

MIEUX SE CONNAITRE ET CONNAITRE LES AUTRES

	<p>06 43 38 00 05 actif.horizon@gmail.com</p> <p>N°SIRET : 830 380 879 00015 N° de déclaration d'activité : 52440836444</p>
PUBLIC et DUREE	DATES ET LIEU
<p>Nombre de stagiaires : 5 à 12 Pas de prérequis Durée : 2 jours</p>	<p>A définir  Formation accessible en VISIO si le format présentiel devenait inenvisageable</p>
OBJECTIFS	
<p>Primaires :</p> <ul style="list-style-type: none">☞ Mieux se connaître et connaître sa personnalité☞ Développer ses ressources personnelles☞ Repérer ses talents et ses comportements préférentiels☞ Identifier d'autres options de fonctionnement pour développer l'ensemble des potentiels☞ Reconnaître les autres dans leur personnalité, compétences, avis. Ouvrir son regard. <p>Secondaires :</p> <ul style="list-style-type: none">☞ Expérimenter l'aspect dynamisant, créatif et constructif des ateliers collaboratifs☞ Développer une cohésion, un esprit d'équipe, une ouverture aux autres	
METHODOLOGIE	
<ul style="list-style-type: none">☞ Le maintien d'un cadre bienveillant et constructif☞ Pédagogie interactive : alternance d'exercices individuels et collectifs, de mises en commun et d'apports théoriques☞ Apports d'outils de pratique : Ennéagramme ; tests AT ; confiance en soi☞ Une grille de lecture tolérante et respectueuse des fonctionnements de chacun.	
EVALUATION	
<p>Evaluation des stagiaires par le formateur – en cours et en fin de formation Pré-évaluation lors du tour de table et de l'icebreaker – Prise de notes des retours des stagiaires. Questionnaire d'évaluation</p> <p>Evaluation du formateur par les stagiaires Formulaire d'évaluation – Tour de table top/flop</p>	
SUPPORT	
<ul style="list-style-type: none">☞ Livret de formation☞ Documents pour les exercices	
TARIFICATION	
<p>A partir de 850 € / jour (7h) – Repas et frais de déplacements en sus</p> <p>Le déroulé ci-après est une proposition de base adaptable, personnalisable à votre environnement ainsi qu'aux métiers et spécialités des futurs stagiaires.</p> <p>Après un premier rendez-vous gratuit au cours duquel nous échangerons sur vos besoins et attentes, objectifs et contexte, je vous proposerai un devis correspondant.</p>	

PROGRAMME

JOUR 1

- I- Tour de table, présentation du déroulement des deux journées – Organisation et cadre
- II- Icebreaker : mise en dynamique et cohésion – pré-évaluation
- III- « CONNAIS-TOI TOI-MEME »
 - ↪ L'identité, le concept de soi, la personnalité
 - ✓ Analyse transactionnelle – les Etats du Moi
 - ✓ Quelques outils pour découvrir les aspects de sa personnalité : Test de l'Egogramme, l'ennéagramme, le MBTI
 - ↪ Les valeurs
 - ✓ Le test de Schwartz
 - ✓ « Les 7 besoins capitaux » ; les émotions en lien
 - ↪ La confiance en soi
 - ✓ Définir la confiance en soi
 - ✓ Le cycle de Pygmalion
 - ✓ Test de Rosenberg
- IV- Bilan de la journée



Wow ! Certaines théories me paraissent bien compliquées pour les jeunes

*Mais non t'inquiète, il y aura des jeux, des échanges. La formation est adaptée aux jeunes.
Ils vont a-do-rer !
Hop regarde la suite !*



PROGRAMME

JOUR 2

- I- Tour de table, rappel présentation du déroulement de la journée – Organisation et cadre
- II- Synthèse des acquis de la veille (Reformulation par les stagiaires)
- III- « MOI ET LES AUTRES »
 - ↳ Trouver sa place dans le groupe
 - ✓ Rappel sur l'analyse transactionnelle – les interactions des Etats du Moi
 - Le Triangle de Karpman ou dramatique
 - Le Triangle Vertueux ou dynamique (3 P : Protection, Permission, Puissance)
 - ↳ Les outils de l'affirmation de soi
- IV- TRAVAIL ET REFLEXION SUR LES SITUATIONS ET SOLUTIONS
- V- SYNTHESE
- VI- EVALUATIONS
- VII- BILAN DE GLOBALE DES DEUX JOURNEES