

*« Le leadership n'est pas un rang ou une position, c'est un choix – le choix de prendre soin de la personne à notre gauche & de la personne à notre droite » - S. Sinek*



**Développement du leadership de pleine  
conscience du changement –  
programme pilote de huit semaines  
offert en anglais en 2021**

**Mars 2022**



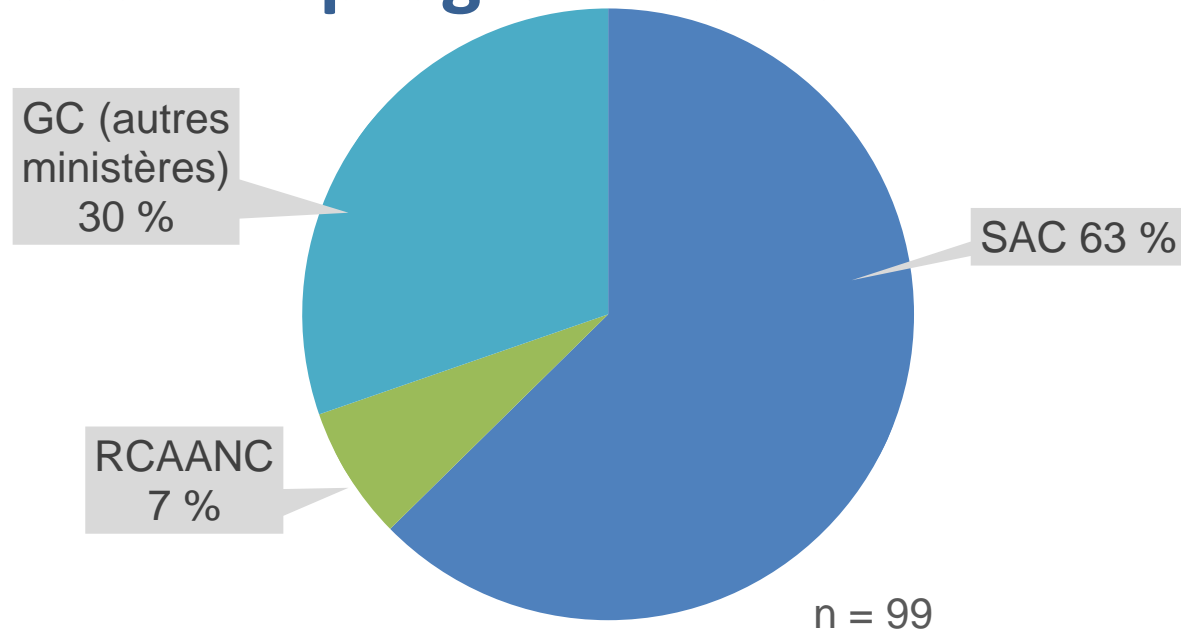
# Objectif du programme de développement du leadership de pleine conscience du changement (DLPCC)

Le programme de DLPCC a pour but d'améliorer la conscience de soi par l'acquisition de compétences clés, à savoir l'attention, la clarté d'esprit, la créativité et la compassion au service d'autrui. Il permet aussi d'améliorer le bien-être et de renforcer la résilience.



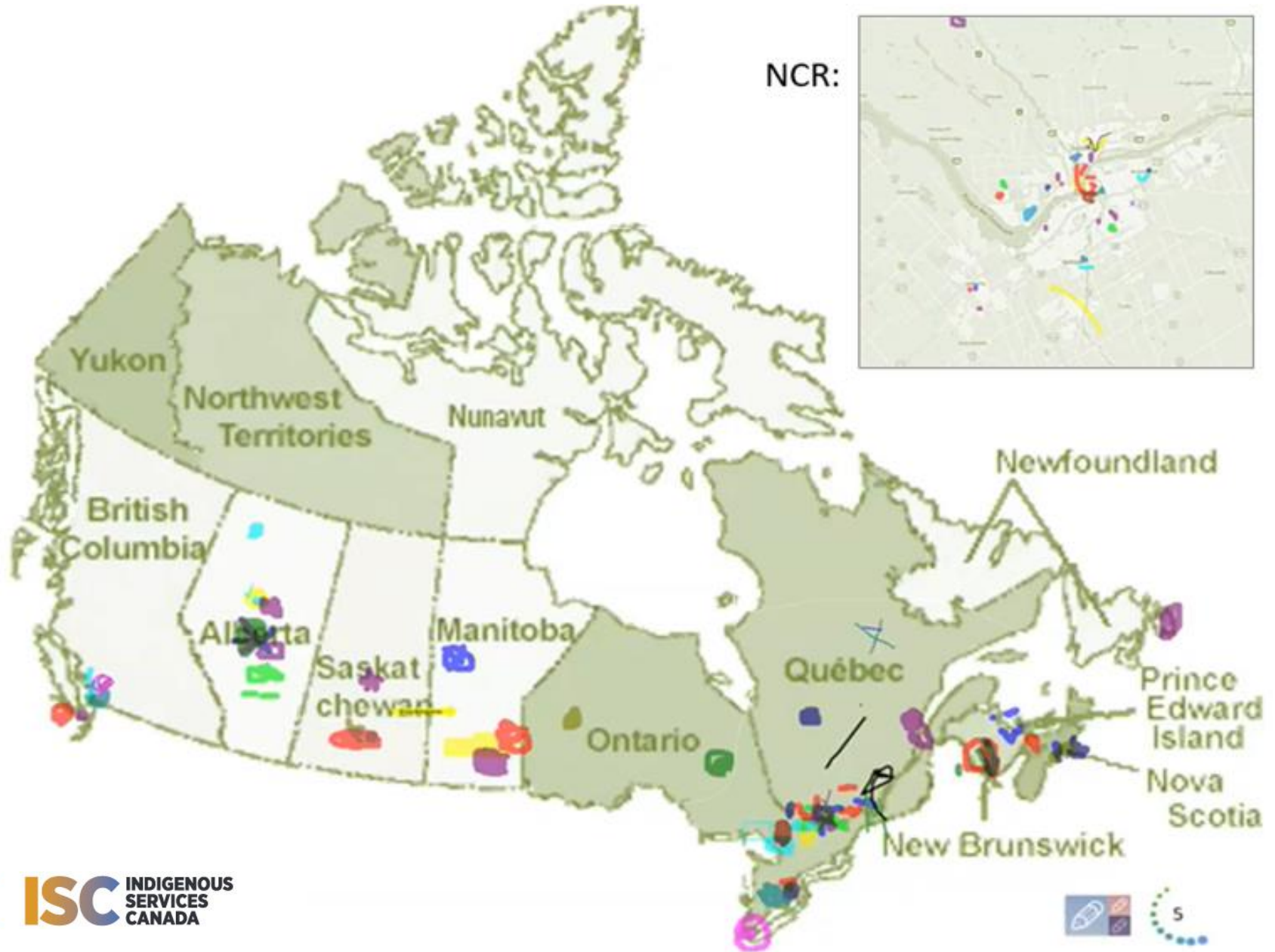
*« Les personnes qui cultivent l'état de pleine conscience sont plus résilientes, ce qui accroît leur degré de satisfaction à l'égard de leur vie. » – ScienceDirect*

# Faits saillants sur le programme de DLPCC

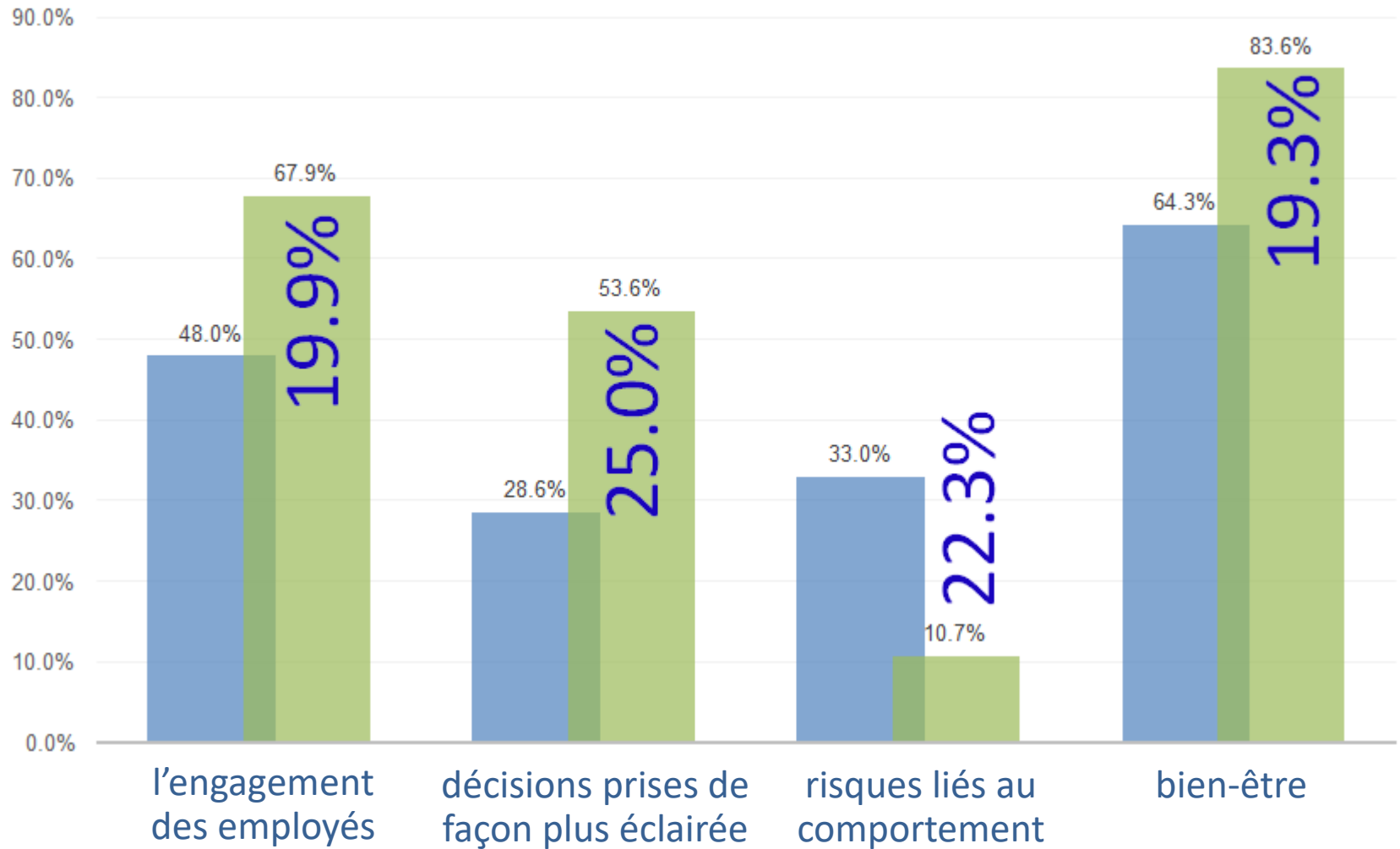


- ✓ Le programme a été offert d'avril à juin 2021, à raison d'une fois par semaine.
- ✓ L'invitation a été envoyée à Services aux Autochtones Canada (SAC), à Relations Couronne-Autochtones et Affaires du Nord Canada (RCAANC) et à tous les autres ministères du gouvernement du Canada (GC).
- ✓ 99 évaluations préliminaires ont été reçues.
- ✓ 68 participants de l'ensemble du Canada ont suivi le programme.

# Carte des participants à la première séance du programme



# Principaux résultats du programme de DLPCC



# Témoignages sur le programme de DLPCC

- ✓ « ...en quelque sorte, l'effort que vous consacrez afin de **trouver en vous-même le remède... est un investissement très précieux.** » – l'Aîné Malcom Saulis
- ✓ « Ce cours est extrêmement efficace et révélateur... Il **m'aide vraiment à me forger une perception des relations que j'entretiens avec mon personnel...** j'ai adoré. » – participant
- ✓ « Cette expérience était très marquante, vraiment intéressante et riche en révélations. J'ai beaucoup appris sur moi-même. Les exercices étaient pertinents et me permettent d'être plus productif et **plus présent dans mes rapports avec mes collègues et aussi avec ma famille.** » – participant
- ✓ « Il s'agit d'une **expérience d'apprentissage extrêmement intéressante, percutante et authentique.** Selon moi, la participation au programme devrait être fortement recommandée (plutôt qu'obligatoire). » – participant
- ✓ « Merci, Alejandro, de nous avoir donné cette précieuse occasion de nous dépasser en tant que personnes et que professionnels. **Il s'agit d'un complément important au processus de transformation que nous avons entrepris à SAC.** » – participant



# Quelle est la compétence la mieux améliorée pendant le PDLPCC ?

Assurance  
Présent dans le moment  
Relaxant  
Harmonie  
Connection  
respiration pleine-conscience  
conscience  
Réflexion  
Du pouvoir spirituel  
Concentration  
Patience  
Gratitude  
journalisation  
Clarté  
calme  
Présence  
souffle  
compassion  
Auto-Compassion  
Paix  
méditation  
l'écoute  
Gentillesse  
Confiant  
respiration centrée  
POSITIVITÉ





# Prochaines étapes concernant le DLPCC

(pas nécessairement dans l'ordre indiqué)



- ✓ Traduire les documents du programme en français.
- ✓ Offrir le programme en anglais tout en mentorant 12 des anciens participants qui ont exprimé leur intérêt à donner conjointement des séances (7 anglophones; 5 bilingues).
- ✓ Offrir le programme en français en collaboration.
- ✓ Élaborer une séance mensuelle en adaptant le programme actuel.
- ✓ Offrir une séance hebdomadaire ouverte, de manière à appuyer l'exercice du leadership de pleine conscience.
  - ✓ En collaboration avec le Comité de bien-être de la Colombie-Britannique, nous offrons maintenant aux employés des séances hebdomadaires sur la pleine conscience afin qu'ils continuent de mettre cette compétence en pratique.
- ✓ Offrir de nouveau le programme en anglais, probablement du 21 avril au 9 juin 2022.

# Éléments nécessaires à la réussite du programme



- ✓ Participation volontaire
- ✓ Soutien de la direction