Ajustement imago - TOB - G.Pellerin

Plus les personnes se connaissent de manière précise comme êtres humains et plus la performance est grande. L'ajustement d'imago permet de créer les conditions de la confiance et de la coopération.

- Prénom - élément d'état civil (exemple : âge, où j'habite, enfants…)

- Des éléments clefs de mon parcours

- Mon activité actuelle

- Définition de mon métier (parle des valeurs) ; nom de ma structure

- Le cadre de référence de ma pratique / mon contexte

- Quelque chose dont je suis fièr.e (quelque chose d'important et de significatif dans ma vie)

- Mes hobby

- Ce qui me caractérise / des qualités que je me reconnais

- Mes a-priori / projet : positifs = mes attentes ; négatifs = mes craintes (dire ses craintes pour se libérer sinon tout ce qui sera entendu le sera sous la couleur de la crainte)

À adapter tout en gardant des questions activant les 3 états du moi (Parent, Adulte, Enfant)
Autres questions possibles :
- ce qui est difficile dans mon activité
- ce qui est facile / que j'aime dans mon activité

Si les personnes se connaissent et travaillent ensemble : chacun.e écrit son nom sur un papier, le plie et le met dans une corbeille. Puis, chacun.e prend un papier et présente la personne à partir du même type de questions :
- *État civil*
- *Éléments de son parcours*
- *Son activité*
- *Ce qui est difficile dans son activité*
- *Ce qui est facile / qu'il aime dans son activité*
- *Une réalisation dont il est fier.e*
- *Ses hobby*
- *5 qualités dont 3 intéressantes à activer pour notre travail commun*

Suite du processus :
- Temps de réflexion préalable individuelle (TRIP) de 5'
- 1 personne en présente 1 autre (sans être interrompue)
- Selon la taille du groupe, les autres complètent
- La personne présentée dit ce qu'elle prend, ne prend pas, et complète.

Créer les conditions de la confiance - Élément humain - W.Schutz

3 niveaux de questions : être important (inclusion) ; être compétent (contrôle) ; être aimé (ouverture)

Processus
Entre 10 et 16 personnes : former 2 cercles, l'un à l'intérieur de l'autre, les personnes du cercle intérieur font face aux personnes du cercle extérieur, ce qui créé ainsi des binômes.
Énoncer la question à laquelle la personne du cercle intérieur répond en 30-40 secondes à la personne qui lui fait face. Sonner le gong pour inviter la 2e personne à parler à son tour sur la même question. C'est un exercice d'expression et d'écoute / pas de discussion.
Puis, les personnes du cercle extérieur se décalent d'une place dans le sens des aiguilles d'une montre. Une 2e question est posée.
Alterner à chaque question, celui.celle qui commence.
Choisir 1 question par sujet parmi les différentes propositions ci-contre (soit un max de 9 questions). Inutile de citer les sujets.
L'exercice dure une quinzaine de minutes.
+ débrief en métacommunication

Processus à adapter en fonction de la taille du groupe : faire 2 cercles, ou inviter les personnes à se déplacer dans la salle et à s'arrêter face à une personne au son du gong…

I - Inclusion

1 - Appartenance
- Ce qui m'a attiré dans cette structure
- La première fois que je suis arrivé, je me souviens que…, ce qui m'a marqué, c'est…
- Je suis là depuis… je suis venu, j'ai postulé, parce que…
- Ce qui me motive à être dans cette structure, c'est…
- Ce que j'aime dans cette structure, c'est…

2 - Ma place
- La fonction que j'occupe aujourd'hui
- Je me sens à ma place quand…
- Je me sens important si…
- Pour me sentir important, j'ai besoin de…
- Je contribue en…

3 - Liens
- Je me sens en lien avec les autres si…
- Ce qui me rend vivant, c'est…

II - Contrôle

4 - Compétences
- Les compétences que j'ai développées au cours du temps sont …
- Ce que je sais bien faire, c'est…
- Les compétences que je mets en œuvre sont…

5 - Responsabilité
- Je me sens responsable de…
- Je me sens responsable quand…

6 - Pouvoir agir
- Ce qui me convient dans le fonctionnement d'un groupe, c'est quand…
- J'ai choisi d'agir dans cette structure pour…
- Je prends les décisions de…
- Ce qui me met en confiance, c'est quand…

III - Ouverture

7 - Difficultés
- Je me sens en difficulté si…
- Ce qui me met mal à l'aise, c'est quand…
- Une fragilité que je me reconnais…
- J'ai peur de…
- Ce que je crains pour cette journée

8 - Plaisir
- Ce que j'aime dans ma vie, c'est…
- Ce que les autres apprécient de moi, c'est…
- Je suis fièr.e de…
- Ce dont j'ai envie pour cette journée…

9 - Signes de reconnaissance
- Ce que j'apprécie en toi, c'est…