

## Connaissance de soi Descriptif de module

**Par souci de lisibilité le présent document est rédigé au masculin, mais s'applique indifféremment aux femmes et aux hommes.**

Compétence	La personne candidate reflète de manière critique ses expériences en tant que cadre ou en tant que subordonné.
Attestation de la compétence	La compétence requise est démontrée au travers d'un document écrit qui reflète les réflexions personnelles et les conclusions qui en ont été tirées, sur la base d'exemples personnels.
Objectifs pédagogiques	<p>La personne candidate:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>– est consciente des expériences qui l'ont marquée en tant que cadre ou en tant que subordonné</li><li>– est consciente de son attitude / position en tant que cadre ou en tant que subordonné</li><li>– connaît son image de soi et peut admettre l'image que les autres ont d'elle</li><li>– reconnaît ses modèles de comportement, sait comment elle se comporte et cherche à améliorer son comportement</li><li>– reconnaît ses forces et ses faiblesses en tant que cadre ou en tant que subordonné et essaie de corriger ses faiblesses et d'augmenter ses forces</li><li>– est consciente de sa capacité à assumer des responsabilités et à prendre des risques, ainsi que de son comportement décisionnel en tant que cadre ou en tant que subordonné, et est en mesure d'adapter son comportement en fonction de la situation</li><li>– reconnaît les limites de sa résistance et prend de son propre chef des mesures individuelles pour maîtriser le stress</li><li>– transfère les enseignements essentiels de sa réflexion dans ses activités</li></ul>
Validation	Le module est reconnu par l'Association Suisse pour la Formation des Cadres SVF-ASFC lors d'un examen intermédiaire partiel menant au brevet fédéral de spécialiste de la conduite d'un groupe.
Forme de l'offre	Libre
Contenus	<ul style="list-style-type: none"><li>– expériences marquantes vécues en tant que cadre ou subordonné</li><li>– valeurs, éléments de motivation et objectifs en tant que cadre ou subordonné</li></ul>

- image de soi et image que les autres ont de soi / acceptation de l'image que les autres se font de soi / aire aveugle ou angle mort
- modèles de comportement / changements de comportement
- profil des forces et faiblesses en tant que cadre ou subordonné
- capacité à assumer des responsabilités, à prendre des risques, et comportement décisionnel en tant que cadre ou subordonné / amélioration du comportement décisionnel
- résistance / résistance au stress / mesures pour maîtriser le stress
- plan de développement pour améliorer le profil personnel
- transfert des enseignements essentiels de la réflexion par le biais d'un plan d'action

Durée de l'apprentissage

60 heures d'apprentissage dont 30 heures de cours

Validité

pour l'admission à l'examen professionnel fédéral

5 ans à partir de la réussite du module

Remarques

La durée du temps d'apprentissage est donnée à titre indicatif, comme recommandation destinée aux prestataires de formation.

Pour permettre la connaissance de soi / faire une analyse de la personnalité, il conviendrait d'employer un modèle admis, respectivement une méthode reconnue.

La tenue ainsi que la mise à jour d'un journal d'apprentissage sont recommandées.

En matière d'attestation de compétences, font foi:

- les Directives actuelles sur les examens modulaires et l'octroi des attestations de modules propres à la formation des cadres SVF-ASFC
- le fil rouge relatif à l'attestation des compétences concernant les modules en leadership (niveau 1) dans le cadre de la formation des cadres SVF-ASFC.