

# INTÉGRITÉ

## SUPER TALENTS

**Être intègre** c'est agir avec honnêteté et respect, être fidèle à nos valeurs et prendre des décisions justes, même lorsque personne ne regarde. L'honnêteté est liée à la notion de sincérité, alors que l'intégrité est une adhésion à des principes.

Agir avec intégrité présente nombre de bienfaits au niveau personnel, social et professionnel.

Les enfants qui comprennent l'importance de l'intégrité alignent leurs paroles sur leurs actes.



L'intégrité est associée au bonheur, à l'estime de soi, la confiance et à un sens profond de ce que nous sommes. Autant de qualités qui peuvent aider les enfants et les jeunes à ne pas adopter des comportements à risque.

L'intégrité apprend aux enfants à assumer les conséquences de leurs actes et les aide à prendre des décisions éclairées tout au long de leur vie.

L'intégrité motive l'action en société. Elle est essentielle à l'harmonie sociale et au maintien de collectivités saines, dépourvues de corruption et d'hypocrisie.

Notre cerveau s'est adapté à la sociabilité et il facilite le lien social. Les personnes intègres contribuent à préserver des espaces propices aux interactions sociales. Elles sont perçues comme honnêtes, justes, fiables et douées pour entretenir des relations de grande qualité.

Importance de l'intégrité

### Le saviez-vous ?

Dès la petite enfance, l'intégrité peut se développer grâce à la parentalité positive, notamment à l'écoute active dénuée de jugement et à l'affection.

« L'intégrité est une partie essentielle des compétences psychosociales (CPS). »



**Listen  
FIRST**

La science des talents  
[www.unodc.org/listenfirst](http://www.unodc.org/listenfirst)

« Ecoutez d'abord » est une initiative de l'ONUDC pour promouvoir des familles heureuses, épanouies et en bonne santé.



# La science des talents

L'initiative « Écoutez d'abord » de l'ONU DC œuvre en faveur du développement des enfants, pour qu'ils deviennent des adultes épanouis dans leur communauté. Les enfants qui cultivent leurs talents et renforcent leurs compétences psychosociales sont mieux équipés pour traverser les aléas de la vie. Cette documentation s'inscrit dans une approche de la prévention de l'usage de substances basée sur des données scientifiques.

## MAÎTRISE DE SOI

Être capable de réguler ses émotions.  
Pensez-vous avant d'agir ? Vous fixez-vous des objectifs et les atteignez-vous ?  
Reconnaissez-vous la peur ?

## PRISE DE DÉCISION

Capacité de prendre des décisions pour soi et pour les autres.  
Vos décisions ont-elles un impact positif sur les autres ?  
Utilisez-vous votre esprit critique pour définir vos priorités ?

## GESTION DU STRESS

Faire des changements dans sa vie en situation de stress.  
Prévenez-vous le stress en prenant soin de vous et en vous relaxant ?  
Parvenez-vous à faire face en situation de stress ?

## CONSCIENCE DE SOI

Reconnaître ses émotions et son comportement.  
Connaissez-vous vos émotions ?  
Comment influencent-elles votre comportement ?

Cultivez vos  
**SUPER TALENTS**  
ET ALLEZ DE L'AVANT !

## RELATIONS INTERPERSONNELLES

Capacité de nouer et entretenir de bonnes relations avec des groupes divers.  
Utilisez-vous vos compétences en communication, comme l'écoute active et la résolution de conflit ?  
Faites-vous preuve d'empathie ?



Réalisé grâce au généreux soutien de la France.

Listen  
FIRST



**ONU DC**  
Office des Nations Unies  
contre la drogue et le crime

