

Formation

2012

Si nous restons spectateurs de ce que nous vivons, il peut arriver que nous perdions confiance en nous ou que nous soyons en désaccord avec nous-mêmes. La méthode Schutz, au travers d'une meilleure connaissance de soi et des autres, propose à chacun de faire des choix conscients pour gagner en confiance en soi et en harmonie au travail.

Durée : 5 jour(s)

Tarif : 1650,00 € HT / personne

Tarif Intra : Nous contacter

PUBLIC

Toute personne souhaitant faire évoluer son mode relationnel, le re-dynamiser en y prenant une part active ; prendre confiance en ses potentialités, en ses capacités à faire des choix justes.

OBJECTIFS

- Accroître sa lucidité sur ses propres comportements dans ses relations professionnelles.
- Découvrir l'art d'établir des relations de confiance.
- Accroître l'authenticité de sa relation aux autres.
- Prendre une part active dans l'analyse des dysfonctionnements de l'équipe, se responsabiliser.

FORMATEUR(S)

Fanny PEYRARD

- Diplômée ESC.
- Spécialiste en développement personnel en entreprise depuis 15 ans.
- Master PNL appliquée à la communication et aux relations en entreprise.
- Certifiée par W.Schutz (The Human Element).
- Thérapeute Psychocorporel

METHODE ET CONTENU PEDAGOGIQUE

Le stage propose en alternance des auto-diagnostics, des échanges en groupe, des visualisations guidées, des exercices et des mises en situation.

La méthode délibérément interactive incite au dialogue, à l'écoute et au partage émotionnel et intellectuel.

1. Accroître sa lucidité et sa relation à soi même

- Observer ses propres comportements et repérer ses motivations profondes.
- Dépister ses sentiments cachés vis-à-vis des personnes de l'équipe et pouvoir les exprimer.

2. Gagner en souplesse relationnelle

- Décoder et comprendre les autres dans leurs comportements.
- Accepter que leurs sentiments soient exprimés avec authenticité.

3. Accroître la confiance en soi

- Repérer l'image de soi et l'orienter vers une image positive.
- Développer son sentiment d'importance et de compétence pour accroître son estime de soi et celle des autres.

4. Pointer et analyser les dysfonctionnements

- Repérer les mécanismes de défense.
- Repérer les freins et les résistances potentielles.

5. Développer sa flexibilité et induire celle des membres de son équipe

- Dépasser les différences et les accepter.
- Se responsabiliser et savoir développer la responsabilisation.
- Favoriser la mise en oeuvre des décisions et assumer un rôle de leader.

SESSIONS

Contactez nous