

Objectifs

- Augmenter la connaissance et la conscience de soi
- Optimiser son énergie et ses talents
- Anticiper et gérer les comportements sous stress pour restaurer notre potentiel
- Identifier et réfléchir à nos messages contraignants pour entamer le processus de changement.

Public Visé

Toute personne désirant améliorer sa connaissance de soi et sa gestion du temps

Pré Requis

Réalisation d'un inventaire de personnalité pour chaque participant
De plus, pour offrir les meilleures conditions de réussite, nous préconisons de savoir lire, écrire et parler la langue française.

Pour rappel :

Le stagiaire doit être âgé de 18ans (sauf dérogation).

Modalités d'entrée en formation

Demander un devis :

Par téléphone : 04 72 79 05 82

Par mail : adv@alyence-groupe.com

Sur notre site internet : www.alyence.com

L'accès en formation se fait dès la contractualisation et selon les disponibilités.

Objectifs pédagogiques et d'évaluation

Augmenter la connaissance et la conscience de soi.
Optimiser son énergie et ses talents.
Anticiper et gérer les comportements sous stress pour restaurer notre potentiel.
Identifier et réfléchir à nos messages contraignants pour entamer le processus de changement.

Méthodes pédagogiques

Formation - action impliquante : les 3/4 du temps de cette formation sont consacrés à des exercices faisant appel à une participation active des stagiaires

Livret participant : activités d'apprentissage et supports visuels

Parcours pédagogique

CONNAISSANCE DE SOI ET DU CLIENT :

- Règles déontologiques et éthique du modèle Process Communication Approche du modèle Process Communication : Les 6 types de personnalités
- Repérer la base et la phase de votre structure de personnalité et vos besoins psychologiques associés Remise du profil de personnalité aux participants

LES TYPES DE PERSONNALITÉ ET RAPPORT AU TEMPS :

- Le type Empathique ou comment dire oui sans se sacrifier
- Le type Travaillomane ou le temps comme une ressource et un repère
- Le type Persévérant ou l'engagement en accord avec ses convictions et ses opinions
- Le type Rêveur ou la transformation de son imagination en action
- Le type Promoteur ou la puissance de l'action
- Le type Rebelle ou l'utilisation originale du temps pour l'expression de sa créativité

VOTRE COMPORTEMENT ET ORGANISATION SOUS STRESS :

- Explorer les comportements sous stress des différents types de personnalités
- La séquence d'échec et les scénarios d'échec qui guident notre comportement

Qualification Intervenant-e-s

Formateurs certifiés spécialisés dans les formations managériales

Méthodes et modalités d'évaluation

- Formation en présentiel ou Mixte
- Évaluation formative basée sur des mises en situation tout au long de la formation
- Délivrance d'une attestation de fin de formation et d'un certificat de réalisation
- Évaluation à chaud pour mesurer la satisfaction stagiaire
- Évaluation à froid 10 jours après la formation

Modalités d'accessibilité handicap

Pour les personnes en situation de handicap, un accompagnement spécifique peut être envisagé afin de faciliter le parcours



Durée

14.00 Heures

2

Jours

Effectif

De 3 à 6 Personnes