

SEMINAIRE DE DEVELOPPEMENT PERSONNEL (METANALYSE)

NOTRE OBJECTIF

Cet accompagnement a pour but d'aider un groupe de personnes responsables et autonomes à évoluer et tirer profit de ses changements, pour gagner en liberté et en disponibilité.

Chaque personne est prise en compte dans sa globalité professionnelle, sociale, personnelle, physique et psychologique, et par rapport à l'environnement dans le groupe.

Par la prise de recul sur ses émotions, ses comportements ou ses pratiques, la démarche va l'aider à mieux comprendre son fonctionnement, mobiliser plus efficacement ses énergies et optimiser la qualité et l'efficacité de son impact sur ses situations.

Prendre le « juste recul », c'est gagner en lucidité pour se donner les « meilleurs moyens d'agir » sur ce qui est de son ressort à décider de sa vie.

NOTRE APPROCHE

C'est une approche essentiellement systémique et globale au niveau de la personne et de son environnement, qui met en œuvre l'AT, la PNL, la Gestalt, et des outils psychométriques adaptés pour :

- Faciliter la compréhension de ce qui sous-tend l'observation d'un état ou d'une situation,
- puis, aider à provoquer les changements nécessaires à l'évolution recherchée.

1) ➔ **En première étape**, nous effectuons ensemble un diagnostic approfondi sur :

- Le fonctionnement et les ressources, présents,
- La perception de soi-même et des rôles à assumer,

pour les confronter aux demandes, ambitions, moyens et contextes, présents et futurs.

Cette étape facilite une prise de conscience des ressources ou des moyens à acquérir pour remporter les enjeux attendus.

CAPARMONIE

2) → **En deuxième étape** nous abordons, au fil des attentes qui se précisent, et des réalités quotidiennes qui émergent, la façon d'avancer efficacement *sur* et *par* ses épreuves pour grandir en cohérence.

Cette étape est pragmatique et clarifiante : en développant sa lucidité sur ce que la personne met elle-même en place ou non, elle se met en position d'agir en liberté.

L'approche comportementale implique, outre les échanges en face à face (de quoi s'agit-il, quelles options prendre ?), des mises en situations pragmatiques (expérimentations des options, jeux de rôles à traiter).

C'est pour la personne l'occasion de découvrir le panel des autres choix dont elle dispose pour anticiper ou résoudre ses problématiques.

EFFETS ATTENDUS

Cette démarche holistique doit permettre une mise en perspective, puis en autonomie pour agir efficacement et en cohérence, dans son environnement, et dans la durée. Les effets sont observables et mesurables à très court terme, avec le groupe et à l'extérieur.

DEROULEMENT

- Des séances régulières et des préparations entre celles-ci échelonnées sur 10 mois dans nos bureaux (Paris XVI^{ème}).