



Sensilead
Du sens à la conscience

4 Jours

Connaissance de soi et des autres

Module 1 : Etre et Agir en Leader de soi

Ce programme vous permettra de :

- Prendre conscience de votre leadership et de vos modes de fonctionnement en relation et en situation.
- Mesurer et développer votre capacité à travailler avec d'autres aussi bien en tant que leader qu'en tant que membre d'une équipe.
- Comprendre ce qui mène inexorablement vers le conflit ou le blocage : identifier vos mécanismes de défense et sortir de positions rigides.
- Acquérir une méthodologie d'analyse de ses propres choix.
- S'approprier les outils pour renforcer son engagement :
 - Oser une communication directe,
 - S'affirmer en situation délicate,
 - Augmenter sa détermination en identifiant les sources de responsabilités
 - Accroître sa présence
- Explorer les relations interpersonnelles
- Distinguer les comportements d'inclusion, de contrôle et d'ouverture,
- Définir ses comportements relationnels : ses préférences et rigidités,
- Décrypter les conséquences de son comportement sur la dynamique du groupe, ses clients.
- Déterminer les appuis utiles au quotidien pour pouvoir être conscient, ouvert et présent,
- Développer l'estime de soi tout et dépasser ses rigidités,
- Savoir favoriser la confiance avec ses interlocuteurs

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Maximiser votre potentiel à titre personnel et au sein de votre organisation.
- Développer la conscience de soi et des autres pour mieux comprendre ce qui se joue dans les situations
- Apprendre à créer des relations de partenariat et de coopération.

POUR QUI ?

Toute personne désireuse de progresser dans la connaissance de soi, dans ses relations avec les autres, dans son estime de soi et dans son leadership.

PRÉREQUIS

Aucun.

DÉROULEMENT DE LA FORMATION

Participatif et expérientiel :
Activités et discussions, 60%
Théorique : 30%
Réflexion individuelle : 10%

Objectifs:

- Vous affirmer pleinement et sereinement dans vos relations.
- Favoriser la confiance dans vos échanges.
- Vous adapter efficacement à vos interlocuteurs.
- Utiliser le plein potentiel des émotions.
- Renforcer les relations de coopération.
- Faire ses choix de façon alignée et décider plus aisément.
- Débloquer les attitudes rigides, sources de mécontentement et d'inefficacité au travail.

CERTIFICATION

Pour participer au module 2 « Leader des autres », il faut avoir suivi le module « Comment être leader de soi-même ? ». La participation au parcours complet, donne l'accès à la certification (Phase II) « Certified Trainer in The Human Element ». Vous pouvez décider de la participation ou non, au module 2, après le premier module.

Organisme de formation enregistré sous le n° 11 92 170 21 92 auprès de la Préfecture de la Région Ile de France – Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat



Sensilead
Du sens à la conscience



LEADER DE SOI

Module 1 : Etre et Agir en Leader de soi

PROGRAMME

Mieux se connaître et comprendre ce qui se joue dans les relations (4 jours)

Jour 1

QUEL NIVEAU D'OUVERTURE ET D'AUTENTICITÉ AVEC LES AUTRES ?

Comment l'authenticité permet de créer des relations de confiance et de sortir de situations difficiles voire conflictuelles. Au travers de situations non réglées, nous découvrirons comment nous communiquons avec l'autre et comprendrons ce qui nous amène inexorablement vers le conflit ou le blocage.

COMMENT DÉTERMINONS-NOUS NOS ACTES ?

Comment décidons-nous pour nous-même ? Quelle place accordons-nous à l'environnement pour orienter nos choix ?

Répondre à ces questions revient à se poser la question de la prise de décision et de la responsabilité pour soi et pour les membres de l'équipe.

Jour 2

QUELS COMPORTEMENTS PRÉFÉREONS-NOUS ?

Quelles sont nos préférences en termes de comportements et quelles sont celles des autres ? Comment interagissons-nous ensemble à partir des trois dimensions qui définissent le comportement humain ? Qu'avons-nous envie de développer ? Quels sont les besoins des autres ? Quelles sont les conséquences sur nos relations professionnelles ?

Jour 3

QUELS SENTIMENTS ÉPROUVONS-NOUS ?

- Nous explorerons nos sentiments et attitudes à l'égard des autres et leurs conséquences sur nos comportements.
- C'est la peur de ne pas pouvoir faire face à la situation qui nous amène très souvent à avoir des comportements excessifs dans les relations aux autres. Identifier la peur qui est mobilisée nous aide à nous comporter différemment.
- Identifier les mécanismes de défense que nous utilisons, les bénéfiques que nous en retirons temporairement dans nos relations nous permet de comprendre ce qui bloque notre désir d'être la personne que nous désirons idéalement être. Connaître les mécanismes de défenses le plus fréquemment utilisés. En quoi sont-ils une protection illusoire et gros consommateurs d'énergie dans les organisations.

Jour 4

OÙ EN EST NOTRE ESTIME DE SOI ?

- Découvrir nos préférences en matière de comportement et de ressentis nous amène progressivement à la découverte de notre propre image de nous-même.
- Le « concept de soi » est fondamentalement ce qui pilote notre vie et nos relations sociales. Lorsque nous désirons changer, c'est le niveau sur lequel il nous faut faire porter nos efforts.
- Se doter d'une clé de lecture et d'un outil holistique et systémique pour devenir un leader de soi et des autres en toute situation.

MÉTHODE

Introduit initialement en France en 1989 par CEGOS, le programme Elément Humain a d'abord été testé dans des entreprises comme Kodak, Esso, Ampex, Mattel, United Biscuit et l'U.S. Army. Pour permettre l'acquisition, le développement et l'appropriation de compétences relationnelles la méthode associe mises en situation concrètes, séances de feed-back et autodiagnostic. Les tests FIRO® (Élément B®, Élément F®, Élément S®) validés scientifiquement permettent d'augmenter la conscience de soi, l'auto-détermination et l'ouverture.

Sensilead – 84 rue Victor Hugo - 47000 AGEN | Tél. +33 (0) 6 82 57 43 62
SARL au capital de 2000 € | Immatriculation au RCS Agen N° 491 684 528 | N°TVA CEE FR 10491684528
fabienne.vaillant@sensilead.com | www.sensilead.com

INTERVENANTE



Fabienne VAILLANT

LIEU

La Bergerie étoilée
(½ h d'Agen)

**Prix pension complète moyen :
103 € HT /jr**

DATES, HORAIRES

4 jours / 35 heures
Horaires : 9h/18h30

BUDGET Formation

Par pers :

Entreprise OPCO : 1800 € HT
Entreprise hors OPCO : 1500 € HT
Indépendant/Assoc : 1250 € HT
Particulier : 1000 TTC

Ces prix comprennent les supports pédagogiques de l'Elément Humain® et l'ensemble des tests FIRO®.

Ces prix ne comprennent pas les repas et l'hébergement du stagiaire.

Nombre de participants par module : minimum 4 et maximum 8.

**Contact : Fabienne Vaillant
06 82 57 43 62**

Organisme de formation enregistré sous le n° 11 92 170 21 92 auprès de la Préfecture de la Région Ile de France – Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat