**Site web Psychostratégie**

# Ateliers

### «CHEVAUCHER LE TIGRE!» - ATELIER PHILO-COGNITIFS – HPI – SURDOUÉ·E·S

Comment chevaucher le système

### Mots clés

Procrastination

Ennui

Motivation

Sens

### La situation (problématique) / Le problème / L’obstacle / L’entrave

Les personnes à haut potentiel intellectuel (HPI) sont très performantes dans les domaines qui les intéressent, mais elles ont du mal à se motiver pour les tâches qui ne les intéressent pas et qui ont peu de sens à leurs yeux. Elles risquent alors de remettre sans cesse à plus tard les tâches administratives et finir par être découragées, exploitées, voire anéanties par le système.

### Potentiel positif

But de cet atelier : apprendre à «Chevaucher le Tigre» (le système).

C’est…

Qu’au lieu qu’il ne leur saute dessus et ne les dévore, …

Qu’ils apprennent à le chevaucher, à y garder leur prise, et à ne pas en tomber, …

Pour plutôt le guider là où ils le désirent, tout en y ayant la meilleure position !

**En leur inspirant des raisons alternatives**, ils développeront l’analyse de situations et l'élaboration de stratégies à travers leurs propres motivations, obtenant et apprenant alors les clés afin de comprendre et d'utiliser le système, d’une manière personnelle et unique afin de résoudre leurs problèmes.

### Déroulement

**Cet atelier combine le jeu et la discussion interactive.** Dans un cadre bienveillant et confidentiel, il offre tout d’abord un espace précieux où les participants peuvent échanger sur ces sujets avec d’autres personnes aux situations et âges similaires, ou alors avec des gens d’expérience, voire des experts.

Le jeu favorise l’interaction entre participants. Différents jeux, dont le jeu d’échecs, le jeu de go ou encore le backgammon sont utilisés : le jeu de go est particulièrement utile pour illustrer les interactions sociales, alors que le jeu d’échecs est mieux adapté pour apprendre à analyser une situation et déterminer une stratégie à suivre.

Dans le jeu de rôle, chaque participant interprète un personnage aux capacités et perspectives spécifiques dans un monde imaginaire, mais aux conséquences réalistes. Chaque joueur cherche à atteindre ses buts personnels, ainsi que des buts communs au groupe. **Chaque joueur expérimente, collabore et développe différentes stratégies pour relever ses défis propres.**

**Chacun a ainsi l’occasion de changer sa vision du monde, du système, de la société et des autres** – tout en restant la même personne – pour y exceller mentalement, physiquement et émotionnellement…