

FORMATION

« Outils de Coaching et Développement personnel : pour accompagnement et atelier »

Cette formation est issue d'expériences de plusieurs années de terrain en accompagnements de particuliers, couples et groupes de Didier Magne. Vous suivrez **le protocole clair et ludique du jeu de cartes - d'auto coaching « L'Echelle d'1 Air de Vie »**, grâce auquel vous aurez des **« étapes clefs » d'accompagnements de personnes** en désirs de changements **et celles de l'atelier « coaching – psychologie positive d'1airdevie »**. Vous testerez nombres **d'« outils ludiques »** de coaching et de développement personnel : psychologie positive, programmation neurolinguistique, communication relationnelle (écoute active, communication bienveillante...) afin de mieux être aider, **aider autrui ou afin de compléter vos propres techniques.**

PRE REQUIS	Aucun
PUBLIC	<ul style="list-style-type: none"> - Toutes personnes désirant travailler sur soi ou aider autrui de manière bénévole - Toutes personnes désirant acquérir une boîte à outils de développement personnel - Professionnels désirant ajouter à leurs propres outils bien être
OBJECTIFS	<ul style="list-style-type: none"> - Acquérir des outils de changements et d'atteinte d'objectif - S'entraîner et vivre ces outils - Acquérir un protocole clair et ludique sur les étapes possibles aux changements - Savoir accompagner une personne selon différentes approches - Savoir conduire un entretien
	<p>PROGRAMME</p> <p><i>Le jeu de carte d'auto-coaching vous est fourni pour le parcours complet</i></p>
1^{ère} demi-journée : Module 1 :	Connaissance de soi et travailler à notre propre relèvement : discerner nos "lunettes déformantes" / croyances limitantes (Reformater positivement notre pensée, nos attitudes, paroles... Nous délester de ce qui nous fait du mal etc)
2^{ème} demi-journée : Module 2 :	Estime de soi : apprendre à améliorer notre image de nous, accueillir nos faiblesses, nos qualités, oser nous encourager... et miser sur nos différences ! + Temps Pnl...
3^{ème} demi-journée : Module 3 :	Confiance soi : apprendre à booster nos atouts, tirer profit de nos échecs, difficultés pour répéter nos réussites et changer de manière constructive
4^{ème} demi-journée : Module 4 :	Discernement et Gestion des priorités, du temps, du stress : en apprenant à mieux nous ressourcer, à lutter contre l'angoisse, l'agitation, à mieux vivre le lâcher prise, à équilibrer notre vie ; lutter contre la procrastination, savoir dire non...
5^{ème} demi-journée : Module 5 :	Communication relationnelle : nous décentrer de nous-même, réapprendre à écouter, à régler les conflits, être soi-même de manière bienveillante
6^{ème} demi-journée : Module 6 :	Notre "Vie nouvelle" en y intégrant la gratitude : voir le négatif mais penser "solution", positiver en créant de nouvelles habitudes, trouver en nous des forces et ressources, colorier nos vies, s'affirmer...
7^{ème} demi-journée : Module 7 :	<p>BONUS : Notre Intériorité : équilibrer travail sur soi et spiritualité, agir selon nos valeurs, se dépasser et découvrir ce pourquoi nous sommes faits...</p> <p>+ Elaboration de votre atelier coaching-psychologie positive</p> <p>Evaluation : Cette 7^{ème} rencontre comprendra des temps d'évaluation</p>

Modalités de formation :

- Formation individuelle toute l'année
- Coaching personnel inclut
- Echanges, exercices de réflexion, vidéos, envois de documents, propositions d'ouvrages complémentaires

Modalités d'évaluation de la formation

- Contrôle des connaissances
- Appropriation de l'atelier et de l'accompagnement selon le protocole d'« 1airdevie »
- Attestation de fin de formation

Lieu : A distance

Pour les groupes, possible aussi :

- St Xandre 17 : 1 à 4 pers
- Aytré 17 ou La Rochelle : 4 à 10 pers

Frais pédagogiques :

- La Formation : 450€
- Le module : 80€

COUPON D'INSCRIPTION

A REMPLIR pour S'INSCRIRE et RESERVER (A ENVOYER AU PLUS TÔT svp !)

Je soussigné(e) Mlle/Mme/M. :

Adresse complète :

Numéro de téléphone :

Email :

Stage Individuel - après réservation au 06 03 61 14 58 - indiquez la 1^{ère} matinée choisie :

Attention, INSCRIPTION UNIQUEMENT SUR PAIEMENT A COMPTE DE 80€ :

Règlement à l'ordre de « *Didier Magne* » à joindre à cette fiche d'inscription

Adresse de l'envoi : Didier Magne, 39 rue de la fontaine au blanc, 17138 Saint Xandre.

Virement Possible, RIB à demander.

Le reste du prix sera à régler sur place en début de stage

Aucun remboursement ne sera consenti en cas de désistement

Je dégage *Didier Magne* de toute responsabilité en cas d'accident pouvant survenir pendant les cours et lors des trajets parcourus pour participer à cette activité.

Date :

Signature :

Présentation : Merci de me dire un petit mot sur vous, sur vos attentes, objectifs principaux, besoins...