

## Programme de formation Module 2 : Se servir de sa personnalité à son plein potentiel

### Objectifs

A l'issue de ce deuxième module, les participants auront acquis toutes les clés nécessaires pour :

- Avoir une communication et des interactions professionnelles plus adaptée en utilisant efficacement le fonctionnement de leur personnalité
- Favoriser la création d'un climat de confiance, nécessaire à un relationnel sain et constructif dans le cadre professionnel

### Public cible

Destiné aux collaborateurs qui veulent aller plus loin dans la connaissance d'eux-mêmes et des autres afin de savoir mieux séparer et accepter, sans juger, leurs différentes visions du monde et celles de leur entourage. Ce module sera particulièrement adapté et utile au personnel ayant des fonctions à forte composante relationnelle (ex: RH, encadrant, coach, service...). C'est un passage nécessaire pour le 3ème module.

### Prérequis

Avoir suivi le Module 1

### Programme

Ce module 2 se déroule sur 2+1 jours.

Il peut être rajouté au besoin et en sus, un accompagnement individuel d'1h30 entre les jours 2 et 3 :

#### Jour 1

- Explication approfondie de chaque Méta-Programme étudié
  - Comment chaque partie du modèle les utilise
- Entendre les thématiques principales qui ressortent dans chaque fonctionnement pour aider à reconnaître le fonctionnement de son interlocuteur
  - Les critères majeurs associés
- Augmenter son niveau de protection et d'autonomie (d'après Michael White et Julien Betbeze)
  - Qu'est-ce que l'autonomie et la protection ?
  - A quoi ça nous sert ?
  - Les stratégies mises en place pour augmenter son niveau de protection
  - L'influence du niveau de protection sur l'autonomie

## Jour 2

- Comprendre de quelle façon la personnalité nous permet d'être complet
  - Voir l'utilité de chaque facette de chacun des fonctionnements
  - Comment elles se complètent et ce qu'elles s'apportent mutuellement
  - Exemples de ce qui peut se passer si on n'utilise pas ses ressources et quand on les utilise
  - Les conséquences possibles dans la vie quotidienne
- Séparer sa vision du monde de celle des autres pour favoriser un climat d'écoute et une communication efficace
  - Travail sur les critères (valeurs) importants pour nous
  - Relativiser leur perception, les confronter à la perception des autres

## Jour 3

- Séparer sa vision du monde de celle des autres pour favoriser un climat d'écoute et une communication efficace (...suite)
  - Comprendre l'utilité de nos émotions
  - Travail sur les émotions en apprenant à les remettre en perspective
- Focus sur les Méta-Programmes pour l'atteinte d'un objectif
  - Application sur des cas réels tirés de l'expérience des stagiaires : communication, management, relation...
  - Comprendre quels Méta-Programmes nous gênent quand un objectif bloque
  - Reconnaître et utiliser ceux qui peuvent nous aider pour y arriver

## Fournitures

La formation inclut un syllabus

## Méthodes d'intervention - moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement

La formation inclura en alternance :

- Des apports d'outils, techniques, repères
- Des expérimentations et des mises en situation
- Des échanges d'expériences entre les participants et l'animateur
- Un travail sur les cas pratiques des participants

L'alternance de ces différents éléments favorise l'intégration des apprentissages par les participants, dans des situations concrètes.

## Moyens permettant de suivre l'exécution de l'action

Une feuille de présence avec les horaires précises de la formation, signée pour chaque demi-journée par chaque stagiaire attestera de la bonne exécution de l'action.

## Moyens permettant d'apprécier les résultats de l'action

Une évaluation écrite individuelle sous forme de questionnaire à choix multiple en fin de formation sera proposée au stagiaire afin de vérifier son niveau d'acquisition des apports de la formation.

## Durée

3 jours