

## Source d'inspirations et cadre de référence du jeu des COcréations **numéro 4** :

### ■ Nos forces



#### ***De quoi s'agit-il ?***

Nous sommes trop souvent focalisés sur nos faiblesses, nos axes d'amélioration, nos marges de progression. Or, c'est plutôt en sachant mieux nous appuyer sur nos forces que nous pouvons réussir efficacement dans nos projets ou surmonter les obstacles de la vie. Nos forces constituent des points d'appui immédiatement disponibles et utilisables, pourquoi donc les mettre au second plan ?

Face à des projets, pourquoi se focaliser sur ce qui nous manque plutôt que de déployer ce que nous avons déjà en nous ?

De plus, derrière une prétendue « faiblesse » se cache toujours une force potentielle qui ne demande qu'à être apprivoisée ou mieux utilisée.

Plusieurs modèles proposent d'aller à la découverte de nos forces, comme le MBTI ou les forces de caractère de Martin Seligman et Christopher Peterson. Nous vous proposons ci-après une liste de forces inspirées du modèle « Strengths Finder ».

Mais qu'est-ce que donc « Strengths Finder » ? Ce modèle a été développé par Donald O. Clifton, psychologue éducateur auteur chercheur entrepreneur, dans le cadre de ses travaux de recherche à l'institut Gallup. Il est un des fondateurs de la psychologie positive dont le modèle « Strengths Finder » est une des multiples composantes.

« Strengths Finder », mis au point au début des années 2000, basé sur l'énorme base de données et d'études qualitatives autour du management accumulée par Gallup, a eu

comme objectif de modéliser petit à petit les caractéristiques distinctives des personnes en situation de réussite et d'excellence.

L'outil « Strengths Finder » permet d'identifier ses talents naturels et de développer ses points forts. C'est un référentiel riche, avec ses 34 talents « de base », qui permet à la fois de rendre compte de la diversité des talents humains, et de les partager au sein d'une équipe ou d'un collectif.

Le test ayant été déployé auprès de 16 millions de personnes, Gallup a pu démontrer, chiffres indiscutables à l'appui, que le fait d'utiliser ses forces et de s'appuyer sur ses talents a un effet très significatif sur le bien-être et l'efficacité des personnes.

### ***Mais qu'appelle-t-on force ?***

La force est définie comme le résultat d'une équation : talent x investissement = force. Elle est la capacité de démontrer de façon constante un haut niveau d'efficacité ou de réalisation sur la caractéristique concernée.

L'équation inclut donc la notion de talent, que Clifton définit comme une caractéristique « innée ». Le postulat est que très jeunes, nous pouvons démontrer une facilité naturelle à faire ou démontrer certaines choses d'une façon remarquable. Ce talent peut donc devenir une force si l'on sait l'entretenir et le développer, et c'est là que l'on complète l'équation !

Clifton nous propose donc d'oublier la maxime « Quand on veut, on peut », et de plutôt chercher à « Devenir encore plus ce que nous sommes déjà ».

Nous vous proposons ci-après 25 forces, inspirées de « Strengths Finder » :

### ***Vous les retrouvez sur les cartes Méga Fort :***

#### **1. Réalisateur**

Concrétise, réalise, produit, va jusqu'au bout, recherche continuellement à accomplir de nouvelles choses.

#### **2. Responsable**

Responsable de ses actions, pensées et intentions, il a une grande faculté à s'engager et réaliser ses engagements.

#### **3. Studieux**

Gourmand de toutes les formes et opportunités d'apprentissage. Attiré plus par le processus d'apprentissage que par le résultat.

#### **4. Relationnel**

Capable de créer des relations approfondies de réelle intimité avec ses proches.

#### **5. Stratège**

Capable de trouver rapidement les modèles et les chemins pertinents et appropriés pour atteindre des objectifs.

## **6. Recherche l'harmonie**

Recherche le cadre commun. Facilite l'obtention d'un consensus ou d'un compromis. Trouve les terrains d'entente.

## **7. Empathique**

Comprend les autres et sait se mettre à leur place. Capte leurs émotions et décrypte les non-dits, pour mettre le doigt sur leur besoin.

## **8. Orienté solution**

Analyse les problèmes, pose le diagnostic et trouve la solution.

## **9. Adaptable**

Vit dans l'instant. Surfe sur la vague. Est souple, réactif. Répond facilement aux demandes impromptues.

## **10. Positif**

Souriant et positif, il fête les succès et les réalisations, il développe un enthousiasme contagieux.

## **11. Développeur**

Repère et cultive le potentiel des autres, pour les développer et les amener au succès.

## **12. Maximaliste**

Recherche et vise l'excellence pour lui, attiré par l'excellence des autres, qu'il stimule.

## **13. M./Mme Idées !**

Trouve de nouvelles idées et relie les idées. Découvre ou développe facilement des concepts.

## **14. Communicant**

Explique, décrit, aime recevoir et parler en public. Il conte et raconte.

## **15. Analyste**

Logique et rigoureux pour comprendre en validant les informations. Prend le temps de l'analyse méthodique de tous les facteurs et de leurs conséquences.

## **16. Futuriste**

Rêveur. Imagine le futur et les possibilités. Développe des visions du futur pour se mettre en énergie.

## **17. Introspectif**

Introverti, donnant le meilleur de lui dans des moments d'introspection. Utilisation de son mental pour ses sujets de prédilection, de nature intellectuelle.

### **18. Charismatique**

Il a un talent pour rencontrer de nouvelles personnes et les relier à sa cause, réseauter, s'inclure dans des grands groupes.

### **19. Convaincu**

Clair et ferme sur ses valeurs. Recherche continue d'alignement par rapport à ses valeurs, et donc le sens de son action.

### **20. Prudent**

Regarde les risques pour mieux les anticiper. Anticipe les obstacles et construit des « plans B ».

### **21. Centré**

Fixe ses objectifs et s'en tient à cela. Gère ses priorités en lien avec ses objectifs. Reste centré sur ses priorités, quels que soient les événements.

### **22. Discipliné**

Organise, planifie, définit et tient les échéances, construit des jalons à court/moyen terme à partir des plans à long terme. Besoin d'ordre et de routines.

### **23. Sûr de soi**

Croit en lui et ses forces, ses capacités et ses jugements. Ose agir. Rassure par ses certitudes.

### **24. Aux commandes**

Prend en charge. Prend le contrôle et les décisions. Sait convaincre, et se confronter pour faire accepter ses vues.

### **25. Connecté**

Rien n'est dû au hasard. Il pense que nous sommes tous connectés à quelque chose de plus grand que nous ! Sa devise est : Rassemblons-nous et unissons-nous !

### ***Pourquoi nous aimons ?***

Parce que nous sommes des ardents défenseurs de la psychologie positive. Dans la psychologie positive, l'attention est portée aux réussites, aux talents, en bref, à ce qui marche et uniquement cela, en faisant le postulat que les problèmes se résolvent souvent d'eux-mêmes lorsque l'on se concentre sur le fait de reproduire le positif, et de capitaliser dessus, de travailler à atteindre l'objectif plutôt qu'à résoudre le problème (sachant que le problème et l'objectif sont les deux faces d'une même pièce). De plus, cela développe le niveau d'engagement et d'énergie, et du coup, l'efficacité de toutes nos entreprises.

### **Exercice**

Passez le test, tout simplement ! (voir ci-dessous).

Lisez le livret pour mieux comprendre vos forces, et aussi les forces de vos proches. Si vous avez des enfants, identifiez leurs forces et accompagnez-les pour qu'ils aient encore plus d'opportunités de les démontrer.

### **Liens avec le Jeu**

Dans le jeu, vous utiliserez nos 25 forces + 1 dans le chemin des COcréations, lors de l'Étape 4. Vous aurez à donner un feed-back au Turlupin en choisissant certaines de ses forces, qui représentent, pour elle/lui, un point d'appui essentiel pour atteindre son objectif.

Chaque force poussée à l'extrême est également une faiblesse, elle peut être à l'origine de la préoccupation du Turlupin.

Par exemple, *je suis constamment insatisfait de ce que je fais ou de ce que les autres font car je suis MAXIMALISTE* (carte force 12). Une des suggestions des coéquipiers sera sans doute : « Regarde tout ce que tu as déjà fait et apprécie, avant de te remettre à exiger le meilleur de toi et des autres ! » Et aussi, « Merci pour le booster que tu es pour nous tous ! »

La 26<sup>e</sup> carte Méga Fort est vide de texte, elle vous permet ainsi de faire un feed-back de votre choix sur une force du Turlupin que vous avez identifiée, et qui ne fait pas partie des 25.