

MAN017

Outils de management

PUBLIC

- Toute personne souhaitant parfaire sa connaissance de soi.

OBJECTIFS

- Utiliser des techniques permettant de reconnaître les composantes de sa propre personnalité, de les accepter, de travailler en conscience avec elles et non contre elles. Apprendre à les utiliser positivement, dans la réalisation de ses propres buts, en collaboration avec son entourage, en intégrant ceux des autres.
- Passer d'un mode de relation binaire (ou vous, ou moi) à une addition des besoins et ressources, garantie d'accord.
- S'affirmer avec les autres : s'ouvrir à la communication.

METHODE PEDAGOGIQUE

- Démarche innovante fondée sur les techniques de la programmation neuro-linguistique et la neuro-sémantique.
- Stage animé par un maître praticien en PNL, spécialiste de la relation d'aide.

ORGANISATION

Durée : 3 jours, soit 21 heures

PROGRAMME

Estime de soi

- ✓ Les composantes de sa propre personnalité : sa mission, ses valeurs, ses croyances, ses ressources, ses limites.
- ✓ L'image de soi : sa construction, son évolution.
- ✓ La confiance en soi : à partir des actes, actions.

Optimiser sa communication pour s'affirmer dans des relations équilibrées

- ✓ Maîtriser les éléments habituels de la communication :
 - demander,
 - refuser,
 - accepter,
 - complimenter,
 - critiquer,
 - entrer en relation.
- ✓ Identifier clairement ses besoins, ses envies, ses objectifs.
- ✓ Renforcer ses ressources, réduire ses limites.