



Les clés de l'équilibre du dirigeant

FORMATRICE : Aurélie CAILLAUD, reconnue par ses pairs comme étant experte dans l'accompagnement et la formation en entreprise depuis 25 ans, Aurélie Caillaud a aujourd'hui à son actif une cinquantaine de références allant de la TPE/PME aux grands groupes, du secteur privé au secteur public confondu.

Axée sur le résultat et l'efficacité professionnelle, elle propose des accompagnements individuels et collectifs alliant performance et écologie personnelle.

OBJECTIFS

- Avoir les idées claires sur sa vision et ses objectifs et ses talents
- Avoir un état d'esprit optimal, positif
- Augmenter son facteur chance et son impact pour créer, reconnaître et saisir les opportunités
- Intensifier et gérer son énergie au quotidien pour générer du positif dans ses actions
- Être acteur de son propre équilibre pour réussir de manière durable

PROGRAMME

Première demi-journée:

Comprendre les leviers de son propre équilibre et de son écologie personnelle (Outils d'autodiagnostic et apports théoriques sur ce qui permet de créer son équilibre et son écologie personnelle).

Connaitre ses talents et sa stratégie de réussite (Outils: Test des talents et Outil de Modélisation de la réussite)

Deuxième demi-journée:

Clarifier ses objectifs (Outils: Stratégies d'objectifs: formulation objectif positif, mesurable etc....).

Booster son énergie et sa motivation en maîtrisant un état d'esprit optimal (Outils mise en pratique et apports théoriques sur ce qui crée un état esprit optimal).

Troisième demi-journée:

Clarifier sa vision et ses objectifs grâce à ses facteurs clés de succès (Vision /Mission/ Ambition/ Rôle : outils tirés du SFM: Success Factor Modeling)

Développer son intelligence émotionnelle en comprenant et analysant ses propres émotions.

Quatrième demi-journée:

Transformer ses croyances limitantes en croyances positives afin de gérer efficacement les obstacles (Outils sur les niveaux logiques et apports théoriques sur les croyances et les moyens de les transformer).

Mettre en place un plan d'action.

MÉTHODES ET OUTILS PÉDAGOGIQUES

- Travaux en sous-groupes (binôme) avec mises en situation
- Apports théoriques
- Tests, autodiagnostic : test sur les talents de l'institut Gallup
- Mise en place de plan d'action personnalisé

PUBLIC : Les dirigeants qui en besoin de retrouver de l'énergie, du peps, de l'équilibre, de prendre soin d'eux avec bienveillance.

PRÉREQUIS : Avoir réalisé le test des talents en amont de la formation. Être volontaire. Avoir envie d'aller explorer de manière authentique son paysage intérieur en toute confiance et bienveillance.

DURÉE 2 jours -14 heures

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Feuille de présences émargées sur place.

Certificat de réalisation envoyé à l'issue du stage

Evaluation des acquis à la fin du stage.

Evaluation à chaud de la satisfaction fait en ligne et évaluation à froid.