

Des **outils**
pour évoluer
au sein de son
milieu d'accueil
d'enfants

.....

Destiné aux
professionnel·le·s
de milieux d'accueil
d'enfants reconnus
par l'ONE





La roue des permissions

 Fiche(s) pratique(s) concernée(s) ?	 Quand l'utiliser ?	 Quel format ?
B : mon portefeuille de compétences E : mon insitution et moi	Pour faire le point sur ma manière d'être et d'agir	Canevas



Objectifs de cet outil :

- > Prendre conscience des permissions que vous vous accordez aujourd'hui, dans votre vie personnelle et professionnelle.
- > Identifier ce que vous vous autorisez facilement à être, ressentir ou faire... et ce qui vous semble plus difficile.
- > Repérer ce qui pourrait vous aider à prendre votre place, faire vos propres choix et évoluer dans votre quotidien professionnel.

Ce que vous pouvez en retirer :

La roue vous offre une photographie des permissions que vous vous accordez aujourd'hui. Elle peut vous aider à mieux comprendre certaines situations vécues au travail, à reconnaître vos ressources et à identifier ce que vous aimeriez faire évoluer.

Il ne s'agit ni d'un test ni d'une évaluation : il n'y a pas de bonne ou de mauvaise roue. Elle représente simplement votre perception à un moment donné.



Comment fonctionne la roue ?

La roue est organisée autour de quatre dimensions :

Moi et moi

Les permissions que je me donne par rapport à moi-même : exister, être moi-même, prendre soin de moi, avoir du plaisir, avoir confiance en moi...



Moi et mes sentiments

Les permissions liées à mes émotions : ressentir, exprimer ma joie, ma peur, ma tristesse ou ma colère...

Moi et les autres

Les permissions qui concernent mes relations : être proche, demander du soutien, faire partie d'un groupe, trouver ma place parmi les autres...

Moi et le monde

Les permissions qui me permettent d'agir et d'évoluer : penser par moi-même, faire des choix, apprendre, me tromper, grandir, réussir...

Comment s'y préparer ?

Choisissez un moment où vous disposez d'un peu de calme et de temps pour vous. Munissez-vous de crayons ou de feutres et répondez spontanément, sans chercher la « bonne » réponse.

Partez de votre situation actuelle et, si vous le souhaitez, pensez plus particulièrement à votre contexte professionnel : votre travail auprès des enfants, vos relations avec les familles, votre équipe ou votre institution.

Comment procéder ?

1. Parcourez les différentes permissions proposées autour de la roue.

Prenez le temps de comprendre ce que chacune évoque pour vous.

2. Pour chaque permission, choisissez le niveau qui correspond le mieux à votre situation actuelle.

Ne réfléchissez pas trop longtemps : votre première impression est souvent intéressante.

3. Coloriez progressivement votre roue.

Une fois toutes les propositions parcourues, observez la forme obtenue dans son ensemble.

4. Prenez du recul.

Posez-vous quelques questions :

Qu'est-ce qui attire mon attention ?

Quelles permissions est-ce que je me donne facilement ?

Lesquelles sont plus difficiles pour moi ?



Y en a-t-il une qui me surprend ?

Dans quelles situations professionnelles est-ce que cela se manifeste ?

Quel impact cela peut-il avoir sur ma manière de travailler ou de collaborer ?

5. Choisissez une permission que vous aimeriez davantage vous accorder.

Complétez la phrase :

« **Je me donne davantage la permission de...** »

Puis demandez-vous :

« **Quel petit pas concret pourrais-je faire pour me donner davantage cette permission dans mon quotidien professionnel ?** »

LA ROUE DES PERMISSIONS

Je me donne la permission de...

Moi et moi

D'être en bonne santé
et de prendre soin de moi

D'être moi-même
sans me comparer
ni me juger

D'avoir du plaisir
et de profiter
de la vie

D'avoir confiance en moi
et en mes capacités

D'agir
et de prendre
des initiatives

De faire partie
d'un groupe ou d'une
communauté

Moi et les autres

D'être proche
et de m'entourer
de personnes
ressources

D'être un·e enfant
dans mon cœur
et dans ma créativité

D'être dans la joie
et d'avoir des moments
de légèreté

D'exprimer ma colère
dans le respect

D'avoir peur
et de demander de l'aide
si besoin

De ressentir
mes émotions, même
les plus difficiles

De réussir
et de célébrer
mes réussites

De penser
par moi-même et de
faire mes propres choix

D'apprendre et de savoir
me tromper

De grandir
à mon rythme

Moi et le monde

Comment l'utiliser ?

Pour chaque permission,
colorie le niveau qui te
correspond aujourd'hui.

1

Je ne me sens pas
encore prêt·e à me
donner cette permission.

2

J'y pense parfois,
mais c'est encore
difficile.

3

Je m'y autorise
de temps en temps.

4

Je me le permets
souvent.

5

Je me donne pleinement
cette permission, c'est
naturel pour moi.

Source : Gen7Academy



☐ Et après ?



Votre roue peut évoluer avec le temps. Gardez-la et revenez-y quelques semaines ou quelques mois plus tard : certaines permissions auront peut-être évolué.

Une permission que vous avez du mal à vous accorder peut devenir une piste de réflexion concrète : en parler avec un·e collègue ou votre responsable, demander du soutien, développer une compétence ou expérimenter une nouvelle manière de faire.

Vous pouvez également poursuivre votre réflexion dans Mon Carnet de bord professionnel, notamment à travers les fiches B « Mon portefeuille de compétences » et C « Mon projet professionnel ».

L'objectif n'est pas de tout changer. Une petite permission supplémentaire peut déjà ouvrir de nouvelles possibilités.

Source : outil adapté et inspiré de Gen7Academy.



Une question ?

- > Si besoin, identifiez les personnes-ressources internes ou externes à votre institution qui sont susceptibles de vous aider
- > Vous pouvez aussi contacter le service conseil carnet de bord. Nous sommes disponibles par :

- Mail via carnetdebord@apefasbl.org
- Téléphone au **02 229 20 19**
- [Messenger](#) (Facebook)