

DEVELOPPEMENT PERSONNEL

DEVELOPPER SON ESTIME DE SOI AVEC L'ELEMENT HUMAIN

Pour l'accueil des personnes en situation de handicap, [consulter les CGV](#)

Pour qui ?

- Dirigeants
- Managers/Cadres
- Collaborateurs
- Équipes
- Particuliers

Bien se connaître, c'est accepter de "regarder sous le capot" comment fonctionne notre beau moteur.

Avec l'Élément Humain de Will Schutz, vous entreprenez un voyage expérimental au cœur de l'humain, et découvrez comment l'estime que vous vous portez est la clé des comportements que vous adoptez avec les autres.

Pré-requis

- Non Oui

Pour les délais de réalisation de la formation, [consulter les CGV](#)

En amont de la formation

Questionnaire d'auto-positionnement par rapport au programme et aux objectifs

- Améliorer son niveau de conscience.
- Découvrir la notion d'Ouverture.
- Développer son potentiel de Choix.
- Comprendre ses comportements.
- Appréhender les sentiments qui génèrent les comportements.
- Découvrir son concept de soi.
- Développer son estime de soi et des autres.

Les participants

- Ont identifié leurs principaux besoins psychologiques
- Ont compris l'origine de leurs comportements et de certaines décisions de vie
- Ont identifié leurs mécanismes de défense

2 questionnaires en ligne

- Test de validation et ancrage des acquis
- Questionnaire d'évaluation qualité

Vidéos pédagogiques

Jeux pédagogiques

Imagerie

Travail filmé et analysé avec les participants

Analyse des situations des participants

Exercices corporels

Jeux de rôles

Ateliers projectifs

Questionnaires - quizz

Modalité d'animation

PRÉSENTIEL

DISTANCIEL

Durée 3 jours

Organisation

Sur site client ou dans des espaces dédiés réservés par ses soins.

Prix

Prix total HT* **5 750.00 €**

Pour **10** participant(s)

Tarifs indiqués hors frais de logistique, et pour une intervention en région parisienne. [Consulter les CGV](#)



BIENVENUE



OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES



À L'ISSUE DE LA FORMATION



MÉTHODES PÉDAGOGIQUES



MODALITÉS

DECOUVRIR LE POTENTIEL DE L'AUTHENTICITE

SÉQUENCE 01

- Comment l'authenticité peut créer la confiance et déboucher sur la coopération
- Les « niveaux d'authenticité », les limites de l'ouverture
- Le lien entre authenticité et énergie

REFLECHIR AUX NOTIONS DE CHOIX ET DE MARGE DE MANOEUVRE

SÉQUENCE 02

- Comment je détermine ma vie, mes comportements ?
- Comment puis-je décider ou non de les changer et pourquoi ?
- Quels sont les moteurs de mes décisions ?
- En quoi un non choix devient-il un choix ?
- Où sont mes réelles contraintes ?

LES TROIS DIMENSIONS DU COMPORTEMENT

SÉQUENCE 03

- L'Inclusion et la quantité de contact nécessaire à mon épanouissement
- Le Contrôle et mon besoin de maîtrise ou de leadership
- L'Ouverture et ma relation à l'intimité relationnelle

COMPRENDRE LE LIEN ENTRE SENTIMENT ET COMPORTEMENT

SÉQUENCE 04

- Les 3 dimensions des sentiments : être important, être compétent, être sympathique.
- Identifier et accepter ses sentiments comme un besoin.
- Établir le lien avec ses comportements.

DEFINIR LE SOI

SÉQUENCE 05

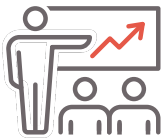
- Les 3 dimensions du Soi : La présence à soi, la conscience de soi, et sa détermination.
- Comment améliorer sa présence à soi, sa conscience de soi et sa détermination.
- En quoi ces 3 dimensions ont un impact sur les sentiments que j'accorde aux autres.
- Appréhender le lien entre estime de soi, sentiments, et comportements.

REPERER SES MECANISMES DE DEFENSE

SÉQUENCE 06

- Quels sont mes mécanismes de défense ? Comment, et quand, se mettent-ils en place ?
- Comprendre ce qui est touché en moi.
- Comment puis-je identifier, dans les comportements des autres, des mécanismes de défense ?
- Comment alors puis-je décider d'agir en conscience pour améliorer ma relation aux autres ? Et avec moi-même ?

SÉQUENCE 07



PROGRAMME