

## Contact :

Tel : 03 20 92 50 50  
Patrick Théry : 06 03 40 98 30  
Philippe Chevaux : 06 30 14 62 83

**Mahira** - 228 rue de la Carnoy – 59130 Lambersart  
[mahira@mahira.fr](mailto:mahira@mahira.fr)  
[www.mahira.fr](http://www.mahira.fr)

## Programme de formation

### Module 2 : se servir de sa personnalité à son plein potentiel

*Déclaration d'activité enregistrée sous le n°31 59 02318 59 auprès du préfet de région Nord Pas de Calais*

#### Objectifs

A l'issue de ce deuxième module de formation, les participants auront acquis toutes les clés nécessaires qui leur permettront d'utiliser efficacement le fonctionnement de leur personnalité pour une communication plus adaptée.

À l'issue du module 2, les stagiaires auront aussi tous les éléments pour 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.

#### Programme

Le module 2 (20h) se déroule en quatre grandes parties :

##### Les clés nécessaires pour se servir à 100% de sa personnalité

- Approfondir la reconnaissance et l'utilisation des Méta Programmes
- Notion d'autonomie et de protection

##### Comprendre l'utilité de chaque facette dans chacun des fonctionnements

- A quoi nous servent les différentes facettes de notre personnalité ?
- Qu'est-ce qu'elles s'apportent mutuellement ?

##### Savoir séparer sa vision du monde de celle des autres

- Relativiser la perception des critères importants pour nous
- Remettre en perspective nos propres émotions

##### Analyse de cas pratiques avec une analyse spécifique des Méta-Programmes

- Reconnaître les Méta-Programmes qui gênent l'atteinte d'un objectif bloquant
- Apprendre à utiliser ceux qui peuvent nous aider

## Programme détaillé

- 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
- 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
  - 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 classeur de cours au format papier

## 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 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.

## Informations pratiques

### Durée

3 jours

## Prérequis

Avoir suivi le Module 1

## Lieu

Métropole lilloise

## Investissement

**Le prix de 1 350 € HT (TVA à 20 %) par stagiaire inclut**

- la préparation et l'animation de la formation
- la création et l'impression des supports spécifiques (un classeur sera remis à chaque stagiaire)
- le « SAV formation » : possibilité de joindre l'intervenant par téléphone et mail après la formation (dans la limite du raisonnable)
- la location de la salle

**Ce prix n'inclut pas**

- les frais d'hébergement et de déplacement
- les frais de restauration du matin, du midi et du soir
- toute dépense non mentionnée dans « le prix inclut »