



## Forum « Vice-Président »

### Livret participant

### « Mieux communiquer, c'est facile »

Equipe Mondiale du Leadership  
District Multiple 103 France  
Session 2020-21

**Version : AVRIL 2021**



## Objectifs de la séance

Rechercher une meilleure communication à travers :

- La connaissance de Soi
- La connaissance de l'Autre
- Les freins à la communication

Ce Forum est un lieu d'échanges et de réflexions destiné à enrichir tes connaissances et t'apporter les informations nécessaires pour mener une excellente année de Président.

Ce Forum ne peut être exhaustif et renvoie vers « l'E-Book Président », qui est le document le plus complet à ce jour.

Ce Forum fait partie de ton parcours Leadership qui comprend :

- les modules de formation individuelle en ligne sur MyLion
- le suivi des autres FORUMS, ATELIERS et CONFERENCES proposées par le DM 103 - voir le catalogue en ligne sur le site [lions-france.org](https://www.lions-france.org) rubrique SMA, ou sur le lien suivant :

➤ <https://www.emldm.lions-clubs-france.org>

- les séminaires proposés par le Lions Clubs International

Le responsable Leadership de ton District (EML) est à ta disposition pour définir avec toi le parcours Leadership adapté à tes aspirations à prendre des responsabilités au sein du Lions Clubs International

**Merci de ta participation !**

# Les sujets abordés

---

1. La Connaissance de Soi
2. La Connaissance de l'Autre et les Freins à la Communication

Ce document reprend ci-après les éléments de la présentation qui contiennent les informations essentielles.

# « TREMPLIN VERS L'EXCELLENCE »

## Communication et Animation, les Maîtres Mots

### Livret 1 du participant

#### Module 1: mieux communiquer, c'est facile

Il s'agit de la première partie d'un tronc commun basé sur le comportemental qui se répartit en deux modules :

- la connaissance de Soi (les autres me voient-ils tel que je pense être ?)
- La connaissance de l'Autre afin de mieux communiquer (quels sont les freins à une bonne communication ?)

#### Pourquoi ?

En France, nous parlons des « valeurs » ; ce sujet est important pour nous, Lions ; c'est ce qui « lie » les membres d'un club (solidarité, respect, droit la différence, écoute, bienveillance, empathie, etc...). Et cette absence de valeurs (abandon ou oubli), transforment les problèmes en conflit...

Aujourd'hui, 15 % de nos clubs représentent jusqu'à 50 % des départs de notre District :

- soit parce que l'on a oublié d'offrir une chaise au nouvel arrivant pour qu'il s'assoit, avec nous, autour de la table...
- soit parce que des « anciens », à l'ego démesuré créent d'abord des problèmes, ensuite des conflits (Dieu a reconnu qu'il s'était trompé lorsqu'il avait créé l'homme : il aurait dû placer son nombril sur son front, comme cela, de temps à autre, l'homme aurait pu apercevoir le nombril de son voisin...).

Il nous faut retrouver ses valeurs communes, mettre en place un cadre référentiel commun et ce, afin de ne plus perdre autant de nos amis chaque année...

**1. FONCTIONNEMENT : Renforçons nos valeurs**

**Amitié, tolérance, bienveillance,  
plaisir de se retrouver, s'amuser et servir...**

Les valeurs des Lions :

Voir Constitution / objectifs du Lions

et sur le site du DM 103 :  
<https://www.lions-france.org/valeurs-et-objectifs-du-lionisme>

*Document visible sur la slide (Lions Clubs International):*

- OBJECTIFS**
- FORMER** les clubs service commun dans le sein de LIONS CLUB, leur apporter un dynamisme et une croissance.
- COORDONNER** les activités et développer l'administration des Clubs Lions.
- CRÉER** et développer un esprit de compréhension entre les membres du club.
- PROMOUVOIR** les principes de son gouvernement et de l'éthique.
- ENTRETIEN** de l'engagement au haut être civique, national et mondial de la communauté.
- UNIR** les clubs par des liens d'amitié, de bonne compréhension et de coopération mutuelle.
- ACQUERIR** un rôle de responsabilité communautaire et de service à la communauté.
- ENCOURAGER** à servir la communauté avec enthousiasme et compétence personnelle. Les personnes au sein de l'équipe de service au public, au service de la communauté et de la communauté doivent être compétentes, responsables, enthousiastes, dynamiques, et travailler ensemble et de façon proactive.
- DECLARATION DE VALEURS**
- ETRE** un dignitaire membre de service humanitaire à la communauté.
- DECLARATION DE MISSION**
- JOINDRE** LES MOYENS aux personnes de servir leur communauté, de respecter leur besoins humanitaires, de travailler de concert et de promouvoir la compréhension interculturelle par le truchement des Lions Clubs.

Mais, nous ne pouvons pas, à chaque forum, parler de nos valeurs ; de plus, ce serait redondant car ces valeurs sont identiques, que l'on soit président, vice-président, trésorier ou simplement membre ; cela touche tout le monde.

Pour cela, a été créé ce forum « **tremplin vers l'excellence : Communication et Animation, les Maîtres Mots** ».

**Pourquoi le faire au niveau du vice-président ?**

Si nous la comparons à une année scolaire, l'année du vice-président correspond à l'année de première : en seconde, le passage du collège au lycée n'est pas toujours simple, et la terminale doit se finaliser par l'obtention du bac.

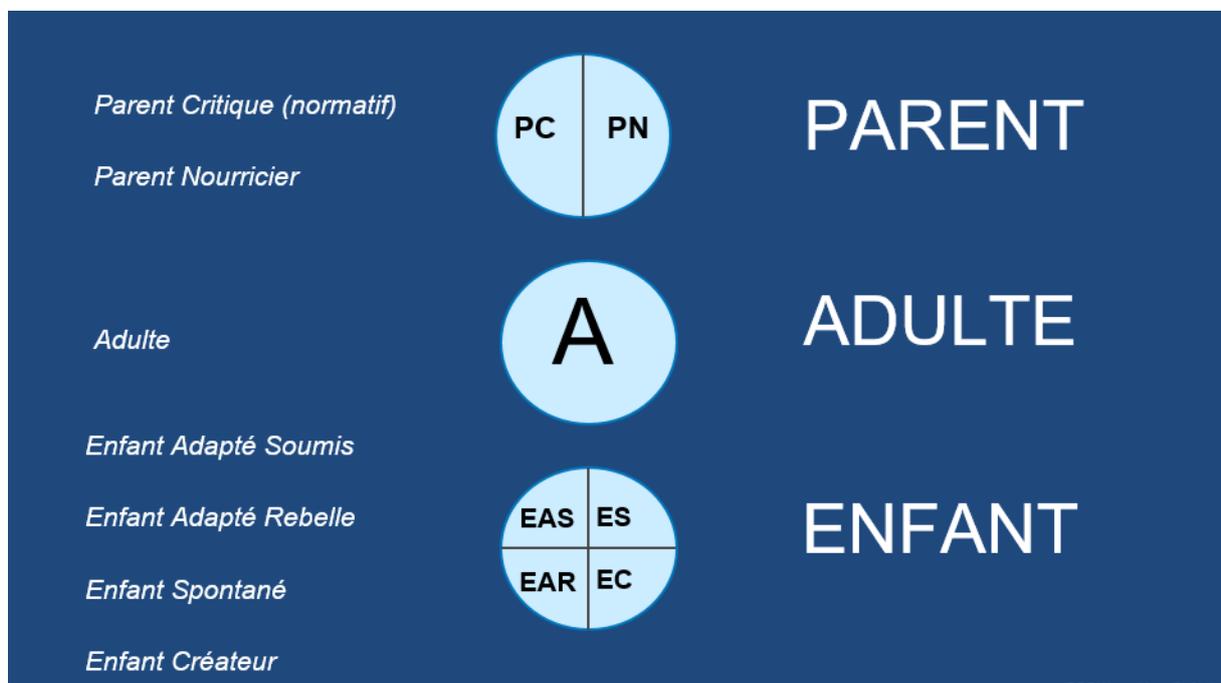
Par contre la première est une année de transition ; idem pour l'année du vice-président où ce dernier peut prendre du recul, réfléchir à son année de présidence ; du coup, il a plus de temps pour travailler sur lui-même et comprendre les mécanismes de la communication interpersonnelle.

## I. La connaissance de soi

Notre âge et notre réussite sociale et professionnelle auraient tendance à nous faire penser que nous sommes d'excellents communicants...

***Mais, les autres nous voient-ils tel que nous le supposons ?***

En fait, notre « communication » est liée à la position que nous nous donnons lors de discussions. Il s'agit « des positions de vie » ou « des Etats du Moi » :



Bien évidemment, lorsque nous communiquons, nous utilisons, tour à tour, tous ces positionnements ; l'important, c'est de savoir si, sur une échelle de zéro à 10, nous n'avons pas un état si fort qu'il pollue nos autres positionnements...

## A. Le positionnement « Parent »

il reproduit les émotions, les attitudes et le comportement des personnes « parentales » qui l'ont marquées (père, mère, professeur, patron)

il est dans le domaine de « L'APPRIS »

→ « j'ai appris, donc je retranscris »....

Au regard de leurs fonctions comportementales qu'il remplit, l'état du « Moi Parent » est subdivisé en 2 parties

➤ Le Parent Normatif ou Critique (PC)

➤ Le Parent Nourricier (PN)

### 1. Le « Parent Normatif » (Critique)

- il excelle dans :
  - Le règlement intérieur
  - Les recettes
  - Les normes (sécurité, structures, contrôle....)
  - Les valeurs
- il peut penser que :
  - « les gens bien ont obligatoirement des diplômes
  - « il ne faut pas jouer aux cartes »
  - « il ne faut surtout pas faire confiance aux patrons »
  - « il faut toujours regarder avant de traverser »
- il pense que :
  - « les gens sérieux portent des cravates »
  - « les portes sont faites pour être fermées »
  - « il faut être à l'heure quand on a un rendez-vous »
  - « une lettre à un client ne doit contenir aucune erreur »
  - « il ne faut pas aller sur un chantier sans casque »

***ATTENTION : il existe des échelles de valeurs !!!***

- si exagération
  - le Parent Critique est négatif, excessif, disproportionné, voire néfaste
  - Son comportement peut être ainsi :
    - Affirmer son opinion politique, en étant sûr d'avoir raison : « ce candidat est lamentable, son programme est nul »
    - Montrer à quelqu'un comment faire « tu fais comme ça et tu mets ça là »



- Aime mais (parce que) a besoin d'être aimé  
→ Peut « étouffer »...
- Sans exagération
  - Apporte beaucoup d'amour, d'amitié et de réconfort
  - Est souvent « le confident »

### Tableau de reconnaissance

Comportement Général	Aidant, réconfortant, empruntés aux parents, aux figures parentales
Attitudes Physiques	Gestes d'accueil et d'ouverture, bras ouverts, souriant, regarde quelqu'un travaillé face à lui, penché en avant, attitude enveloppante
Voix	Apaisante, chaleureuse, réconfortante, douce, protectrice
Mots	Sécurité, protection, conseil, magnifique, très bien, confiance, aide, accueil, soutien
Contenu	Recettes ou façon de faire, habitudes, traditions
Monologue intérieur positif négatif	J'aime m'occuper des autres, je suis utile, je fais du bien Après tout ce que j'ai fait pour eux !!!
Avantages	Donne la permission de vivre et croître Il conseille, protège, soutient Crée les conditions nécessaires à l'épanouissement → d'où apparition d'un véritable adulte
Inconvénients	Sa générosité peut devenir « impitoyable » (mère/enfant) Peut empêcher l'épanouissement de l'autre (étouffe...) Au lieu de sauver l'autre, il peut « l'enfoncer » encore plus...

## B. Le positionnement « Adulte »

- il collecte les informations nécessaires, internes ou externes; il les analyse, tire des conclusions rationnelles et détermine des probabilités
- il est dans le domaine du « PENSE »
- il excelle dans :
  - Les processus
  - Les méthodes
  - Les moyens
- il peut penser que :
  - « si la demande des clients reste à ce niveau, les stocks seront épuisés dans 3 jours »
  - « compte tenu de tous ces paramètres, la solution sera apportée au plus tard en mars »
  - « 1 + 1 fait toujours 2 (la terre est plate – Espagne au 13<sup>ème</sup> siècle) »





# ENFANT SPONTANE

- Il dit « ce qu'il veut quand il veut »
  
- il exprime, sous forme de mouvements physiques et d'émotions, ses propres besoins, en réaction directe au plaisir et à la souffrance
  - ➔ à la fois à son service et à ses dépends...
  
- il est gouverné par 4 émotions fondamentales :
  - La peur
  - La tristesse
  - La colère
  - La joie



## ENFANT SPONTANE

### Tableau de reconnaissance

Comportement Général	Libre, spontané, naturel, semblable à la petite enfance Tient peu compte des contraintes de l'environnement social
Attitudes Physiques	Aimant s'amuser, bouger, explorer, créer, langage corporel varié, peur de pudeur physique, saute, applaudit, regard direct, très expressif, vit toutes ses sensations,
Voix	Haute, libre, énergique, spontanée, fluctuante, parlant vite, excitée
Mots	Chic, beurk, ouais, m..., zut, chouette, c'est bon....
Contenu	Basé sur les sensations (plaisir et souffrance) et sur les émotions (joie, peur, colère, tristesse)
Monologue intérieur	Positifs ou négatifs suivant l'émotion ressentie au regard de la situation
Avantages	Source de toute énergie et de tout plaisir C'est la base biologique sur laquelle s'édifie toute la personnalité
Inconvénients	Peut être, parfois, un Enfant sauvage... S'il n'arrive pas à se contrôler, il peut devenir asocial... Il peut blesser car il ne tient pas toujours compte de la réalité sociale...



# ENFANT ADAPTE

- Il est sous l'influence d'un Parent
- il « masque et régularise » les pulsions de l'Enfant Spontané
  - ➔ Il permet donc l'intégration au sein d'un groupe
- il est « terriblement » conscient du regard des autres, comme s'il pesait sur lui
- à cause de cette pression, réelle ou imaginaire, l'Enfant Adapté peut avoir 2 attitudes différentes :
  - ➔ il se soumet (Enfant Adapté Soumis)      EAS
  - ➔ il se rebelle (Enfant Adapté Rebelle)      EAR



## ENFANT ADAPTE SOUMIS

### Tableau de reconnaissance

Comportement Général	Réagit en soumission aux figures parentales et institutions
Attitudes Physiques	Soumise, tenant compte des autres pour les mettre à l'aise (attention à la Sur adaptation..), lève le doigt pour parler, respectueux, tête incliné, charmeur, recherche l'approbation
Voix	Douce, inaudible, respectueuse, raisonnable, plaintive, hésitante
Mots	Timide, coupable, honte, essayer, petit
Contenu	Savoir-vivre, sentiments, reflexes conditionnés
Monologue intérieur	Il ne faut pas exagérer, évitons de faire des vagues, l'essentiel c'est de s'entendre, ça ne sert à rien de se faire remarquer
Avantages	Intègre les automatismes sociaux utiles pour la vie en société
Inconvénients	L'excès de soumission mène à l'indécision, au trouble



## ENFANT ADAPTE REBELLE

### Tableau de reconnaissance

Comportement Général	Réagit en opposition aux figures parentales et institutions
Attitudes Physiques	Rebelle, tenant compte des autres en se révoltant (voire jusqu'à la violence), coupe la parole, élève la voix, sourire malicieux, parfois grossier, répond du tac au tac, transgresse, débit rapide
Voix	Violente, énergique, forte, rageuse
Mots	Fier, oser, droit
Contenu	Réflexes conditionnés et sentiments
Monologue intérieur	C'est toujours pareils mais je vais me défendre, je vais leur montrer, ils n'ont pas le droit, c'est un abus de pouvoir, pas question de me laisser marcher dessus
Avantages	Protège l'Enfant face aux excès du Pouvoir
Inconvénients	L'excès de rébellion mène à l'agitation, ou à la violence, qui peut se retourner contre elle-même



## ENFANT CREATEUR

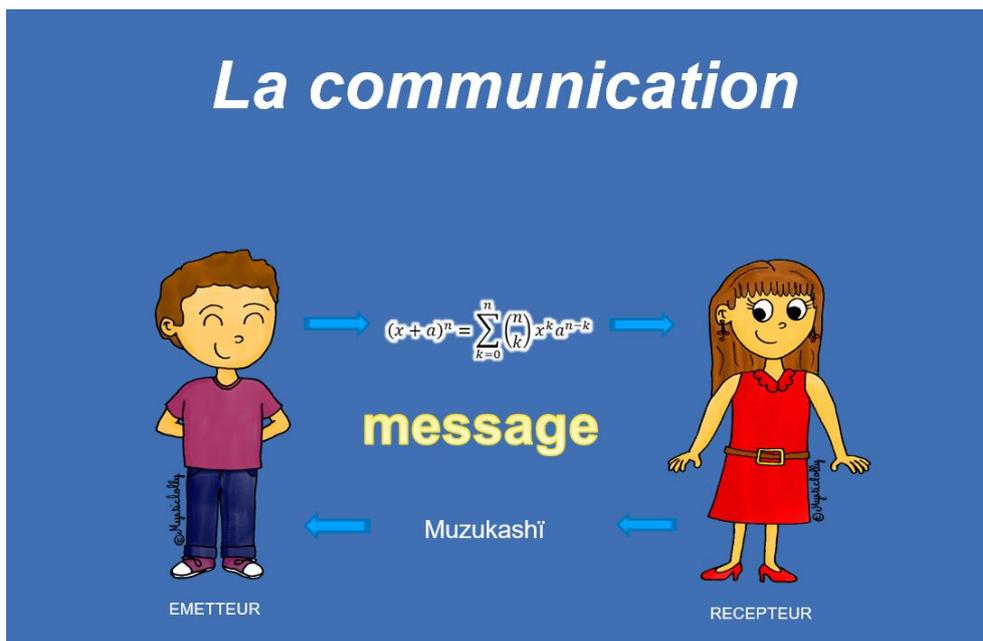
- C'est une source vive de créativité et d'innovation
- sa pensée est « intuitive » et donc,
  - ➔ le côté « rationnel » du Parent Critique et Nourricier a peu de prise sur l'Enfant Créateur
- il a une relation très aigüe en tout ce qui concerne les relations interpersonnelles
  - ➔ souvent utilisé comme « poisson pilote » dans le domaine relationnel



## II. La connaissance de l'Autre et les freins à la communication

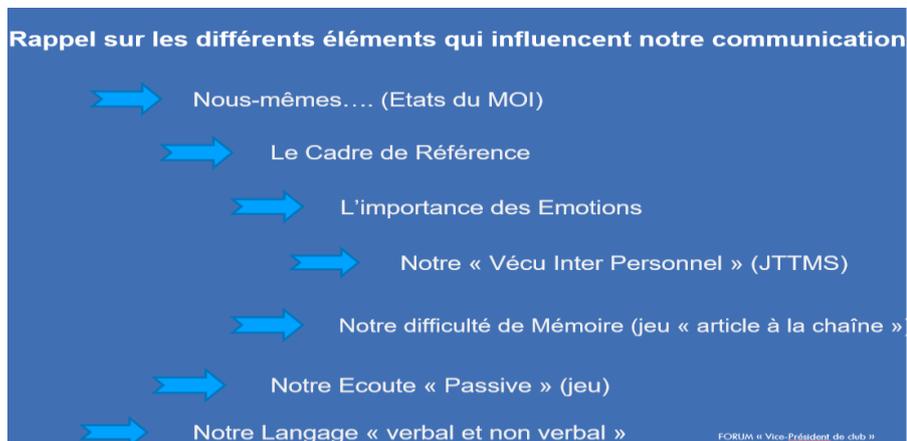
Le Savoir-Être marche toujours sur ses 2 jambes... Après avoir appris à « se connaître », il nous faut, pour bien communiquer, faire connaissance avec l'Autre. Et si la communication paraît simple, on a souvent tendance à oublier qu'il y a certains freins qui « polluent » notre communication.

### A. Qu'est-ce que la Communication ?

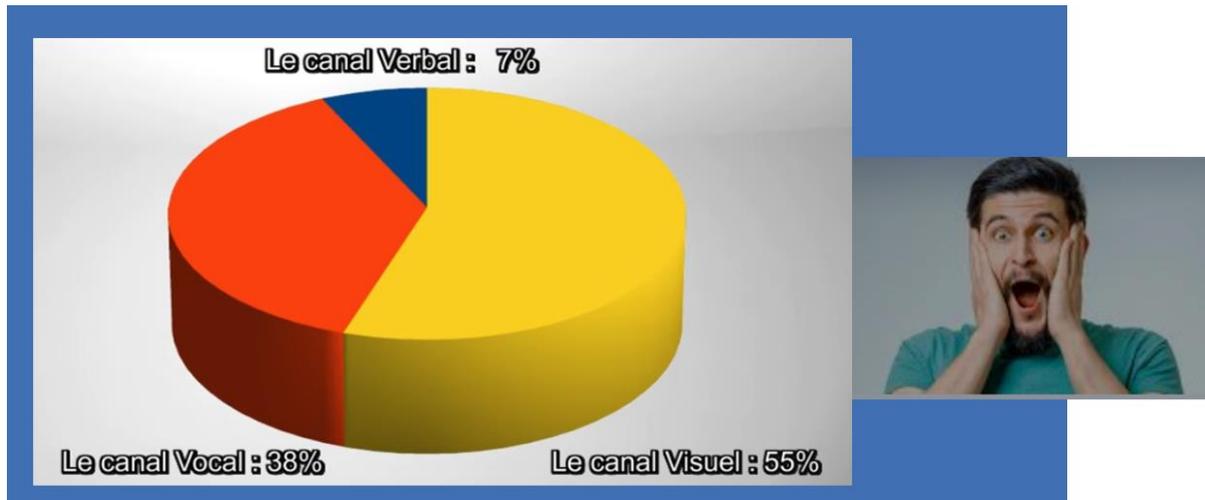


- Un émetteur (vous)
- Un récepteur (celui à qui vous parlez)
- Un message

### B. Quels sont les freins à la Communication ?



**c. Quel est l'importance du « non-verbal » dans la communication ?**



**d. Quel est le bon chemin vers « l'ouverture » ?**

