

#### DESCRIPTION :

Ce jeu propose aux jeunes de travailler l'identification des forces de caractère à travers des extraits de séries.

**TYPE DE SUPPORT :** Vidéo

**PROFIL DU PUBLIC :** Jeunes

**ÂGE DU PUBLIC :** 13 - 25 ans

**THÉMATIQUES PRINCIPALES :** Bien-être/Émotions

**ÉDITEUR :** Crips Île-de-France

**DATE :** Avril 2022



#### DIFFICULTÉ D'UTILISATION :

- Connaissances : ① ② ③ ④ ⑤

- Technique d'animation : ① ② ③ ④ ⑤

#### UTILISATION

- En groupe.

- Avec animateur ou animatrice.

#### OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES DE L'OUTIL

À la fin de l'animation, les participants et participantes :

- Comprennent le concept des forces.
- Identifient les 24 forces.

#### THÈMES ABORDÉS

Forces de caractère, bien-être.

#### COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES MOBILISÉES

Avoir une pensée créative/ critique, prises de décision.

#### MATÉRIEL

L'outil se compose de liens pour accéder à : 3 vidéos

**VIDÉO N°1 • GAME OF THRONES, Khaleesi**

[www.youtube.com/watch?v=3rmc7b-8KNg](https://www.youtube.com/watch?v=3rmc7b-8KNg) (à couper à 2'20).

**VIDÉO N°2 • GAME OF THRONES – Le roi du Nord (John Snow)**

[www.youtube.com/watch?v=8S\\_RevprAO](https://www.youtube.com/watch?v=8S_RevprAO)

**VIDÉO N°3 • LA CASA DE PAPEL - Le professeur se fait attraper.**

<https://www.youtube.com/watch?v=EicZR6OzoxA>

**VIDÉO N°4 • LA CASA DE PAPEL, Raquel rejoint le toit de la banque d'Espagne.**

<https://www.youtube.com/watch?v=GjoLAZhp1H4>

**VIDÉO N°5 • SEX EDUCATION - Maeve avoue à Otis qu'elle l'aime.**

[https://www.youtube.com/watch?v=qlQU\\_VDUkaQ](https://www.youtube.com/watch?v=qlQU_VDUkaQ)

**VIDÉO N°6 • SEX EDUCATION - La scène du bus.**

<https://www.youtube.com/watch?v=lc005MqXoRE>

#### CONSIGNE

Identifiez les forces des personnages dans la vidéo et précisez pour quelles raisons vous identifiez cette force.

#### AVANTAGES ET LIMITES DE L'OUTIL

##### Avantages :

- Ludique et interactif.
- Permet de travailler en équipe.
- Illustre les différentes forces de caractère.
- S'inspire de vidéos actuelles et plébiscitées par les jeunes.

##### Limites :

- L'outil nécessite une préparation en amont de l'animation (bien connaître la vidéo, le concept des forces).
- **Au préalable, il est important de travailler la compréhension des forces de caractère avec les jeunes (par exemple avec l'outil des cartes des forces cf lien du Crips : <https://www.lecrips-idf.net/outil-pedagogique-carte-forces>).**

#### RESSOURCES :

**Sites Internet :** VIA Character <https://www.viacharacter.org/>

Le Crips IDF : <https://www.lecrips-idf.net/decouvrez-vos-24-forces-de-caractere>

> BIEN-ÊTRE / PSYCHOLOGIE POSITIVE

> LA FORCE DES SÉRIES

> PUBLIC JEUNES

### CONSEIL D'UTILISATION DE L'OUTIL

Les intervenants choisissent la vidéo avec laquelle ils se sentent le plus à l'aise. Ils distribuent la liste des forces aux jeunes qui se sont mis en petits groupes de 5 max (une liste des 24 forces : <https://www.lecrips-idf.net/outil-pedagogique-carte-forces>). Les intervenants diffusent la vidéo et les jeunes notent les forces qu'ils ont identifiées sur un post-it (une force par post-it), en précisant pour quelles raisons ils perçoivent cette force. À la fin de l'extrait, les jeunes viennent par groupe mettre leurs post-it au tableau. Les intervenants font une synthèse des post-it et demandent aux jeunes de donner des exemples concrets en se référant à la vidéo. Par exemple : « j'identifie la force du courage à Khaleesi car elle ne recule pas devant la menace ». Les intervenants peuvent rajouter des forces s'il en manque. Pour finir, ils débriefent sur le concept des forces en apportant des connaissances théoriques.

#### Liste non exhaustive de questions de relance :

Avez-vous identifié des forces dans cet extrait ?

Quelle(s) force(s) avez-vous identifié et pourquoi ?

Quelle(s) force(s) attribuez-vous au personnage de Daenerys ?

Quelle(s) force(s) attribuez-vous ou identifiez-vous sur le personnage « le maître des esclaves » ?

Pour quelles raisons avez-vous attribué cette force à ce personnage ?

Pensez-vous que le « maître des esclaves » fait preuve de modestie ?

Et Daenerys ?

Est-ce que c'était facile/ difficile d'identifier toutes les forces ?

Comprenez-vous plus facilement le concept des forces ?

Quelles forces avez-vous attribué à John Snow ? Selon vous, quelle force parmi celles citées a permis le ralliement de tous et toutes à la fin de l'extrait ?

Comment se manifeste l'esprit d'équipe dans cet extrait selon vous ? (Adapter la question en fonction des forces qui n'ont pas encore été citées par les jeunes).

### AIDE À L'ANIMATION

**VIDÉO N°1 • GAME OF THRONES - Khaleesi.** [www.youtube.com/watch?v=3rmc7b-8KNg](http://www.youtube.com/watch?v=3rmc7b-8KNg) (à couper à 2'20). Exemple de forces présentes dans la vidéo : justice, leadership, maîtrise de soi, honnêteté, courage, sagesse, persévérance, prudence, intelligence sociale, humilité.

**VIDÉO N°2 • GAME OF THRONES - Le roi du Nord (John Snow).** [www.youtube.com/watch?v=8S\\_RevprA0](http://www.youtube.com/watch?v=8S_RevprA0) Exemple de forces présentes dans la vidéo : courage, justice, maîtrise de soi, prudence, honnêteté, leadership, esprit d'équipe, esprit critique, persévérance, intelligence sociale, gratitude, humilité, espoir.

> BIEN-ÊTRE / PSYCHOLOGIE POSITIVE

> LA FORCE DES SÉRIES

> PUBLIC JEUNES

**VIDÉO N°3 • LA CASA DE PAPEL - Le professeur se fait attraper.** <https://www.youtube.com/watch?v=EicZR6OzoxA>

Exemple de forces présentes dans l'extrait : persévérance, courage, leadership, maîtrise de soi, justice, créativité, humilité.

**VIDÉO N°4 • LA CASA DE PAPEL - Raquel rejoint le toit de la banque d'Espagne.**

<https://www.youtube.com/watch?v=GjoLAZhp1H4> Exemple de forces présentes dans l'extrait : créativité, esprit d'équipe, espoir, maîtrise de soi, leadership, enthousiasme, persévérance, amour, justice.

**VIDÉO N°5 • SEX EDUCATION - Maeve avoue à Otis qu'elle l'aime.** [https://www.youtube.com/watch?v=qlQU\\_VDUkaQ](https://www.youtube.com/watch?v=qlQU_VDUkaQ)

Exemple de forces : maîtrise de soi, courage, amour, honnêteté, espoir, persévérance.

**VIDÉO N°6 • SEX EDUCATION - La scène du bus.** <https://www.youtube.com/watch?v=lc005MqXoRE> Exemple : maîtrise de soi, esprit d'équipe, courage, gentillesse, gratitude, intelligence sociale, persévérance, prudence, justice, amour.

**Quelques infos utiles sur les forces (Idéalement en amont de cet atelier) :**

**Les forces, qu'est-ce que c'est ?**

D'après Alex Linley une force est un mode de fonctionnement naturel et authentique déployé sans effort. Elle compose en partie la personnalité d'un individu. Trois composantes se dégagent :

- l'aspect « naturel »  
(l'authenticité),
- la performance (le succès, la facilité),
- l'énergie libérée (la vitalité, l'enthousiasme).

Les forces de caractère sont des ressources individuelles qui favorisent une bonne santé mentale. Elles renforcent les sentiments d'authenticité et d'engagement. Nous les possédons toutes mais à différents degrés, ce qui donne un profil de forces propre à chacun et chacune.

**Les forces, d'où viennent-elles ?**

Il existe différents modèles et classifications de forces de caractère. Nous présentons ci-dessous celle issue d'une enquête menée pendant 3 ans, qui a permis de déterminer 24 forces universelles (Peterson, Seligman, *Characters strengths and Virtues : A handbook of classification*, 2004). Elles ont été regroupées en 6 catégories :

la sagesse, le courage, l'humanité, la justice, la tempérance et la transcendance. Un questionnaire accessible sur Internet : <https://www.viacharacter.org/> permet d'identifier les forces plus ou moins présentes chez chaque individu. Nos 5 à 8 premières forces représentent nos forces de signature. Ce sont celles-ci qui nous donnent le plus d'énergie.

**Les forces, à quoi servent-elles ?**

Elles peuvent être cultivées et pratiquées. La recherche montre que la compréhension et l'application des forces peuvent aider à : renforcer la confiance / augmenter le bonheur / renforcer les relations / gérer les problèmes / réduire le stress / atteindre des objectifs / construire un sens et un but / améliorer la performance au travail (Peterson, Seligman 2004).

> BIEN-ÊTRE / PSYCHOLOGIE POSITIVE

> LA FORCE DES SÉRIES

> PUBLIC JEUNES

### Liste des 24 forces et des 6 catégories

#### ***Sagesse et connaissance***

Sagesse  
Esprit critique  
Créativité  
Curiosité  
Goût d'apprendre

#### ***Transcendance***

Émerveillement  
Gratitude  
Humour  
Espoir  
Spiritualité

#### ***Tempérance***

Pardon  
Humilité  
Prudence  
Maîtrise de soi

#### ***Justice***

Leadership  
Esprit d'équipe  
Justice

#### ***Bravoure***

Enthousiasme  
Courage  
Persévérance  
Honnêteté

#### ***Humanité***

Amour  
Intelligence sociale  
Gentillesse

#### **Pour aller plus loin :**

Arriveriez-vous à identifier vos propres forces en vous appuyant sur le travail que vous venez d'effectuer ? Lien pour trouver ses propres forces : <https://www.viacharacter.org>