

PARCOURS LEADERSHIP POSITIF

Des formations pour votre bien-être, votre épanouissement et une meilleure performance au travail

Le parcours en leadership positif – est un parcours de formation innovant, qui permet de comprendre les mécanismes et apprendre ce qui permet le fonctionnement optimal des individus, des groupes, des institutions et des sociétés. Il vous permet de développer durablement votre bien-être, votre épanouissement et favorise la performance tant au plan personnel que professionnel.

Une solide base scientifique

Cette formation est basée sur les trois principaux apports scientifiques de la recherche en Psychologie Positive :

- A. Les forces de caractère
- B. La résilience (exemple annexe 1)
- C. Les compétences des leaders (dialogue constructif)

Le parcours de formation :

1. Moi à mon meilleur (Les Forces de signature)
2. La performance passe par la bienveillance (exercice du leadership positif)
3. Les relations positives - incluant la gestion du changement et la posture de gestionnaire-coach
4. La résilience
5. La place des émotions en contexte de travail

Demander une soumission :

- Le parcours de formation comprenant les 5 formations
- Peut-être offert à la journée

À qui s'adresse ces formations?

Ce parcours est ouvert à toutes les personnes en entreprises, DRH, CEO, cadres ou employés.

ANNEXE 1

Exemple de contenu de formation sur la résilience :

La pression qui s'exerce sur les individus les porte à sans cesse souhaiter développer leur leadership et ce, parfois au détriment de leur santé physique et psychologie. Comment se préserver? Qu'est-ce que la résilience et comment en prendre soin? Comment la développer?

La recherche scientifique nous apprend que la résilience est une compétence qui s'apprend, comme les mathématiques ou l'anglais. Elle s'apprend d'autant mieux que l'on instaure un climat de bienveillance avec ses pairs et sans jugement.

Comment apprendre la résilience ? Notre capacité à rebondir face aux événements n'est pas due aux événements eux-mêmes, mais essentiellement à notre façon de percevoir ces événements. La résilience se développe donc en découvrant nos propres prismes de la perception, identifiables au travers de discours intérieurs négatifs que l'on se dit à soi-même, par exemple: "je n'y arriverai jamais !", "c'est toujours de ma faute ...". Elle se développe aussi en apprenant de nouveaux langages, des façons de s'exprimer qui soient plus justes, plus objectives, plus respectueuses, de soi et des autres. Au terme de l'atelier, les participants connaîtront principalement : ce qu'est la résilience au travail, les principaux modèles d'identification des perceptions et ses techniques associées, Identification de ce qui fissure le bassin de résilience et des outils à mettre en place pour « colmater » ce qui fissure notre bassin de résilience. Le développement des « muscles de la résilience » et ses liens avec notre fonctionnement optimal.

CONTENU ET APPROCHE PÉDAGOGIQUE :

Cet atelier suggère d'expérimenter concrètement certains outils (transfert de la pratique à partir de la théorie présentée). Cet atelier utilise une pédagogie faisant appel à l'apprentissage expérientiel. Il est ponctué d'exercices pratiques et les participants repartent avec des pistes de développement.

BIOGRAPHIE



Membre de l'ordre des conseillers en ressources humaines agréés et coach professionnelle certifiée PCC de la Fédération Internationale des coachs, détentrice d'une maîtrise en Gestion des personnes en milieu de travail et d'un baccalauréat en communication organisationnelle. Experte praticienne en psychologie positive et diplômée de la prestigieuse école d'ingénierie Centrale-Supélec Paris - Executive Certificate Positive Coaching for leadership. Certifiée aux approches : Lean, Gestion du changement (Maletto), Points of You et NOVA.

Auteure d'une recherche scientifique visant à mesurer les impacts du coaching de gestion sur le sentiment d'efficacité au leadership des gestionnaires. J'ai occupé les postes de : cadre supérieure RH, directrice générale d'une station de radio, PDG d'une entreprise privée, Présidente et Vice-Présidente d'un Service d'aide aux jeunes entreprises et membre de la Corporation de développement économique de la Baie des Chaleurs. Co-auteure du e-book gratuit « Les forces de caractère du leader VIA Gestion– 24 fiches d'interprétation du VIA en contexte de travail».