

Durée : 2 jour(s)

Objectifs

Construire sa réussite
Vivre positivement
Gagner en confiance

Pré-requis

Tout public
Pas de pré-requis spécifique

Plan de cours

1. Le fondement personnel de la réussite

Mieux se connaître pour mieux réussir

Etats du Moi positifs et limitants

Etats du Moi, analyse structurelle

Signes de reconnaissance ou strokes

Identification de nos propres drivers

Stratégie d'évolution personnelle

2. Position de gagnant et mentalité de coopération

4 positions de vie : 1 position gagnant/gagnant

Autodiagnostic de sa position

Caractéristiques des gagnants en entreprise : les 22 secrets

3. Réaliser des boucles de réussite

Se préparer psychologiquement au changement

Savoir pourquoi se battre

Boucle théorique de la réussite

Offensive ou défensive : les tactiques gagnantes

4. Croyances libératrices et croyances limitantes : retrouver la confiance en soi

Quelques préalables incontournables : aucune recette miracle

Avoir maintenant le désir de retrouver confiance

Prendre du recul

Arrêter de culpabiliser

Prendre du temps