

MINDSET+++

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL



Public concerné :

Tout public
Jusqu'à 10 participants

Lieu : Île-de-France / France

Intervenants :

Adama Camara : Conférencier, intervenant spécialisé, auteur et consultant.

Séverine Thiolère : Coach certifiée en développement personnel et professionnelle, formatrice et consultante.

Tarif : sur projet

Reportez la référence sur le devis

Objectifs de l'intervention

- Travailler sur son état d'esprit et sur la pensée positive
- Développer la connaissance de soi, comprendre son fonctionnement
- Développer la confiance en soi et l'estime de soi
- Déterminer un projet
- Identifier ses forces et ses axes d'amélioration
- Se mettre en action pour atteindre son objectif

➤ SON ETAT D'ESPRIT

Analyser son état d'esprit

Comment accueillir et gérer ses émotions

➤ CONNAISSANCE DE SOI

Travailler sur les fondamentaux : les valeurs, besoins, croyances, limites

Travailler sur la notions de freins et apprendre à les identifier

➤ CONFIANCE EN SOI

Travailler sur la définition d'un objectif avec

visualisation et projection positive

Identification des potentiels/talents/aptitudes

Développer et conscientiser des ressources internes et externes

Mettre en place une stratégie et plan d'actions

Atteinte de son objectif

Moyens pédagogiques

- Outils de développement personnel adaptés
- Exposé interactif : Définition des termes utilisés, des codes
- Activités d'apprentissage
- Mises en situation

Ref
11