

COMMENT TRANSFORMER SES FREINS EN FACTEURS DE RÉUSSITE

(Nouvelle formule) L'intelligence émotionnelle au service de chacun.

Souvent, nous n'osons pas intervenir dans un débat ou prendre la parole devant une assemblée qu'on ne connaît pas ou mal. Notre état interne nous empêche de se mettre en avant. De simples actes de la vie quotidienne nous semblent insurmontables ou insupportables.

Mais que se passe t-il ?

Pourquoi me mets-je dans cet état pour si peu ?

Pourquoi suis-je autant affecté ?

Je ne trouve pas de solution à mon problème !!!

Vous avez le souhait d'aller plus loin, un frein, un blocage ou simplement vous ne savez pas comment faire. Cet atelier vous aidera à apprendre à « ouvrir le champ des possibles ».

OBJECTIF

L'objectif de cet atelier est de vous permettre, au delà de la compréhension du processus des freins psychologiques, de la prise de conscience de vos propres freins, de votre soif d'aller plus loin, d'avoir un regard différent et d'appréhender quelques outils pour savoir *comment faire autrement*.

Par exemple (liste non exhaustive) :

- Problème de choix multiples. (*Choix au moment des cibles*)
- Problème de peur limitante ou bloquante. (*Difficulté de mise en œuvre du projet professionnel ou du plan d'action*)
- Problème de réponses inadaptées en situation de stress ou de difficulté. (*Difficultés lors d'entretiens réseau ou de recrutement...*)
- Problème de frein en situation à enjeux importants. (*Difficultés devant l'exposé d'une situation passée embarrassante, retour au travail après un Burn Out ou un long arrêt maladie...*)

PROGRAMME

Sur la base de l'Analyse Transactionnelle et à partir de cas concrets, cet atelier vous propose de découvrir un **processus** concret permettant de piloter des situations vécues de blocage.

METHODE PEDAGOGIQUE

Apports théoriques, jeux de rôle, mise en situation, débriefing...

PRE-RECQUIS

Etre ouvert à la possibilité de réviser totalement ses convictions de fonctionnements intimes

BENEFICES

Permet de se ressourcer en énergie constructive.

Durée : 2 journées consécutives.

Prix : 40 euros

Jean-Marc BOUVET, à 58 ans, a su conduire des projets à leurs termes dans des petites et de grandes structures chez Promodes, JM Bruneau et Emap. Certifié dans les champs Clinique et organisationnel en Analyse Transactionnelle depuis 1996, il est membre d'ICF (International Coach Federation), coach certifié PCC et superviseur de coaches. Son engagement à l'Avarap est multiple. Administrateur, parrain, responsable des RIM (réunion d'information mensuelle), responsable de la constitution des groupes Vouillé. Il est également administrateur et coach référent régional de l'association 60 000 Rebonds Ile de France (accompagnement des chefs d'entreprise ayant subi une liquidation judiciaire)

Jean-Marc exerce aujourd'hui le métier de coach professionnel. Il est spécialisé dans les problématiques du changement en organisation et personnel. Les risques psycho-sociaux, le bonheur au travail, l'intelligence émotionnelle et les organisations délibérément développementales font partie de ses sujets favoris.