

COOPÉRATION BIENVEILLANTE

TOUS ACTEURS ET RESPONSABLES

« Soyez le changement que vous souhaiteriez voir dans le monde. »

Gandhi

Objectif

Sortir de ses fonctionnements automatiques et opter pour la bienveillance.

Objectifs opérationnels

Développer la voie du cœur et de la bienveillance et accompagner le changement. S'ouvrir à un nouvel état d'esprit basé sur la cohérence sociale et professionnelle (attitude positive, respect de soi, ouverture).

Mobiliser l'intelligence collective.



LES EFFETS

Amélioration de la qualité de vie des collaborateurs -
Renforcement de la performance globale et de la compétitivité -
Contribution à l'innovation

PROGRAMME > 1 journée*


Le matin (9h-12h30) : Comprendre

- Intérêt et compréhension de la bienveillance en entreprise.
- La cohérence du cœur dans les neurosciences (vidéo et explications). Évaluer son impact sur le plan social et professionnel.
- Faire le lien avec l'intelligence collective.

L'après-midi (13h30-17h) : Pratiquer

- Développer la confiance et le non jugement.
- Vivre la joie du collaboratif et du partage.
- Expérimenter l'intérêt du collectif.
- Susciter l'entraide et la bienveillance.
- Adopter une attitude d'ouverture.
- S'entraîner à ouvrir son cœur.

Intelligence collective, pratiques et jeux collaboratifs, dynamique corporelle, yoga, méditation active.

Le  Formation qui fait le lien avec les neurosciences et ouvre à un nouveau paradigme.

*Peut être couplée à la formation « Connaissance de soi et compétences relationnelles », sur 2 jours associés ou distancés.

COOPÉRATION BIENVEILLANTE. TOUS ACTEURS ET RESPONSABLES



FICHE TECHNIQUE

Pédagogie

Alternance de théorie et de pratiques facilitant la prise de conscience. Approche psycho-corporelle. Intelligence collective. Neurosciences

Modalités d'évaluation

Questionnaire d'autopositionnement (avant/après). Évaluation à chaud des pratiques. Fiche d'évaluation finale.

Public et effectif

Tout public, aucun pré-requis. 10 personnes maximum.

Durée, date et délai

1 journée de 7h, en présentiel. Date à définir ensemble. Délai en fonction de la disponibilité de chacune des parties (20 jours maximum). Formation pouvant être couplée à « Connaissance de soi et compétences relationnelles », sur 2 jours associés ou distanciés.

Lieux et accès

À définir ensemble (salle équipée, logistique). Pour toute spécificité ou situation de handicap, me contacter.

Tarif

Me contacter pour une réponse personnalisée (sous 48 à 72 heures).

Documents fournis

Attestation de fin de formation.

Contact

Tél. : 06 10 26 09 28

Mail : catherine.rouault.formation@gmail.com

CGU/CGV : www.catherinerouault.fr

Siret : 504 553 744 000 39

Numéro d'activité : 91300367430 (Occitanie)

Plus d'informations sur www.catherinerouault.fr

Septembre 2024

Catherine Rouault



Formatrice, coach et thérapeute, je suis passionnée par l'être humain. Je développe une pratique centrée sur la globalité de la personne avec des formations « à vivre » qui libèrent les intelligences multiples. Mes outils facilitent la cohérence corps-cœur-esprit.