



Valoriser les talents

Durée : 1 jour

Module pédagogique : Coaching individuel

**Module de 2 jours en Inter-Entreprises
Intra-entreprise - Groupe limité à 8 participants**

Descriptif

- Auto analyse du profil comportemental du stagiaire et de ses besoins
- Exercices pratiques et ludiques, relaxation, mises en situations comportementales
- Développement du potentiel créatif
- Ecoute active et Feed back. Analyse de la pratique

Public

Dirigeants, managers, assistant(e)s, commerciaux, technicien(ne)s , tout collaborateur

Pré-requis

Pas de pré-requis

Outils

Coaching, Théâtre spontané : jeux de rôles, mises en situations, respiration, méditation de pleine conscience, Psychologie positive, Psychologie transpersonnelle (modèle d'inspiration de PNL, AT, CNV, Energétique, Pédagogie active spontanée, Verbal - non verbal, Mentorat)

Objectifs

- Améliorer sa communication relationnelle
- Favoriser le savoir être et adapter sa posture en fonction des interlocuteurs
- Augmenter sa capacité et sa productivité, incarner sa fonction, oser la performance

Mieux se connaître

- Développer son savoir être, prendre sa juste place, équilibre personnel et émotionnel
- Connaissance de soi, discerner ses différentes sous personnalités (facettes)
- Gagner en estime de soi et confiance en soi
- Renforcer son intériorité et augmenter son énergie
- Management bienveillant pour une meilleure cohésion d'équipe
- Valoriser le leadership féminin, oser s'affirmer

Communication et relation

- Compétences relationnelles, lâcher prise et pouvoir personnel
- Optimiser la relation client pour une communication harmonieuse
- Accroître son potentiel créatif et intuitif, visualisation créatrice
- Identifier les freins relationnels, libérer son potentiel et jeux de rôles
- Relaxation, méditation de pleine conscience
- Le pouvoir de l'intention et de l'intuition

Feed back, auto diagnostic