



PLUS FACILE

QELPA ?

Qui est le plus autodéterminé

Règles de jeu

Le but du jeu est de trouver qui parmi Yves, Nathalie, Audrey et Jean-Luc est la personne la plus autodéterminée

Les joueurs lisent les affirmations sur les personnes.

Ils placent une gommette verte dans le tableau si l'affirmation est vraie, une gommette rouge si elle est fausse.

Les joueurs continuent de placer des gommettes jusqu'à ce que la ligne d'une personne soit entièrement verte.

Si la ligne d'une personne est entièrement verte, cette personne est la plus autodéterminée

	YVES	NATHALIE	AUDREY	JEAN-LUC
Se connaître				
Faire des choix				
Ne pas être influencé contre sa volonté				
Empowerment Gérer ses émotions / contrôle de sa vie				
Se fixer des objectifs				
Apprendre de ses expériences				

Se connaître

Jean-Luc sait qu'il doit se coucher tôt.
Sinon, il est de mauvaise humeur le matin.

Jean-Luc aime les films romantiques
Il choisit de voir un film romantique.
Même si ses amis se moquent un peu de lui.

Yves a passé son code de la route.
Il a appris de nouvelles choses.
Il est content de lui.

Nathalie est invitée à une fête.
Elle ne sait pas quoi dire aux autres.
Elle a peur de ne pas être à la hauteur.

Faire ses choix

Nathalie ne sait pas quoi mettre le matin.
Elle a peur de mal choisir ses vêtements.
Elle demande à son éducatrice de choisir pour elle.

- Jean-Luc veut changer d'atelier à l'ESAT.
Il remplit son Projet personnalisé avec son éducateur.
Il décide de faire 3 stages :
- En espaces verts
- En conditionnement
- En cuisine

Audrey a du mal à choisir sa confiture le matin.
Yves choisit un petit-déjeuner différent chaque jour.

Ne pas être influencé

Yves veut rester au foyer le week-end.
Sa maman lui demande de rentrer à la maison.
Yves n'arrive pas à dire non à sa maman.

Jean-Luc aime les films romantiques Il choisit de voir un film romantique.
Même si ses amis se moquent un peu de lui.

Nathalie et Audrey aiment les films romantiques
Mais elles vont voir un film d'action. Car elles ont peur que les autres se moquent d'elles

Gérer ses émotions

Yves se sent sûr de lui après son code.
Il pense qu'il va réussir son permis de conduire.

Audrey et Nathalie sont présidentes de CVS.
Pendant la réunion, Audrey parle bien.
Elle ne bégaye pas.

Quand Jean-Luc est fatigué le matin, il est de mauvaise humeur.
Il s'éloigne de ses amis pour ne pas se disputer.

Se fixer des objectifs

- Jean-Luc veut changer d'atelier à l'ESAT.
Il remplit son PPA avec son éducateur.
Il décide de faire 3 stages :En espaces verts
- En conditionnement
- En cuisine

Yves veut acheter un nouveau téléphone. C'est cher.
Il demande de l'aide pour mettre de l'argent de côté.

Nathalie et Audrey doivent organiser la fête de Noël.
C'est difficile pour elles d'imaginer tout ce qu'il faut faire

Apprendre de ses expériences

Yves veut prendre le bus seul.
Il s'est trompé plusieurs fois.
Maintenant, il connaît le chemin.

Nathalie a essayé de fumer une cigarette.
Elle n'a pas aimé.
Elle ne veut plus jamais fumer.

Audrey a essayé l'équitation.
Elle avait un peu peur des chevaux.
Finalement, elle aime bien.
Elle veut prendre d'autres leçons.

Jean-Luc a fait seul sa déclaration de prime d'activité.
Il s'est trompé.
Son éducatrice lui montre comment faire.
La prochaine fois, il va essayer tout seul.