3 CLES POUR L'EXCELLENCE COLLECTIVE, AVEC LES OUTILS DE L'ELEMENT HUMAIN®
Niveau 2

FORMATRICE : Rolande KODSI MAIO: Après une carrière de 17 ans comme journaliste puis rédactrice en chef dans différentes radios, en 2005 Rolande Kodsi Maio créé RKM Formations-Coaching.
Sa mission : « Révéler et éclairer les belles parts de l'Humain ». La découverte de l'outil « Elément Humain® » a été fondamentale pour elle puisque cette approche est basée sur l'Estime et la confiance en soi.
L'Elément Humain® est une approche qui permet de réduire les rigidités comportementales et d'augmenter de manière significative l'efficacité du travail en équipe.

OBJECTIFS

- Expérimenter l'impact de ses ressentis dans ses relations professionnelles.
- Identifier les 6 dimensions de l'estime de soi
- Identifier comment développer la confiance et l'estime de soi pour augmenter sa productivité et celle de ses collaborateurs

Ce module 2 aborde la partie invisible de l'humain qui impacte la relation. Il s'agit tout d'abord des ressentis. Autrement dit, ce que je ressens vis-à-vis de l'autre et ce que l'autre ressent vis-à-vis de moi lorsque nous sommes en interaction. Là encore, 3 clés relationnelles sont importantes à découvrir et expérimenter : l'Importance, la Compétence, la Sympathie que je donne ou pas à l'autre et que je reçois ou pas de l'autre.

Ensuite, une nouvelle étape dans la partie invisible est abordée. Il s'agit d'aller explorer comment je me comporte et ce que je ressens, non plus vis-à-vis des autres, mais vis à de moi-même. En effet ces comportements et ces ressentis vis-à-vis de soi-même ont un impact fort sur la relation.

Ces comportements et ces ressentis vis-à-vis de soi-même constituent ce que l'Elément Humain® appelle le soi et l'estime de soi. L'estime de soi étant « « le cœur du cœur du réacteur de l'Humain », une sorte de centre de commande qui régit tout à l'intérieur d'une personne : créativité, efficacité, productivité, potentiels, « pépites d'or »…

PROGRAMME

1ère demi-journée
Séquence 1 : faire l'inclusion du groupe
- Portrait chinois : le jeu de la Marguerite.
- REX retour sur expérience : que s'est-il passé depuis le module 1 ?

Séquence2 : mieux se connaitre par rapport à ses ressentis dans la relation.
- Visualisation pour découvrir les 3 dimensions du ressenti. Importance/ Compétence/Sympathie. ICS.
- Apport théorique sur ICS.
- Quizz de validation.

Séquence 3 : les 3 dimensions du ressenti (suite)
- Auto-perception et feedback des autres participants sur les 3 dimensions du ressenti.

2ème demi-journée
Séquence 4 : Micro lab :
- Mettre en situation ces 3 dimensions par le corporel.

Séquence 5 : autodiagnostic sur les 3 dimensions du ressenti.
- Renseigner l'auto-diagnostique Elément F (Feelings).
- Donner du sens à ses résultats.

Séquence 6 : la ligne de vie de l'estime de soi :
- Visualisation+ dessein de sa ligne de vie.

3ème demi-journée
Séquence 1 : le point du matin ;
- La moisson du J1, temps de partage et d'ouverture.

Séquence2 : mieux se connaitre par rapport à l'estime de soi.
- Apport théorique sur les 6 dimensions du soi.

Séquence 3 : les 6 dimensions de l'estime de soi (suite).
- Auto-perception et feedback des autres participants sur ces 6 dimensions.

4ème demi-journée
Séquence 4 : Micro lab :

35 rue Saint Sabin 75011 Paris – Tél. : 01 53 23 92 50 – formation@cjd.net - www.maformationcjd.fr
Organisme de Formation N° 11.75.36.91.875 / N° de TVA intracommunautaire : FR.00.784.321.820.
SARL au capital de 250 128€ - RCS Paris 7ème - N° SIRET 78432182000044 Code APE 5814 Z

- Mettre en situation de ces 6 dimensions par le corporel.

Séquence 5 : autodiagnostic sur ces 6 dimensions.

- Renseigner l'auto-diagnostique, l'Elément S (Self), soi et estime de soi.
- Donner du sens à ses résultats.

Séquence 6 : Booster son estime de soi

- Atelier les « 15 bonnes choses à faire pour augmenter l'estime de soi ».
- Se dire au revoir « Switch and swap and stroke ».

METHODE ET OUTILS PEDAGOGIQUES

La formation met en œuvre une pédagogie très complète. Chaque concept est développé autour :

- De jeux pédagogiques.
- D'apports théoriques simples.
- De visualisations.
- D'ateliers non verbaux.
- D'autodiagnostics validés scientifiquement.
- De feed-back des autres participants.

PRE REQUIS :
Avoir suivi le ou les niveau(x) précédent(s)

DUREE : 2 jours – 14 heures

PUBLIC : Toute personne, dirigeant ou collaborateur qui souhaite augmenter son efficacité et sa productivité professionnelles.

SUIVI ET EVALUATION

Feuille de présences émargées sur place.
Certificat de réalisation envoyé à l'issue du stage
Auto-évaluation des acquis à la fin du stage.
Evaluation à chaud de la satisfaction fait en ligne.

L'atteinte des objectifs pédagogiques sera évaluée par des Quiz, des expérimentations d'outils, des échanges collectifs en « tour de chaises », des débriefes après des mini mises en situation, très différentes de celles auxquelles vous êtes habitués, des retours d'expériences à l'oral et à l'écrit, des feed-back, des auto-perceptions. Et 2 auto-diagnostiques validés scientifiquement, les Elément F (Feelings) ressentis et S (self) soi, pour mesurer vos ressentis et votre estime de soi.

ACCESSIBILITE AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP : Nous contacter à formation@cjd.net

MAJ le 17/05/2023 par la responsable pédagogique

35 rue Saint Sabin 75011 Paris – Tél. : 01 53 23 92 50 – formation@cjd.net - www.maformationcjd.fr
Organisme de Formation N° 11.75.36.91.875 / N° de TVA intracommunautaire : FR.00.784.321.820.
SARL au capital de 250 128€ - RCS Paris 7ème - N° SIRET 78432182000044 Code APE 5814 Z