

Programme de formation

Module 1 : découvrir le fonctionnement de sa personnalité et apprendre à s'en servir

Déclaration d'activité enregistrée sous le n°31 59 02318 59 auprès du préfet de région Nord Pas de Calais

Objectifs

A l'issue de ce premier module de formation, les participants auront acquis des techniques suffisantes pour utiliser le fonctionnement de leur personnalité, c'est-à-dire leurs ressources internes, afin de les aider à atteindre leurs objectifs personnels : performance, gestion des émotions, management ...

À l'issue du module 1, les stagiaires auront aussi tous les éléments en main pour comprendre comment fonctionne leur personnalité d'après ce modèle, ainsi que leurs motivations profondes derrière leurs comportements, pour les aider dans leurs relations aux autres et dans la communication.

Public cible

Tout collaborateur qui veut avoir une vision plus claire de ses compétences innées et de ses lacunes, trouver les ressources en lui qui l'aideront à atteindre des objectifs sous son contrôle, avoir des clés de lecture de son fonctionnement qui lui permettront d'appréhender de façon plus adaptée les relations et d'avoir une communication professionnelle plus efficace.

Toute équipe professionnelle qui souhaite que ses membres se connaissent et s'acceptent différemment, au-delà de ce que l'on peut voir ou interpréter spontanément des comportements extérieurs.

Programme

- Origine et historique du modèle
- Construction et utilité de la personnalité
- Différents éléments de la personnalité pour mieux se connaître
 - Les croyances
 - Les émotions
 - Les critères / les valeurs
 - Les souvenirs d'enfance
 - Les stratégies
 - Les qualités essentielles

- Apports de la PNL avec les Méta-Programmes
 - Ce que sont les Méta-Programmes
 - A quoi ils servent
 - Explication des Méta-Programmes utilisés
- Liens et intérêt de lier les méta-Programmes au modèle
- Découverte de son fonctionnement d'après le modèle
 - Mises en situation et questionnement
 - Débriefing individuel et collectif
- Apprendre à utiliser les différentes facettes de son fonctionnement pour atteindre des objectifs personnels
 - Utiliser l'outil de façon simple avec des images
 - Apprendre à voir quelle(s) partie(s) de notre fonctionnement bloque(nt) ou aide(nt) l'atteinte de notre objectif
 - Mise en situation sur des exemples concrets
 - Notion d'objectifs sous-contrôle et hors-contrôle
- S'entraîner à utiliser ses ressources pour améliorer le relationnel et la communication au quotidien

Fournitures

La formation inclut un classeur de cours au format papier

Méthodes d'intervention - moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement

La formation inclura en alternance :

- Des apports d'outils, techniques, repères
- Des expérimentations et des mises en situation
- Des échanges d'expériences entre les participants et l'animateur
- Un travail sur les cas pratiques des participants

L'alternance de ces différents éléments favorise l'intégration des apprentissages par les participants, dans des situations concrètes.

Moyens permettant de suivre l'exécution de l'action

Une feuille de présence avec les horaires précises de la formation, signée pour chaque demi-journée par chaque stagiaire attestera de la bonne exécution de l'action.

Moyens permettant d'apprécier les résultats de l'action

Une évaluation écrite individuelle sous forme de questionnaire à choix multiple en fin de formation sera proposée au stagiaire afin de vérifier son niveau d'acquisition des apports de la formation.

Informations pratiques

Durée

3 jours

Prérequis

Aucun

Lieu

Métropole lilloise

Investissement

Le prix de 1 350 € HT (TVA à 20 %) par stagiaire inclut

- la préparation et l'animation de la formation
- la création et l'impression des supports spécifiques (un classeur sera remis à chaque stagiaire)
- le « SAV formation » : possibilité de joindre l'intervenant par téléphone et mail après la formation (dans la limite du raisonnable)
- la location de la salle

Ce prix n'inclut pas

- les frais d'hébergement et de déplacement
- les frais de restauration du matin du midi et du soir
- toute dépense non mentionnée dans « le prix inclut »