquels les jeunes sont confrontés. Le PYD fournit un cadre utile pour cultiver et exploiter le potentiel des jeunes issus de cultures et de milieux différents et confrontés à d'autres défis. Cette approche vise à **améliorer leur bien-être général** et à **encourager un développement positif**.



PYD - 7 principes

Les caractéristiques et les principes du PYD sont les suivants

1. **Approche fondée sur les forces** - Au lieu de considérer les individus comme des problèmes à résoudre, la PYD reconnaît leurs forces inhérentes, leurs talents et leur potentiel de croissance et de développement.
2. **Développement holistique** - PYD reconnaît que les jeunes progressent dans divers aspects de leur vie - physiquement, psychologiquement, intellectuellement et socialement. L'objectif est de favoriser leur développement dans toutes ces dimensions.
3. **Participation active** - PYD prône l'engagement actif des individus dans leur propre développement. Cela implique d'assumer des rôles de leadership, de prendre des décisions et de contribuer à leur communauté.
4. **Relations de soutien** - Soulignant l'importance des liens durables avec les adultes et les pairs, le PYD encourage le mentorat, l'orientation et le soutien.

SOURCE : <https://youth.gov/youth-topics/how-culture-diversity-and-prior-experiences-can-influence-positive-youth-development>

Wellhooody
Wellbeing in Diverse Youth Communities

PYD - 7 principes

- 5. Autonomisation** - Le PYD se concentre sur l'autonomisation des jeunes. Il s'agit de les doter de compétences, de leur offrir des opportunités de développement et de reconnaître leurs réussites. En fin de compte, l'objectif est de renforcer l'efficacité personnelle et la confiance en soi.
- 6. Possibilités de développement des compétences** - Les initiatives PYD offrent souvent aux individus la possibilité de développer un éventail de compétences - sociales, émotionnelles, cognitives ou professionnelles.
- 7. Environnements sûrs et inclusifs** - La mise en place d'environnements physiquement et émotionnellement sûrs est essentielle au développement positif des jeunes dans le cadre du PYD. Ces environnements doivent valoriser les antécédents ou l'identité de chaque individu tout en veillant à ce qu'il se sente respecté et entendu.

SOURCE : <https://youth.gov/youth-topics/how-culture-diversity-and-prior-experiences-can-influence-positive-youth-development>

Exemples

SOURCE : <https://youth.gov/youth-topics/how-culture-diversity-and-prior-experiences-can-influence-positive-youth-development>

Promouvoir le développement positif des jeunes (DPJ), c'est créer un fort **sentiment d'appartenance** et établir des **liens significatifs** avec ses pairs, ses amis et son identité culturelle au sein d'une communauté. En appliquant les principes et les pratiques du développement positif de la jeunesse, nous pouvons renforcer la résilience et réduire les risques, au bénéfice des jeunes et des communautés d'origines diverses, y compris d'ethnies, de races, de cultures, de besoins spécifiques liés au comportement et à l'apprentissage, et à l'orientation sexuelle.

- ✓ Par exemple, les jeunes du **Panama, du Costa Rica et du Guatemala** qui ont vécu des expériences positives en matière de développement personnel, comme l'établissement de relations solides avec leurs pairs, leurs enseignants et leur famille, ont fait preuve d'une **meilleure capacité à prendre des décisions** concernant les drogues et l'abus de substances, par rapport à ceux qui ont eu moins de relations positives.
- ✓ À **Hong Kong**, lorsque des agences et des professionnels du développement de la jeunesse ont dispensé une formation aux aptitudes à la vie quotidienne à des jeunes à haut risque, en mettant l'accent sur les compétences personnelles, le **sentiment d'appartenance** et l'**optimisme**, des **changements de comportement positifs** ont été observés. Ces changements comprennent une meilleure gestion de la colère, la résolution des conflits, une meilleure communication avec les adultes, des capacités de résolution des problèmes et une plus grande appréciation du travail d'équipe. Le fait d'encourager les jeunes à contribuer à leur communauté par le biais d'activités d'apprentissage par le service, ainsi que la responsabilisation des parents et des enseignants dans leur rôle de soutien, ont joué un rôle clé dans ces transformations.
- ✓ Au **Bangladesh**, les enfants atteints d'infirmité motrice cérébrale ont amélioré leurs **capacités d'adaptation** lorsque les personnes qui s'occupent d'eux ont participé à un programme de formation des parents. Le programme a mesuré les progrès réalisés en matière de communication, de socialisation, de motricité et de vie quotidienne.

Améliorer le bien-être des jeunes en promouvant les stages et le développement de carrière

DÉVELOPPEMENT DE CARRIÈRE

Dans le domaine de l'évolution de carrière, il est essentiel de **fournir une orientation professionnelle** précieuse, d'améliorer l'éducation et la formation, d'élargir les possibilités de stage, de favoriser le mentorat et la mise en réseau, de s'engager auprès des employeurs, de promouvoir l'apprentissage tout au long de la vie et d'assurer l'accès aux ressources et à la technologie. L'**investissement** dans votre développement de carrière n'est pas seulement bénéfique pour vous personnellement, il contribue également de manière significative au cadre sociétal plus large.

STAGES

Les stages, en particulier, sont des expériences inestimables qui permettent d'acquérir une **expérience professionnelle pratique**. Ils offrent la possibilité de s'engager dans une recherche significative, d'explorer des tâches et des départements divers, et d'établir des liens avec des mentors. Les stages sont un moyen d'**acquérir des compétences concrètes**, de discerner ses préférences personnelles et de nouer des relations avec des professionnels chevronnés. Considérez-les comme un **tremplin**, qui vous propulse vers une carrière où des choix éclairés peuvent être faits en toute connaissance de cause.

Ressources

[BRYCS ORG : Grandir dans un nouveau pays : Une boîte à outils de développement positif de la jeunesse pour travailler avec les réfugiés et les immigrants \(Boîte à outils\)](#)

Cette boîte à outils rassemble des articles, des ressources et des programmes qui peuvent aider les organismes à adopter une approche de développement positif de la jeunesse (DPJ) dans leur travail avec les jeunes primo-arrivants. Ces ressources et ces exemples de "pratiques prometteuses" en matière de programmes pour les jeunes devraient être utiles aux prestataires de services traditionnels et aux prestataires de services pour les nouveaux arrivants. Les tableaux de ressources sont organisés en fonction des étapes du cycle de développement des programmes.





Wellhooody
Wellbeing in Diverse Youth Communities

RESSOURCES ÉDUCATIVES LIBRES

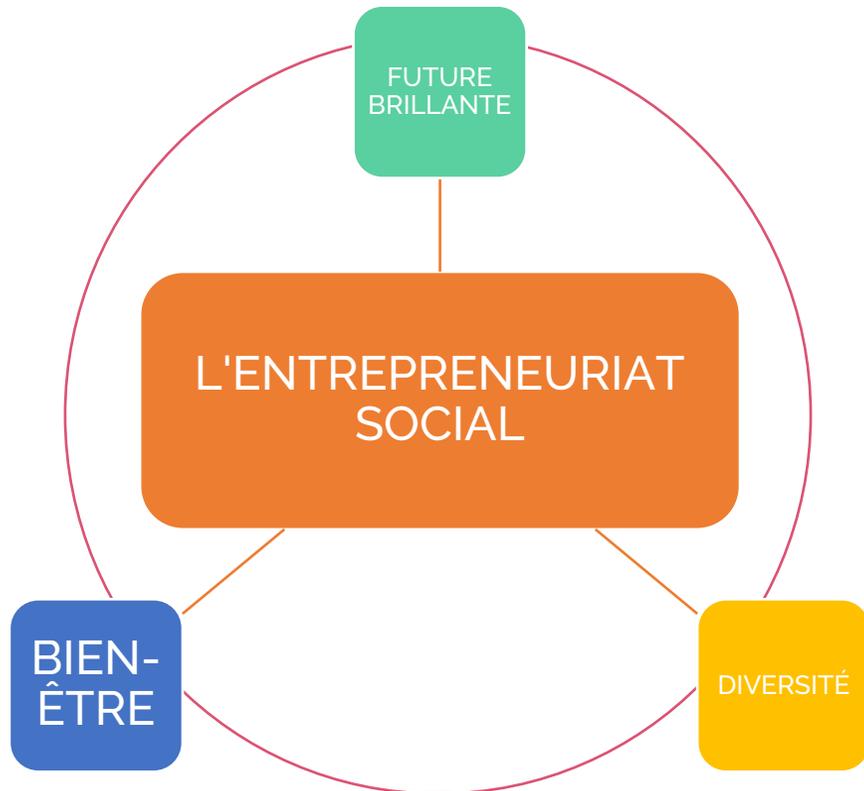
5.3 L'entrepreneuriat social

www.wellhooody.eu



Cofinancé par
l'Union européenne

Potentiel de l'entrepreneuriat social



- L'entrepreneuriat social concerne des jeunes gens comme vous qui **utilisent l'entreprise pour améliorer le monde**. Il ne s'agit pas seulement de gagner de l'argent, mais aussi de **trouver des solutions** à des problèmes tels que la pauvreté ou la pollution.
- En tant que jeunes entrepreneurs sociaux, vous avez le pouvoir de créer des **entreprises qui font du bien aux gens et à la planète**.
- Cela signifie que vous pouvez **aider votre communauté** tout en **acquérant des compétences importantes** telles que le leadership et la résolution de problèmes.
- L'entrepreneuriat social est un excellent moyen d'avoir un **impact positif** et de **préparer un avenir radieux**, à la fois pour soi et pour les autres.

Entrepreneuriat social - Feuille de route pour l'avenir

Définir l'entrepreneuriat social

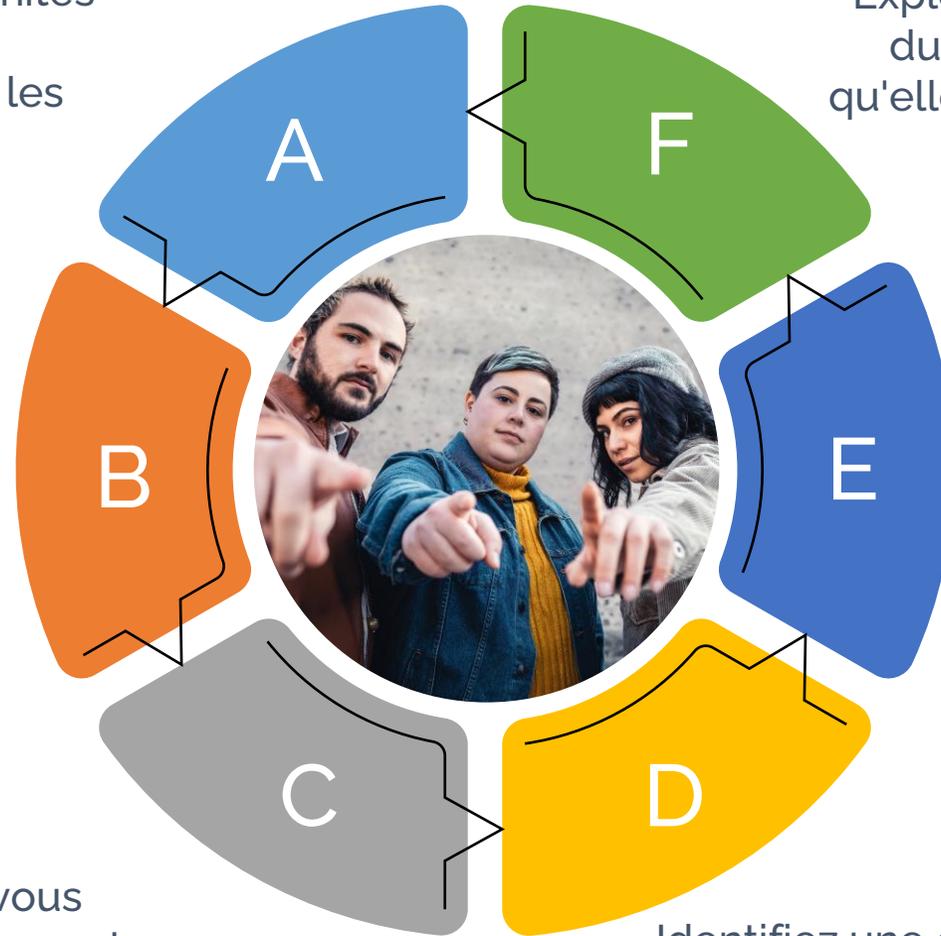
Transformer les défis en opportunités
L'entrepreneuriat social utilise la pensée innovante pour résoudre les problèmes de la communauté.

Le rôle de la jeunesse

Votre énergie, votre créativité et vos idées neuves sont essentielles pour favoriser le changement social. En tant que jeunes entrepreneurs sociaux, vous pouvez transformer votre passion en actions percutantes.

Impact et autonomisation

Grâce à l'entrepreneuriat social, vous devenez un catalyseur du changement, en favorisant des solutions durables et en renforçant votre communauté.



Votre voyage commence maintenant

Exploitez votre potentiel en tant qu'artisan du changement. Chaque idée innovante, qu'elle soit petite ou grande, contribue à un avenir plus radieux et plus durable.

Histoires de réussite

Laissez-vous inspirer par de jeunes leaders qui ont fait la différence. Leurs projets dans des domaines tels que la durabilité environnementale et l'éducation illustrent le pouvoir du changement impulsé par les jeunes.

Pour commencer

Identifiez une cause qui vous tient à cœur. Entrez en contact avec les réseaux locaux d'entreprises sociales. Recherchez des possibilités d'apprentissage dans le cadre d'ateliers et de programmes de mentorat

Entrepreneuriat social -Le travail des jeunes pour un avenir durable avec moins de conflits

Le programme Erasmus+ KA2, "*Social Entrepreneurship for a Sustainable Future with Less Conflict*", financé par le Nederlands Jeugdinstituut, vise à doter les organisations de jeunesse d'**outils pour aider les jeunes femmes à entreprendre**, en mettant l'accent sur la **sensibilité sociale et culturelle**.

Il s'adresse aux jeunes NEET, en particulier dans les zones rurales et défavorisées. Le programme propose un **cours en ligne**, une version condensée d'une formation de 8 jours, disponible en plusieurs langues, couvrant la culture organisationnelle, le mentorat et les ateliers pour les jeunes NEET et les femmes, avec un accent sur le développement durable et la construction de la paix par le biais de start-ups d'entrepreneuriat social.



Qui peut en bénéficier ?

- ✓ Travailleurs de la jeunesse
- ✓ Jeunes/bénévoles
- ✓ Éducateurs pairs

Exigences :

- ✓ Accès à l'internet
- ✓ Niveau d'anglais de base

Comment s'engager :

Le cours est ouvert gratuitement à tous les utilisateurs enregistrés. Après l'inscription, cliquez sur "**Commencer le cours**". La durée est d'environ 2 heures et le contenu reste accessible pendant 14 jours après l'inscription. Consultez la FAQ pour plus d'informations.

[CLIQUEZ ICI](#)



Contenu du cours :

1. Consolidation de la paix et développement durable - le travail de jeunesse en tant que vecteur de changement
2. L'éducation non formelle et l'animation socio-éducative renforcent les compétences des jeunes
3. L'apprentissage entrepreneurial - un moyen d'enrichir le travail de jeunesse
4. L'entrepreneuriat de la nouvelle ère et l'intelligence entrepreneuriale
5. Entreprise sociale, éthique et verte
6. Entrepreneuriat social



Wellhooody
Wellbeing in Diverse Youth Communities

RESSOURCES ÉDUCATIVES LIBRES

5.4 Développement personnel et professionnel

www.wellhooody.eu



Cofinancé par
l'Union européenne

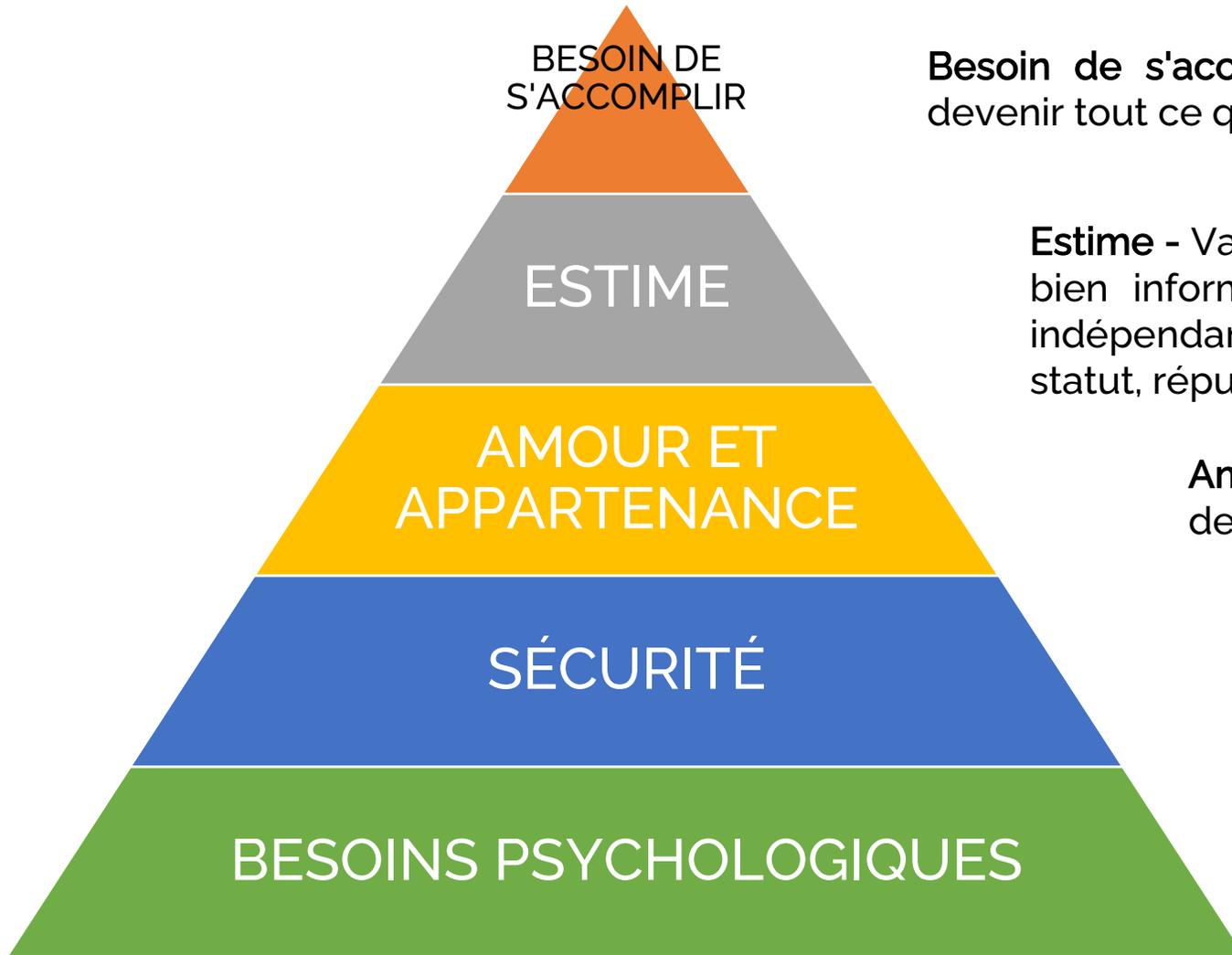
Que signifie se développer en tant que personne ?

Mûrir en tant qu'individu est un voyage permanent d'amélioration et d'expansion de soi. Cela implique d'**investir des efforts** pour affiner ses compétences, **élargir ses aspirations** et **accumuler des expériences significatives**, à la fois sur le lieu de travail et dans divers aspects de la vie. Pour devenir la meilleure version de soi-même, il s'agit de se **fixer des objectifs** à la fois **ambitieux et réalisables**, d'acquérir des connaissances et de tirer des enseignements des situations difficiles et des succès, et de cultiver des qualités intérieures telles que l'intelligence émotionnelle, un état d'esprit positif et un sens clair de l'objectif à atteindre. En termes plus simples, le développement personnel est un **engagement à apprendre** et à **s'adapter en permanence** tout au long de sa vie, afin d'évoluer vers une personne plus raffinée et plus compétente au fil du temps.

Éléments clés :

- ✓ **Améliorer les compétences** - Identifier les domaines à améliorer et s'engager activement dans l'apprentissage de nouvelles choses.
- ✓ **Fixer des objectifs** - Cherchez à atteindre des objectifs ambitieux mais réalisables pour guider votre parcours personnel et professionnel.
- ✓ **Sagesse au travail** - Utiliser les défis, les succès et les échecs au travail comme des leçons de résilience et d'adaptabilité.
- ✓ **Croissance intérieure** - Cultiver l'intelligence émotionnelle, entretenir un état d'esprit positif et découvrir un but en soi.

Le développement personnel avec la pyramide de Maslow



BESOIN DE
S'ACCOMPLIR

Besoin de s'accomplir - atteindre son plein potentiel, devenir tout ce que l'on est capable de devenir.

ESTIME

Estime - Valeur personnelle, compétence (sentiment d'être bien informé et compétent), dignité (digne de respect, indépendance), respect, reconnaissance des réalisations, statut, réputation.

AMOUR ET
APPARTENANCE

Amour et appartenance - Amis, donner et recevoir de l'affection, acceptation.

SÉCURITÉ

Sécurité - Vivre et travailler dans un environnement sûr, disposer d'un revenu stable et suffisant, être protégé contre les abus, être en bonne santé.

BESOINS PSYCHOLOGIQUES

Besoins physiologiques - Nourriture, eau, abri, repos, chaleur.

Pratiquons : Rêver sa vie

La vision du rêve :

- ✓ Prenez le temps de fermer les yeux et d'imaginer votre vie idéale dans cinq ans. Où êtes-vous ? Que faites-vous ? Avec qui êtes-vous ?
- ✓ Notez tout ce qui vous vient à l'esprit. Soyez aussi détaillé que possible.
- ✓ Réfléchissez maintenant aux mesures à prendre pour concrétiser cette vision.

Quelles sont les compétences que vous devez développer ?

Quel type de formation ou d'expérience vous aidera à y parvenir ?



Vos rêves
sont
valables et
réalisables

**dreaming,
planning,
empathy
= Building your future**

WELLHOODY

La vision
d'aujourd'hui
peut devenir
la réalité de
demain

- Dans notre exercice précédent, "Rêver sa vie", nous nous sommes embarqués dans un voyage personnel pour explorer et formuler nos rêves et nos aspirations. À présent, élargissons cette vision en intégrant les **concepts de diversité et d'empathie**.
- Cet exercice de suivi vous invite à **relier vos rêves à ceux d'autres personnes**, en particulier des personnes d'origines différentes, comme un nouvel arrivant dans un nouveau pays.
- En comprenant les diverses expériences et en faisant preuve d'empathie à leur égard, non seulement nous enrichissons nos perspectives, mais nous découvrons également comment nos rêves peuvent contribuer à un **récit communautaire plus large et inclusif**, et être façonnés par celui-ci.
- Voyons comment la diversité et l'empathie peuvent nous aider à réaliser nos rêves et à aider les autres à réaliser les leurs.

Faire le lien entre les rêves et la diversité

Rappelez-vous l'exercice "Rêver sa vie". Maintenant, imaginez comment vos rêves pourraient se croiser avec ceux d'une personne issue d'un milieu différent, comme le nouvel élève de notre scénario.

Examinez les similitudes et les différences entre les aspirations et les défis. Comment cette perspective enrichit-elle votre compréhension de vos propres rêves ?



Comment la compréhension des différentes perspectives peut-elle influencer vos objectifs et vos actions ?

Découvrez comment la prise en compte d'origines culturelles, d'histoires et de rêves différents peut conduire à une approche plus inclusive pour atteindre vos objectifs.

Offrez votre soutien ou collaborez avec d'autres personnes qui ont des expériences différentes, afin d'améliorer vos parcours respectifs.

Engagez-vous à vous ouvrir à des perspectives et à des expériences diverses, à enrichir votre propre parcours et à contribuer positivement aux rêves des autres.

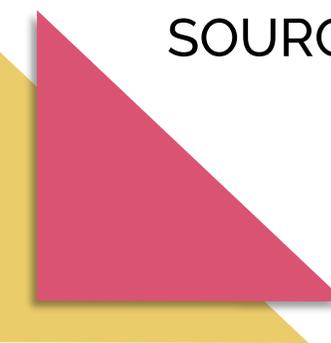
Inclusion et développement de la jeunesse

L'exclusion sociale ne se limite pas au manque d'argent ou au fait d'être un immigrant sans papiers dans un nouveau pays. Elle va encore plus loin en limitant les possibilités d'éducation et en luttant contre la discrimination fondée sur les traits de caractère.

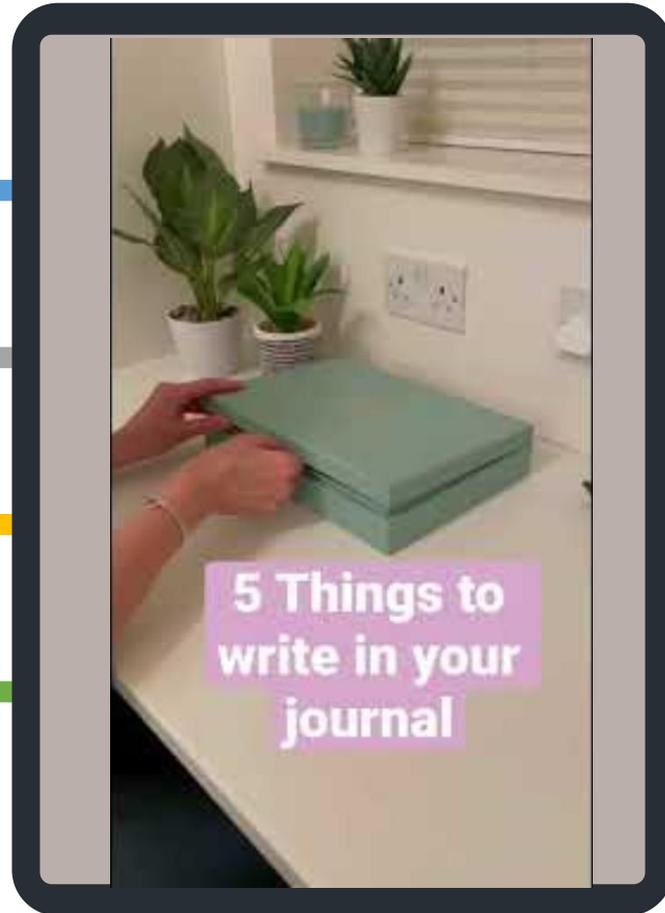
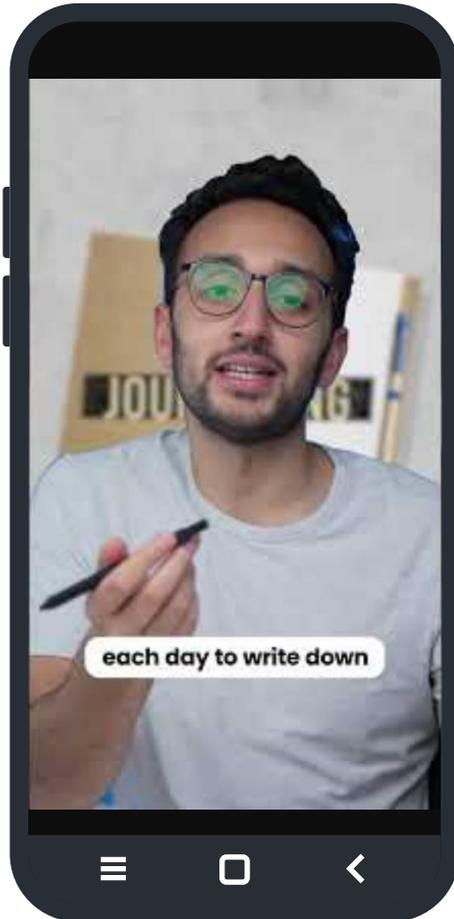
La **discrimination**, qui se traduit souvent par l'exclusion, peut gravement **nuire au bien-être**. Elle crée des obstacles à l'accès aux services qui devraient être disponibles pour tous et a un impact négatif sur la santé, le bonheur général et la qualité de vie.

Prenons l'exemple d'un jeune issu d'une communauté moins privilégiée. Il peut rencontrer des difficultés à poursuivre des études supérieures et à trouver un emploi bien rémunéré. Cette situation peut l'enfermer dans un cycle de pauvreté, où le manque d'opportunités constitue un obstacle à la sortie de ce cycle.

SOURCE : <https://commission.europa.eu/select-language>



Commencez à tenir un journal pour planifier et suivre votre développement personnel



Auto-réflexion

Fixation des objectifs

Soulagement du stress

Croissance personnelle

REGARDER LES VIDÉOS

Développement professionnel

Entre 15 et 27 ans, c'est le moment de tracer une voie professionnelle qui corresponde à vos passions et à vos compétences. C'est le moment d'explorer, d'apprendre et de jeter les bases d'une carrière réussie.

Examinons les mesures pratiques que vous pouvez prendre pour construire stratégiquement votre récit professionnel et saisir les opportunités qui façonneront votre avenir.



Élaborer son parcours professionnel

Intérêts et compétences

Découvrez vos passions à l'aide d'outils en ligne. S'inscrire à des cours et ateliers pour acquérir des compétences techniques et non techniques.

Découvrir le terrain

Essayez les stages ou les emplois à temps partiel. Faire du bénévolat pour acquérir des compétences pratiques

Établir une présence en ligne

Créez un profil LinkedIn. Mettez en valeur vos compétences et participez au contenu de l'industrie

Intérêts et compétences

Participez à des manifestations sectorielles et contactez des professionnels sur LinkedIn pour obtenir des conseils.

Intérêts et compétences

Soyez ouvert au changement et tirez les leçons des difficultés rencontrées. Votre voie peut évoluer au fil du temps.

Conclusion

- En conclusion de ce module, nous voulons que vous, jeunes esprits merveilleux, sachiez que **comprendre le développement positif des jeunes**, c'est comme détenir la clé qui vous permettra de **débloquer votre incroyable potentiel**. Nous vous avons accompagné pas à pas dans la planification et la mise en œuvre de programmes pour les jeunes, en vous montrant comment les aligner sur de grands objectifs.
- De plus, nous avons partagé des secrets sur le développement personnel et professionnel afin que vous puissiez continuer à **progresser dans le monde du travail** avec les jeunes. Préparez-vous donc à vous lancer dans des **initiatives communautaires**, car en y participant activement, vous ferez partie de quelque chose de grand, qui fera la différence en répondant aux besoins et aux défis uniques des jeunes comme vous !



Merci et
félicitations.

Vous avez terminé
le cinquième
module du cours
WELLHOODY.



www.wellhoody.eu