

Programme **Atelier**

CRÉATEUR DE SON DESTIN

Niveau **2**

3x1 jour / 21h

Tarif professionnels

1 160€ H.T.

Tarif particuliers

740€ H.T.



Osmose
Consultants

Fiche technique



Orientation

Épanouissement personnel, réalisation professionnelle. Explorer sa relation aux autres, au monde.

Objectifs

Cette formation d'épanouissement personnel et de réalisation professionnelle permet de :

- Mieux comprendre ce qui se joue dans la relation
- Créer un lien sain et serein avec les autres
- Mieux communiquer dans son environnement professionnel (collaborateurs et collègues)
- Trouver sa juste place avec les autres, dans le monde.

Profils des stagiaires

Cette formation s'adresse aux **personnes désireuses de mieux se connaître**, pour améliorer leur mode de relation et de communication, dans leurs environnements personnel et professionnel.

Pré-requis

Avoir participé à l'atelier Niveau 1 de ce cycle de formation. Nécessité d'un entretien téléphonique préalable, pour valider avec un des 2 animateurs, la congruence de l'inscription du stagiaire au séminaire.

Profils des animateurs

Cette formation en développement personnel et professionnel est **animée par un duo féminin/masculin de coaches professionnels, accrédités et certifiés**, selon l'unique charte professionnelle européenne de la Commission européenne et du Conseil Économique et Social Européen. Elle est considérée comme une référence de pratiques éthiques et professionnelles minimales pour l'exercice de ce métier. Ce document public est **accessible ici (communiqué de presse)**.

Témoignages clients

Découvrez les témoignages de nos clients en vidéo

Programme de l'atelier

Face à l'accélération du changement, dans notre monde instable, en mutation, venez expérimenter de nouvelles approches pour **mieux vous repérer sur le territoire de votre vie.**

Venez vous **créer une nouvelle idée de vous-même, des autres et donc de votre avenir.** Venez découvrir et utiliser de nouvelles cartes, de nouvelles grilles de lecture pour vous épanouir, vous réaliser.

Notre approche spécifique vous propose d'exploiter l'énergie du renouveau, la dynamique du rebond, votre capacité de résilience, pour **vivre des transformations positives.**

Par groupes de 20 personnes maximum, cette formation vous permet de **faire le point et de prendre du recul sur votre quotidien.** Vous partagez votre vécu, vous vous confrontez à d'autres expériences, entre individus engagés et motivés autour d'un même but.



Programme détaillé

1ÈRE SESSION (1 jour)	2ÈME SESSION (1 jour)	3ÈME SESSION (1 jour)
<ul style="list-style-type: none">• Mieux comprendre le fonctionnement des relations humaines• Vivre l'empathie. Être réceptif à l'autre• Equilibrer sa vie pour rester motivé durablement• Approfondir la compréhension de ses modes de fonctionnement (relation, management...)• etc.	<ul style="list-style-type: none">• L'intelligence émotionnelle au service de son assertivité• Faire face aux rôles de victime, sauveur et bourreau avec le triangle de Karpman• Passer du conflit à la négociation par une saine confrontation• Reconnaître et sortir des jeux de pouvoir• etc.	<ul style="list-style-type: none">• Comprendre ses résistances. Identifier ses freins• Savoir identifier ses manques, verbaliser ses besoins et opter pour une vraie exigence• Trouver ses liens entre motivation personnelle et équilibre affectif• S'appuyer sur ses forces, visualiser ses axes de progrès
PROCESSUS Réflexions et échanges, individuels et en sous-groupes. Activités guidées par constellations systémiques, niveaux logiques, Co-Développement...		

Bonus

n° 1

Compris dans ce tarif. Si nécessité, entre les sessions, **disponibilité pleine et confidentielle des coaches professionnels**, animateurs de ces ateliers, pour 2 séances de 30' maximum chacune de e-coaching par participant.

n° 2

Mise en place d'une **communauté privée d'entraide** sur Facebook. Groupe modéré pendant la durée du cycle par les coaches professionnels, animateurs de ces ateliers.

Moyens pédagogiques

Cette formation fait **alterner exercices, partages d'expériences et apports théoriques**. Une des clés de la réussite de ce type de formation est basée sur une participation volontaire et engagée des stagiaires. Le groupe garde sa même composition tout au long des 3 sessions de 1 jour chacune. Toute la spécificité de nos accompagnements réside dans l'utilisation d'une approche spécifique dite andragogique. Elle va vous permettre de désapprendre (ce qui ne vous va plus) pour réapprendre et atteindre vos objectifs.



Suivi et évaluation

Chaque stagiaire atteste de sa présence à chacune des 3 sessions par signature d'une feuille de présence collective.

A la fin d'un cycle de formation, une attestation est remise en main propre à chaque stagiaire
A la fin d'un cycle de formation, une attestation d'assiduité est remise directement à l'entreprise.
Une évaluation de la satisfaction de chaque stagiaire est réalisée en ligne. Cette évaluation est complétée par l'appréciation des animateurs à l'issue de chaque session.



Modalités pratiques

Ce cycle d'ateliers dure **3 sessions de 1 jour chacune**, étalé sur 12 mois roulants maximum. Chaque session se déroule de **9h00 à 12h30** et de **13h30 à 17h00**.

Nous nous retrouverons dans un **lieu accueillant et authentique**, en **Loire-Atlantique**, en **Vendée** ou en **Ille-et-Vilaine**.

Pauses incluses. Les frais de location de salle (30€ max/personne), en sus, sont à régler directement par chaque participant auprès de l'hébergeur. Chaque stagiaire apporte son pique-nique.

Conditions tarifaires

- ▶ **3x1 jour** (21h00)
- ▶ Tarif professionnels : **1 160€ H.T.**
- ▶ Tarifs particuliers : **740€ H.T**
- ▶ **Frais de location de salle en sus (30€ max/personne)**

Calendrier et lieu

DATES	LIEU	ANIMATEURS
Cf calendriers sur le site	44, 85 ou 35	Cf binômes sur le site

En complément

Après cette formation « Créateur de son destin » - Niveau 2, vous pourrez participer à l'**atelier de 5 jours « Voyage à la rencontre de soi »** à Rocamadour

Vous pourrez, si nécessaire utiliser ponctuellement le **PROGRAMME BOOST®** sur mesure, adapté à votre situation.



Osmose
Consultants

24 allée du Frégonnay
44120 Vertou

osmoseconsultants.fr

CONTACT

Catherine **Lefevre**

06 17 70 11 28

catherine@osmoseconsultants.fr