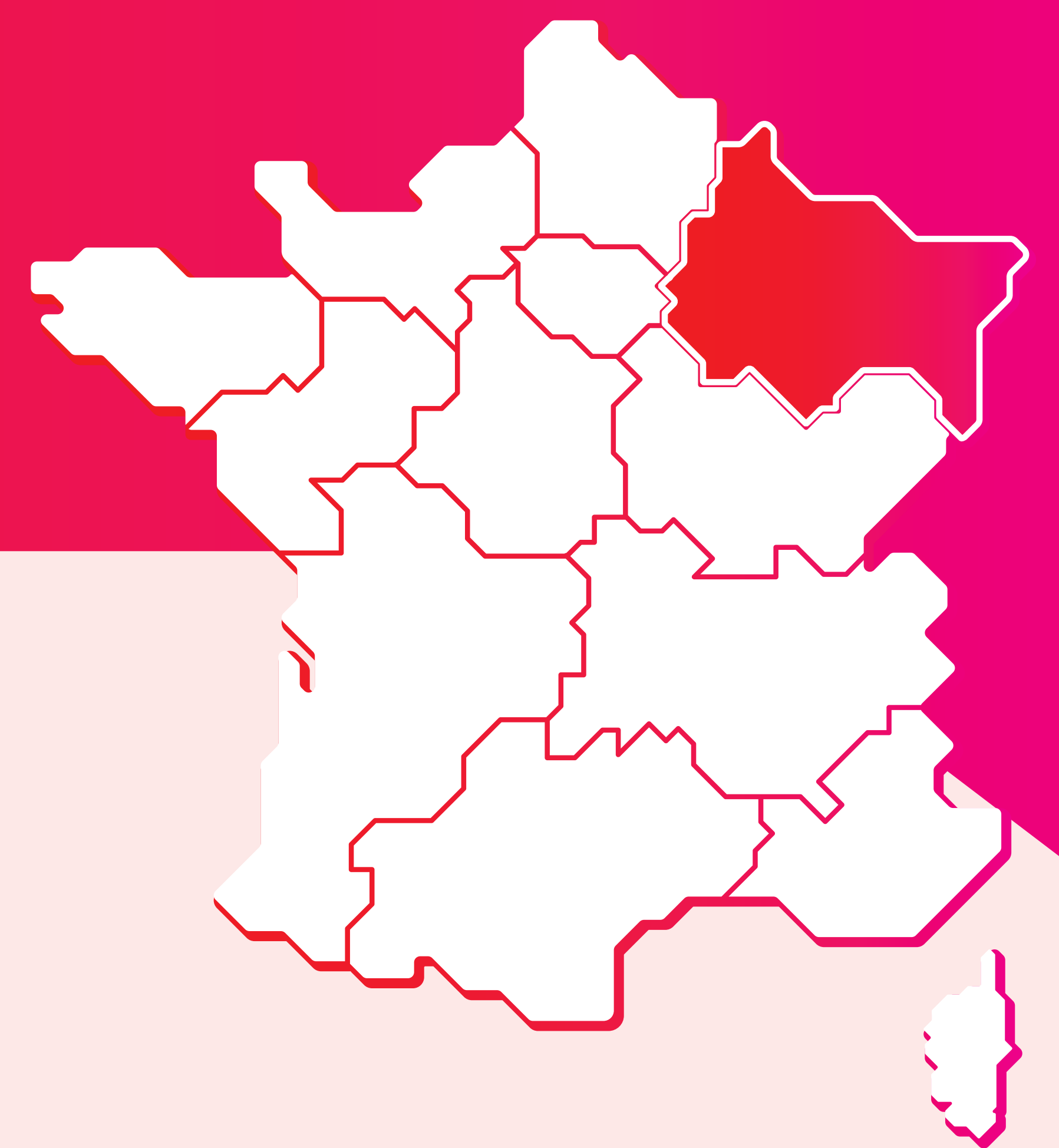
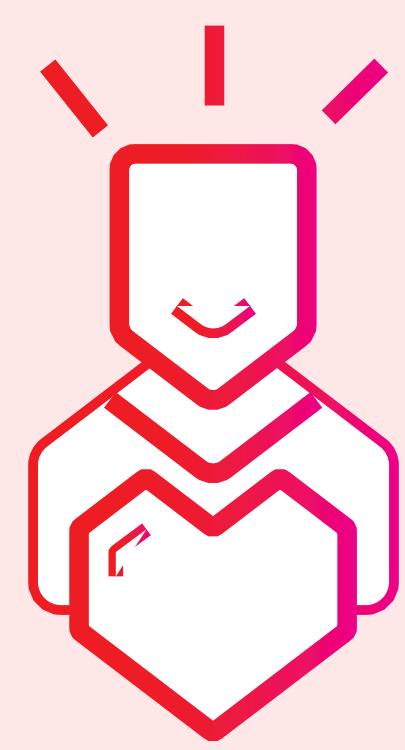


BIEN DANS MA TÊTE BIEN DANS MA VIE



L'ACTION « BIEN DANS MA TÊTE , BIEN DANS MA VIE »



permet de **DÉVELOPPER LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES** (auto-évaluation positive, gestion des émotions, identification de ses ressources sociales ...) des lycéens, pour **FAVORISER LEUR BIEN-ÊTRE ET PRÉSERVER LEUR SANTÉ MENTALE AU QUOTIDIEN.**

LYCÉENS & PERSONNELS ÉDUCATIFS

EVALUATION DE RÉSULTATS



DEPUIS 2022*

- ◆ **17** lycées engagés
- ◆ **1030** élèves bénéficiaires
- ◆ **72** membres du personnel de 7 métiers différents
- ◆ **388** interventions auprès des élèves et des personnels

ÉLÈVES :

Meilleure connaissance de leurs **qualités** et forces de caractère, **des émotions primaires, de l'utilité des émotions** et des besoins qui les sous-tendent

Meilleure identification des **stratégies efficaces pour diminuer leurs émotions négatives**

Meilleure perception de l'utilité du programme et se sentent capables de se servir des contenus

PERSONNELS :

Des **outils pédagogiques adaptés** au public
Observation **de l'évolution des CPS de leurs élèves** au cours des séances

DÉROULÉ DU PROGRAMME

Représentations de théâtre-débat

auprès des élèves
sur la santé mentale

Formation des personnels

sur les
compétences
psychosociales

Ateliers

sur les compétences
psychosociales
auprès des élèves

Supervision par une psychologue

de l'équipe
d'animatrices
mutualistes

- ◆ **MUTUALITÉ FRANÇAISE GRAND EST**
Vanessa ROUGIER
vrougier@mfge.fr
www.grandest.mutualite.fr



LES PARTENAIRES DU PROGRAMME

