



# RÉACTIVATION D'EXPÉRIENCE POSITIVE

## Contexte

Stage DTSIC : l'enchaînement des contrôles divers et variés peuvent mettre à mal la perception des compétences et entraîner une perte de confiance en soi au gré des résultats plus ou moins bons.

## Public cible

Les stagiaires DTSIC ont plusieurs objectifs tout au long de la formation et sont soumis à un classement final qui influe grandement sur le choix des affectations en sortie de stage. Certains d'entre eux perdent confiance alors qu'ils ont les compétences pour réussir.

## Problématique

Les stagiaires perdent confiance en eux et remettent en cause tout le travail effectué jusque là au point de refuser l'obstacle ou de lâcher complètement la dynamique.

## Choix de la technique

Il paraît essentiel de réactiver chez les stagiaires ce sentiments de pouvoir faire les choses bien malgré les multiples obstacles qu'ils rencontrent tout au long du DTSIC. La REP permet de rechercher des moments positifs dans leur vécu et les actions mises en place pour la réussite afin de les récupérer pour faire face à la formation.

## Objectif

Être capable de réutiliser les expériences positives pour pouvoir mettre en oeuvre les stratégies d'action déjà éprouvées en vue de les réutiliser pour réussir leurs examens.

## Séance

Lors du briefing bien noter les divers éléments des expériences de chacun jusqu'aux sensations ressenties à ces occasions (comme la réussite du classement intermédiaires, les autres réussites lors d'examens et concours ou réussites sportives).

Après l'induction, faire revivre ces événements en passant de l'un à l'autre en y ajoutant un maximum de VAKOG lorsque l'on fait revivre les événements positifs en insistant sur le côté positif des choses.

Il est important de faire une nouvelle évocation de ces événements en demandant de repenser aux stratégies d'actions qui avaient été mises en place pour cette réussite.

On pourra s'en servir lors de l'ancrage en mettant en avant l'engagement et la volonté dont on a pu faire preuve pour les faire revenir lors des événements rencontrés pendant la formation. On s'en servira aussi lors de la reprise.