

Savoir résoudre des problèmes
Savoir prendre des décisions

Savoir résoudre les problèmes

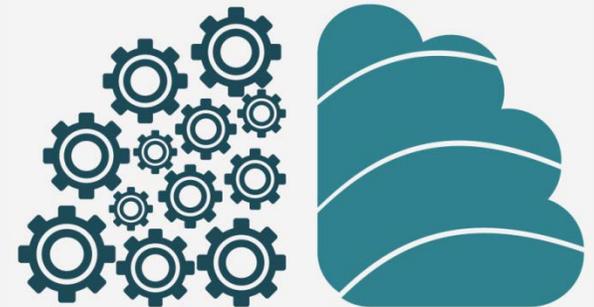
STRATÉGIES DE RÉOLUTION DE CONFLITS CAPACITÉS DE MÉDIATION ET DE NÉGOCIATION CAPACITÉS DE COOPÉRATION ET DE COMPROMIS

↳ **Travailler la capacité à faire des choix, à élaborer des raisonnements par rapport à ses choix, à gérer l'impulsivité et la frustration.**

Pour ce faire, la personne avance souvent par essai/erreur.
Ainsi il s'agit :

- de savoir poser un problème ou de le reconnaître ;
- puis par tâtonnement de tester des pistes de réponses variées, de faire des hypothèses sur les effets des solutions ;
- d'envisager éventuellement des retours en arrière et le recadrage du problème si nécessaire.

L'UN DES PRÉALABLES À LA
RÉSOLUTION DE PROBLÈME
EST UNE PENSÉE CRITIQUE
ET CRÉATIVE



En action, cela suppose de ...

IDENTIFIER LES SITUATIONS PROBLÈMES (POUR MOI, POUR/AVEC LES AUTRES) / LES CONFLITS.

CONNAÎTRE DES MODALITÉS DIFFÉRENTES POUR RÉSOUDRE DES PROBLÈMES OU DES CONFLITS.

TROUVER LES SOLUTIONS LES PLUS APPROPRIÉES DANS UNE SITUATION DONNÉE.

ÊTRE CAPABLE D'APPLIQUER DES SOLUTIONS LORS DE PROBLÈMES OU DE CONFLITS.



Savoir prendre des décisions

« Apprendre à prendre des décisions nous aide à les prendre de façon constructive. Cela peut avoir des conséquences favorables sur la santé, si les décisions sont prises de façon active, en évaluant les différentes options et les effets de chacune d'entre elles. » (OMS)

Principales étapes du processus de prise de décision :

- **Définition du problème**
- **Collectes des données**
- **Exploration des solutions à envisager**
- **Reconnaissance des conséquences possibles**
- **Choix et essai de la meilleure solution**
- **Évaluation de la décision finale**

Acquérir une bonne capacité de prise de décision permet :

- **Un sentiment de meilleur contrôle sur sa vie**
- **Un meilleur sentiment d'efficacité personnelle**
- **Une estime de soi positive**

En action, cela suppose de ...

**IDENTIFIER LES PRISES DE DÉCISION EN GROUPE
ET LES PRISES DE DÉCISION INDIVIDUELLE.**



Activités proposées

« L'île déserte »

Cartable des CPS- Savoir prendre des décisions

« Trouver la source du problème »

« Réécrire la fin des histoires »

« Identifier ses ressources »

Aventure dans mon univers

