

POUR DESCRIRE ...

... LA CAPACITÉ D'ADAPTATION



Avec une personne de la structure qui vous accompagne
 cochez la /les compétence-s que vous avez acquise(s) ou développée(s) et décrivez une situation où vous l'avez mise en œuvre

Aller dans un lieu inconnu

Une situation vécue :

Participer à une réunion

Une situation vécue :

Aller dans des réunions différentes de celles que je connais

Une situation vécue :

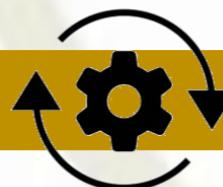
Parler à des personnes différentes dans des contextes différents

Une situation vécue :

Accueillir la réunion dans les locaux de "sa" structure

Une situation vécue :

Les compétences transversales



CAPACITÉ D'ADAPTATION

- Gestion du stress
- Travail en équipe
- Sens de la communication
- Autonomie
- Sens de l'organisation
- Curiosité
- Persévérance

COMPÉTENCE

CAPACITÉ D'ADAPTATION



Définition pour le monde de l'entreprise

Capacité à s'adapter à des situations variées et à s'ajuster à des organisations, des collectifs de travail, des habitudes et des valeurs propres à l'entreprise.

Définition dans le cadre de la participation aux instances

S'adapter à des types de réunions inconnues jusque là, dont on ne connaît pas forcément les membres ni les codes, parfois dans des lieux (structure, quartier, ville, ...) qu'on ne connaît pas

Modalités de cette compétence

Aller dans un lieu inconnu

Trouver les informations, les personnes qui peuvent me renseigner pour y aller

Oser aller dans des lieux inconnus

Participer à une réunion

Être attentif, se concentrer, écouter activement, savoir se taire (aussi dans sa tête)

Laisser parler les autres, ne pas prendre toute la place

Prendre la parole, prendre des initiatives, proposer

Aller dans des réunions différentes de celles que je connais

S'adapter au fonctionnement d'une instance : repérer les codes et savoir les respecter

S'approprier un vocabulaire qu'on ne connaît pas

S'adapter (accepter que le collègue soit pas toujours "performant" et faire avec ; s'adapter à ses interlocuteurs sans se laisser marcher sur les pieds; ...)

Aller vers les autres, faire connaissance avec des nouvelles personnes

Parler à des personnes différentes dans des contextes différents

Savoir changer de casquette - Savoir adapter sa posture

Accueillir la réunion dans les locaux de "sa" structure

Accueillir les personnes extérieures, les mettre à l'aise

S'assurer des bonnes conditions matérielles

Micro-compétences



Paroles entendues

“ Je devais aller présenter la Maison des familles dans l'entreprise SEB, j'ai cherché le bus sur l'appli TCL

“ Pour me déplacer sur les territoires, je demande à des collègues qui y vont en voiture

“ La réunion se passait dans un quartier que je ne connaissais pas

“ Parfois on a tendance à réfléchir à ce qu'on va dire et on écoute moins bien

“ J'écoute bien les autres, leur avis complète le mien

“ J'amène des infos complémentaires quand j'en ai. Je donne mon avis. Je peux aussi proposer des sujets, mais je le fais rarement

“ Je lis l'ordre du jour, je lis le compte-rendu quand je le reçois

“ Avec tous les sigles au début on comprend rien

“ Il faut comprendre les mots comme cohésion sociale

“ Il faut mettre du contenu dans les mots de la société

“ Une personne du groupe ne s'exprimait pas bien devant les partenaires, je l'ai laissée parler et j'ai pris le relais ensuite

“ Parfois il faut être solide, ne pas s'énerver et remettre la personne en place avec élégance (dans les débats au CNLE)

“ Dans le 8ème collège du CNLE on n'était que 2 du Secours catholique

“ A la maison des familles je parle en tant que maman, au Conseil d'administration, je représente les autres familles

“ Au CNLE je suis une guerrière, je veux faire passer les idées du groupe

“ C'est important pour moi que les personnes du CA soient bien accueillies, je prends de leurs nouvelles

“ Je fais le café si besoin, je m'assure qu'il y a des chaises pour tous

POUR DECRIRE ...



... LA GESTION DU STRESS

Avec une personne de la structure qui vous accompagne

cochez la /les compétence-s que vous avez acquise(s) ou développée(s) et décrivez une situation où vous l'avez mise en œuvre

Aller dans des lieux inconnus

Une situation vécue :

Intervenir dans une réunion

Une situation vécue :

Echanger avec des nouvelles personnes

Une situation vécue :

Les compétences transversales



● Capacité d'adaptation

GESTION DU STRESS

● Travail en équipe

● Sens de la communication

● Autonomie

● Sens de l'organisation

● Curiosité

● Persévérance

COMPÉTENCE

GESTION DU STRESS



Définition pour le monde de l'entreprise

Capacité à garder le contrôle pour agir efficacement face à des situations irritantes, imprévues ou stressantes

Définition dans le cadre de la participation aux instances

Savoir dépasser le stress que représente l'inconnu et la prise de parole devant un public plus ou moins nombreux, plus ou moins bienveillant

Modalités de cette compétence

Micro-compétences

Aller dans des lieux inconnus

Oser aller hors de son quartier, de sa ville, dans des structures qu'on ne connaît pas, avec des personnes qu'on ne connaît pas

Anticiper

Oser demander de l'aide quand on ne sait pas

Intervenir dans une réunion

Oser demander des explications si ce n'est pas clair; dépasser sa peur de ne pas savoir et oser dire « je ne sais pas », « je ne comprends pas »

Oser prendre la parole, dépasser le trac

S'affirmer

Avoir confiance dans ce qu'on veut porter, et puiser de la force en soi

Echanger avec des nouvelles personnes

Oser parler devant des gens qu'on ne connaît pas, et qui sont plus haut placés que nous



Paroles entendues

“ Les rencontres du CNLE sont à Paris

“ Avant d'aller dans un lieu que je ne connais pas, je repère l'itinéraire, parfois même je le fais quelques jours avant pour être sûre

“ Quand on a des bureaux décentralisés sur les territoires, je demande aux autres membres du bureau comment on y va

“ Ne pas se dire "je ne sais pas" mais se dire "je vais comprendre"

“ Quand tu as des idées, "est-ce que c'est une bonne idée ?", il faut prendre le courage de réagir à une question

“ Il faut se dire tu es une personne donc tu es légitime

“ Ce qui m'a aidé c'est que des gens m'ont écouté vraiment; des gens ont dit "elle, elle a quelque chose"

“ Je ne vais pas me laisser marcher sur les pieds parce que je suis porte-parole

“ Je parle au nom de tous ceux qui n'ont jamais su dire (comme ma mère) ça fait ma force

“ On passe d'invisibles à porte-paroles

“ Quelqu'un qui n'a pas vécu ce que j'ai vécu ne peut pas parler à ma place



... LE TRAVAIL EN ÉQUIPE

Avec une personne de la structure qui vous accompagne

cochez la /les compétence-s que vous avez acquise(s) ou développée(s) et décrivez une situation où vous l'avez mise en œuvre

Savoir créer une bonne relation avec les autres

Une situation vécue :

Faire avec les autres

Une situation vécue :

Donner sa place à l'autre

Une situation vécue :

Être en confiance

Une situation vécue :

Les compétences transversales



● Capacité d'adaptation

● Gestion du stress

TRAVAIL EN ÉQUIPE

● Sens de la communication

● Autonomie

● Sens de l'organisation

● Curiosité

● Persévérance

COMPÉTENCE

TRAVAIL EN ÉQUIPE



Définition pour le monde de l'entreprise

Capacité à travailler et à se coordonner avec les autres au sein de l'entreprise en confiance et en transparence pour réaliser les objectifs fixés

Définition dans le cadre de la participation aux instances

Capacité à se mettre d'accord et se coordonner avec d'autres, en confiance, dans le but de faire entendre la parole, les réalités de vie, les intérêts des personnes que l'on représente - Capacité à trouver sa juste place et collaborer avec des personnes qui ont un statut différent du sien.

Modalités de cette compétence

Savoir créer une bonne relation avec les autres

Micro-compétences

Aller vers les autres

Savoir mettre les personnes à l'aise

Être fraternel, se préoccuper des autres

Faire avec les autres

Connaître et mettre en œuvre les règles d'accueil

Accepter les « limites » des autres

Repérer la compétence, la pertinence, le savoir de l'autre

Repérer dans un groupe les forces de chacun et savoir s'appuyer dessus

Donner sa place à l'autre

Écouter et savoir se taire, laisser parler les autres (ne pas prendre toute la place)

Questionner les autres sur un sujet pour lequel je dois les représenter

Faire sentir à l'autre que ce qu'il dit est important

Être en confiance

Savoir déléguer son pouvoir à un membre de l'équipe, du groupe

Être digne de confiance, respecter un engagement



Paroles entendues

“ Tout le monde peut participer, même les personnes qui n'osent pas parler !

“ Ce qui soutient la participation, c'est d'entendre « viens, tu n'est pas seul. Je ne te lâcherai pas ! »

“ Je suis attentive au respect des personnes, qu'on soit dans la bienveillance

“ Je dis aux personnes que je les aime, qu'ils sont importants

“ J'arrive, je dis bonjour, on pend le café ensemble. Si je suis là avant, j'installe la salle, je prépare le café

“ Au CNLE, on a chacun son rôle selon les personnalités ; je relaye la porte parole quand la pression monte

“ J'écoute bien les autres. Leur avis complète le mien

“ Je note ce qu'ils disent. J'organise des feuilles pour qu'ils écrivent leurs idées. Je fais la synthèse pour amener les idées à l'ANSA

“ Au sein de mon groupe toutes les personnes ne savent pas parler convenablement le français, j'interdis aux autres de leur couper la parole ou de compléter

“ Quand je dois partir avant la fin du CA pour aller chercher mes enfants à l'école, je donne mon pouvoir à un autre membre

“ Quand y'a un CA je refuse les autres RV proposés ce jour là



... LE SENS DE LA COMMUNICATION

Avec une personne de la structure qui vous accompagne

cochez la /les compétence-s que vous avez acquise(s) ou développée(s) et décrivez une situation où vous l'avez mise en œuvre

Recevoir des informations et messages

Une situation vécue :

Transmettre clairement des informations, des messages

Une situation vécue :

Prendre la parole

Une situation vécue :

Convaincre

Une situation vécue :

Écouter

Une situation vécue :

Échanger

Une situation vécue :

Avoir une ouverture d'esprit

Une situation vécue :

Les compétences transversales

- Capacité d'adaptation
- Gestion du stress
- Travail en équipe
- Autonomie
- Sens de l'organisation
- Curiosité
- Persévérance



SENS DE LA COMMUNICATION

COMPÉTENCE

SENS DE LA COMMUNICATION



Définition pour le monde de l'entreprise

Capacité à transmettre clairement des informations, échanger, écouter activement, recevoir des informations et messages et faire preuve d'ouverture d'esprit.

Définition dans le cadre de la participation aux instances

Capacité à transmettre clairement des informations, échanger, écouter activement, recevoir des informations et messages et faire preuve d'ouverture d'esprit.

Modalités de cette compétence

Recevoir des informations et messages

Micro-compétences



Paroles entendues

Lire le français

Accéder à un ordinateur, savoir l'utiliser, utiliser internet

Se servir d'une boîte mail, des outils bureautique

Comprendre et s'approprier un vocabulaire qu'on ne connaît pas

Comprendre et analyser ce que disent les autres. Digérer les informations reçues

Prendre des notes et les utiliser

“ Je n'ai pas d'ordinateur, j'utilise celui de la délégation

“ On reçoit l'ordre du jour par mail ainsi que les comptes-rendus

“ Je ne savais pas ce que signifie cohésion sociale

“ Je reçois un sujet à travailler, je comprends le sujet, je fais des recherches sur le sujet que je ne connais pas

“ Je note ce que me dit le groupe de Lyon pour faire la synthèse et amener les idées au groupe de l'ANSA à Paris

“ Je raconte au groupe de Lyon ce que j'ai vu et entendu au CNLE, je présente le rapport du CNLE, tout le monde donne son avis

“ Avec le groupe de l'ANSA on travaille pour que la proposition soit très explicite pour le CNLE et qu'on ait des arguments

Transmettre clairement des informations, des messages

Prendre la parole

Maîtriser la langue

Prendre la parole dans un groupe

Avoir la bonne posture physique, le ton, le langage approprié

Capter l'attention de l'autre

“ Je me base sur mon vécu, sur ce que d'autres m'ont transmis, que je comprends mieux que les autres car ça me parle dans ma chair. Je peux amener le sujet plus loin.

Convaincre

Vouloir faire passer ses idées

S'affirmer

Argumenter

Écouter

Être attentif, se concentrer, écouter activement, savoir se taire

Échanger

Questionner d'autres sur un sujet

Oser demander des explications si ce n'est pas clair

Faire sentir à l'autre que ce qu'il dit est important

Être diplomate

“ J'amène le sujet au groupe de Lyon, je questionne les autres, je leur demande ce qu'ils en pensent

“ Je chercher à comprendre en posant des questions

“ il faut savoir demander à l'autre d'expliquer ce qu'il veut dire

“ Savoir la manière de dire, le moment de dire, savoir dire aussi les choses qui fâchent en maîtrisant le nuancier

“ Savoir remettre les choses à leur place avec élégance

“ Je dis « Il me semble que... » alors que j'avais vérifié.

Avoir une ouverture d'esprit

Savoir repérer la compétence, la pertinence, le savoir de l'autre malgré parfois son expression maladroite

Mettre la personne à l'aise

“ J'aime l'échange avec l'autre, l'interaction ouvre un champs de découverte, d'apprentissage immense

“ Je fais le café si besoin, je m'assure qu'il y a des chaises pour tous

POUR DECRIRE ...

... L'AUTONOMIE



Avec une personne de la structure qui vous accompagne
 cochez la /les compétence-s que vous avez acquise(s) ou développée(s) et
décrivez une situation où vous l'avez mise en œuvre

Connaître et utiliser ses propres ressources

Une situation vécue :

Savoir utiliser les ressources autour de soi

Une situation vécue :

Les compétences transversales

● Capacité d'adaptation

● Gestion du stress

● Travail en équipe

● Sens de la communication

AUTONOMIE

● Sens de l'organisation

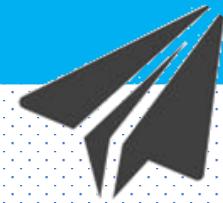
● Curiosité

● Persévérance



COMPÉTENCE

AUTONOMIE



Définition pour le monde de l'entreprise

Capacité à prendre en charge son activité sans devoir être encadré de façon continue.

Définition dans le cadre de la participation aux instances

Capacité à faire ce que l'on doit faire sans avoir un(e) professionnel à ses côtés en permanence, capacité à aller chercher ce dont on a besoin pour y arriver - Attention : on devient plus facilement autonome si on est bien formé et soutenu au départ.

Modalités de cette compétence

Connaître et utiliser ses propres ressources

Micro-compétences

Savoir puiser de la force en soi (foi dans le projet, porter la parole d'autres)

Avoir conscience de ses compétences (même si on ne les a pas toutes)

Savoir ce dont on a besoin pour y arriver

Être motivé pour participer aux rencontres et chercher à comprendre les échanges

Savoir utiliser les ressources autour de soi

Oser demander de l'aide quand on ne sait pas, demander les bonnes informations

Utiliser les ressources disponibles



Paroles entendues

“ Je défends le sujet comme si c'était pour mes enfants

“ Il faut comprendre que personne ne sait tout "tu sais des choses, moi d'autres choses"

“ Je comprends mieux que les autres car ça me parle dans ma chair. Je peux amener le sujet plus loin.

“ j'ai su revenir toute seule de Paris sans la professionnelle car j'avais une réunion pour mon fils.

“ Il faut dépasser sa peur de ne pas savoir

“ Je n'ai pas de problème à demander de l'aide auprès des personnes en fonction de mes besoins et j'accepte de ne pas tout savoir.

“ Je demande parfois de l'aide à mes collègues pour l'informatique ou pour autre chose

“ Je demande à la secrétaire du secours catholique de prendre mes billets de train et réserver l'hôtel.

“ Je ne prends pas de notes, je ne sais pas le faire, quelqu'un d'autre le fait.

“ Quand je dois partir avant la fin du CA pour aller chercher mes enfants à l'école, je donne mon pouvoir à un autre membre

“ Quand y'a un CA je refuse les autres RV proposés ce jour là

POUR DECRIRE ...



... LE SENS DE L'ORGANISATION

Avec une personne de la structure qui vous accompagne

cochez la /les compétence-s que vous avez acquise(s) ou développée(s) et décrivez une situation où vous l'avez mise en œuvre

Planifier

Une situation vécue :

Anticiper

Une situation vécue :

Prioriser

Une situation vécue :

Les compétences transversales

● Capacité d'adaptation

● Gestion du stress

● Travail en équipe

● Sens de la communication

● Autonomie

● Curiosité

● Persévérance



SENS DE L'ORGANISATION

COMPÉTENCE

SENS DE L'ORGANISATION



Définition pour le monde de l'entreprise

Capacité à planifier, prioriser, anticiper des actions en tenant compte des moyens, des ressources, des objectifs et du calendrier pour les réaliser

Définition dans le cadre de la participation aux instances

Savoir planifier les différentes rencontres, anticiper pour se déplacer et être à l'heure à la rencontre, s'organiser pour être disponible, et pour avoir préparé ce qu'on a à dire

Modalités de cette compétence

Micro-compétences



Paroles entendues

Planifier

Utiliser un agenda

Faire un rétroplanning (planifier tout ce qu'on doit faire avant la rencontre)

Anticiper

Préparer à l'avance (le trajet pour se rendre à la réunion, ce qu'on va dire au nom des personnes qu'on représente, ...)

Prioriser

Respecter un engagement

Gérer sa frustration

“ Je note toutes les dates sur mon agenda et je vérifie que je n'ai pas deux choses en même temps sur ces dates

“ Pour assister au CA il faut que j'ai pensé à l'avance à inscrire mes enfants à la cantine

“ Je me suis organisée 15 jours avant un déplacement à Paris pour savoir qui récupère les enfants, les emmène à l'école, où ils vont manger

“ Avant le Conseil d'administration, je réfléchis à ce que je veux dire et partager

“ Je priorise le Conseil d'administration, si j'ai un doublon je bouge l'autre date

“ C'est frustrant de refuser quelque chose parce qu'on a le Conseil d'administration

POUR DESCRIRE ...

... LA CURIOSITÉ



Avec une personne de la structure qui vous accompagne
 cochez la /les compétence-s que vous avez acquise(s) ou développée(s) et décrivez une situation où vous l'avez mise en œuvre

Aller chercher au-delà des apparences

Une situation vécue :

S'ouvrir sur la nouveauté

Une situation vécue :

Chercher des informations

Une situation vécue :

Les compétences transversales

- Capacité d'adaptation
- Gestion du stress
- Travail en équipe
- Sens de la communication
- Autonomie
- Sens de l'organisation
- Persévérance



CURIOSITÉ

COMPÉTENCE

CURIOSITÉ

Définition pour le monde de l'entreprise

Capacité à aller chercher au-delà de ce qui est donné à voir, à s'ouvrir sur la nouveauté et à investiguer pour comprendre et agir de façon appropriée

Définition dans le cadre de la participation aux instances

Capacité à chercher à comprendre ce qu'on ne connaît pas, à découvrir de nouveaux sujets, de nouveaux points de vue, de nouvelles personnes

Modalités de cette compétence

Aller chercher au-delà des apparences

Repérer la compétence, la pertinence, le savoir de l'autre malgré parfois son expression maladroite

S'ouvrir sur la nouveauté

Oser aller dans lieux inconnus

Aller vers les autres et faire connaissance avec de nouvelles personnes

Chercher à comprendre les codes d'un lieu nouveau, les manières de fonctionner

Chercher des informations

Questionner d'autres sur un sujet

Être curieux, s'intéresser, chercher à comprendre

Trouver des personnes, des informations qui peuvent me renseigner

Micro-compétences



Paroles entendues

“ Besoins de différents modes d'expression, des modes d'expression pour que chacun puisse s'exprimer ”

“ Pour ne pas laisser voir ses failles, on dit le minimum. ”

“ Partir des faits, des situations. Est-ce qu'il y a d'autres personnes qui vivent ça ? ”

“ Ne pas parler en son nom, « c'est nous tous ! ». Englober une situation collective ”

“ Passer de l'expérience personnelle à l'expérience collective : les préoccupations, la souffrance du groupe ”

“ Au 1^{er} Conseil d'administration, on nous a tout expliqué comment comprendre l'ordre du jour ”

“ Quand je ne comprends pas je pose des questions ”

“ on a travaillé sur la question des migrants, une thématique nouvelle pour moi ”

“ J'y connais rien en comptabilité j'ai posé des questions pour comprendre ”

“ Je vais poser des questions aux gens qui selon moi pourraient me renseigner ”

POUR DECRIRE ...

... LA PERSEVERANCE



Avec une personne de la structure qui vous accompagne
 cochez la /les compétence-s que vous avez acquise(s) ou développée(s) et décrivez une situation où vous l'avez mise en œuvre

Maintenir son effort jusqu'au bout

Une situation vécue :

Être volontaire

Une situation vécue :

Oser

Une situation vécue :

Se faire respecter

Une situation vécue :

Les compétences transversales

- Capacité d'adaptation
- Gestion du stress
- Travail en équipe
- Sens de la communication
- Autonomie
- Sens de l'organisation
- Curiosité



PERSEVERANCE

COMPÉTENCE

PERSEVERANCE



Définition pour le monde de l'entreprise

Capacité à travailler et à se coordonner avec les autres au sein de l'entreprise en confiance et en transparence pour réaliser les objectifs fixés

Définition dans le cadre de la participation aux instances

Capacité à se mettre d'accord et se coordonner avec d'autres, en confiance, dans le but de faire entendre la parole, les réalités de vie, les intérêts des personnes que l'on représente - Capacité à trouver sa juste place et collaborer avec des personnes qui ont un statut différent du sien.

Modalités de cette compétence

Maintenir son effort jusqu'au bout

Micro-compétences

Respecter un engagement

Assumer sa responsabilité jusqu'au bout

Avoir confiance dans ce qu'on veut porter

Être tenace, déterminé

Être volontaire

Vouloir participer

Vouloir comprendre, être curieux, s'intéresser

Vouloir faire passer ses idées

Oser

Oser aller dans des lieux inconnus

Oser demander des explications si ce n'est pas clair

Se faire respecter

Savoir remettre les personnes à leur place avec élégance



Paroles entendues

“ J'ai eu le souci de porter au CA la préoccupation que m'ont confiée les familles au sujet de la sécurité

“ Je parle au nom de tous ceux qui n'ont jamais su dire (comme ma mère) ça fait ma force

“ Au CNLE, c'était important de ne pas lâcher sur un sujet qui nous semblait important pour faire entendre la parole des personnes qu'on représente

“ Je ne me laisse pas impressionner par les experts, je fais le dos rond pour mieux revenir

“ Je n'avais jamais participé à une instance comme le CNLE qui conseille le premier ministre

“ Il faut dépasser sa peur de ne pas savoir

“ Il faut être solide et ne pas s'énerver

“ Un ministre au CNLE nous écoutait d'un air narquois, je lui ai dit que c'était important qu'il nous écoute, nous on est à Paris pour ça.