

DEPASSEMENT DE SOI

Repousser les limites de votre confiance !

par Julien MAUGEY

C'est une invitation à l'introversion et l'extraversion, à la réflexion et à l'action, à l'équilibre entre des moments de prise de recul et des moments d'envols que nous vous proposons.

Nous avançons dans la vie en nous appuyant sur les apprentissages de nos expériences, ce qui nous amène à développer des forces que nous vous proposons de mettre en lumière dans cet atelier. Cette formation sera aussi l'occasion d'aller au-delà de vos limites en termes de confiance et de communication.

Certaines activités peuvent contenir des risques si les consignes ne sont pas parfaitement respectées. Nous demanderons donc aux participants d'engager leur responsabilité car chacun est responsable de ses actes.

- Activités pour mettre en mouvement les équipes (qui peuvent être reproduites avec ses équipes)
- Mises en perspective individuelle, équipe et entreprise
- Méthode plan de réussite
- Activités à haut impact émotionnel donc facilitant les ancrages positifs
- Plan d'actions individuel

FORMATEUR/TRICE

Julien MAUGEY connecte son expertise pédagogique et ses expériences professionnelles pour offrir un accompagnement dans le développement des comportements professionnels et personnels. Ses expériences à l'international (consultant et formateur dans 10 pays et 3 continents) lui procurent un esprit vif, ouvert et créatif. Rôdé face à la diversité et au changement, il a su s'adapter aussi bien aux grandes entreprises qu'aux PME (5 ans dans un cabinet de formation orienté PME).

Julien MAUGEY est depuis 5 ans un entrepreneur passionné. Il est associé fondateur de Humanitud Formation et Coaching et associé à Orange d'Oc. Sa vocation est la découverte et l'expression du talent et son atout l'écoute et la créativité.

Signe particulier : la bienveillance !

OBJECTIFS, BENEFICES

Objectifs

- Diagnostic de son contexte actuel perso et pro (perspective temporelle et relationnelle)
- Identifier, définir et développer ses forces et ressources personnelles
- Dépasser ses limites pour développer sa confiance en soi et en les autres
- Construire un plan d'évolution inspirant, concret et réalisable

Bénéfices

- Une prise de recul sur son équilibre pro / perso et son modèle de fonctionnement
- Des résultats et un bénéfice directs
- Une prise de recul et une perspective sur ses activités professionnelles
- Un véritable shoot d'énergie !

CONTENU, PROGRAMME

- Diagnostic individuel sur ses essentiels et son expérience (passé - présent - futur)
- Identification de freins à ses envies
- Définition et développement de ses ressources personnelles et collectives
- Cartographie de ses ressources humaines
- Identification de son modèle de succès
- Activités impactantes et innovantes
- Plan de réussite individuel (perso, pro ou entreprise)

METHODE ET OUTILS PEDAGOGIQUES

- Engagement de responsabilité (à signer par tous les participants)
- Outil visual thinking
- Evaluation individuelle de ses croyances