

# DEPASSEMENT DE SOI

## Repousser les limites de votre confiance !

par Julien SOIVE

C'est une invitation à l'introversiion et l'extraversiion, 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 inspire confiance et fiabilité. Ses qualités d'écoute, d'observation et d'engagement lui confèrent un style d'animation unique et impactant ainsi qu'une forte capacité à interpeller. Ses expériences d'entrepreneur et de formateur lui permettent de s'adapter rapidement et d'accompagner le changement dans des environnements multiculturels. Julien collabore depuis plus de 6 ans avec des PME et multinationales sur le développement des comportements professionnels, gages de performance. Sa vocation pour le comportement et son naturel pragmatique lui octroient un talent pour la performance durable.

Signe particulier : l'enthousiasme pragmatique !

### 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

