AMOUR DE SOI ET LEADERSHIP

par Eric PERRET

FORMATEUR/TRICE

61 ans, coach accrédité EIA, co-gérant du cabinet Renaissance depuis12 ans (coaching individuel et d'équipe, ateliers management, communication et développement personnel).

Auparavant, un parcours de 20 ans en direction commerciale et marketing en entreprises.

Auteur du livre « Osez l'amour de soi – au travail aussi » publié chez InterEditions/Dunod en 2014.

Ancien Délégué National du CJD.

OBJECTIFS, BENEFICES

• Développer cette force interne, universelle, généreuse et contagieuse qu'est l'amour-de-soi,

• Tendre vers un « soi accompli », base de l'être-bien, à l'opposé d'un « ego » - ce « petit soi » qui cherche à nous piloter,

• Développer l'estime, la confiance et la réalisation de soi pour travailler avec sérénité, générer plus de bonheur et d'épanouissement,

• Se sentir plus à l'aise pour avancer dans l'univers complexe dans lequel nous vivons en entreprise.

CONTENU, PROGRAMME

Pour les dirigeants et managers qui veulent quitter un mode « autoritaire » pour aller vers plus de coopération, mode qui réclame un très bon équilibre avec soi-même ; qui veulent introduire la notion « d'être-bien » en complément de celle du « bien-être », dans leur équipe. Aux personnes qui se sentent en « transition » ; qui veulent clarifier certaines choses en elles, s'alléger, aller vers plus de sérénité ; qui se posent des questions sur leur futur, ou ont le sentiment diffus de passer à côté de quelque chose.

• Quel est le lien entre égoïsme / égocentrisme / narcissisme et amour de soi ?

• L'importance de l'amour-de-soi pour avancer à l'aise dans ce monde complexe dans lequel nous sommes, y compris dans le monde professionnel ; les freins culturels à s'aimer-soi.

• La présentation du modèle « Aimez-Vous » qui crée un lien entre les notions suivantes : acceptation de soi–affirmation de soi-confiance en soi–conscience de soi-dépassement de soi-détachement de soi–estime de soi-idéal de vie et de soi–réalisation de soi–vision et projet de vie, et leadership. Elles forment les 8 étapes et les 3 balises-repères du chemin qui sera parcouru dans sa totalité.

• Les 3 paliers du développement de la conscience : de « l'ego », ce « petit-soi » qui cherche à nous piloter, à un « Soi » puis un « Soi avec les autres ».

• Les 4 vies / identités que nous vivons en permanence avec leurs sous-identités et la confrontation entre les besoins et les contraintes dans chacune d'elle ; les 7 niveaux d'acceptation de soi.

• Le lien avec l'univers professionnel, avec son mode de management, en quoi être bien avec soi nous permet de développer notre efficacité, de mieux rayonner et de prendre de la hauteur

METHODE ET OUTILS PEDAGOGIQUES

L'atelier-formation s'appuie sur le modèle « Aimez-vous, s'aimer soi pour mieux aimer les autres et la vie ». Il s'appuie sur l'expérience et les ressentis de chacun.

FORUM JD NOVEMBRE 2018 | **2,5 jours 18 heures** | **660.00 € HT / 792.00 € TTC**