



**Durée** : 2 JOURS  
(14 heures)

# RETROUVER SA MOTIVATION

L'intelligence émotionnelle, liée à la PNL et au modèle ComColors permet d'améliorer sa communication interpersonnelle, son agilité relationnelle, de mieux se connaître pour prendre possession de son propre potentiel et développer sa puissance personnelle en s'appuyant sur sa motivation.

## Objectifs de la formation :

Réussir à se (re)motiver après un évènement difficile ou un arrêt professionnel.

## Programme

**Dates** : 22 et 23 novembre

**Public** : Tout professionnel confronté à des enjeux relationnels dans son organisation professionnelle (hiérarchie, collaborateurs, partenaires)

## MODALITES

### PEDAGOGIQUES :

2 journées en présentiel  
Possibilité de distanciel (nous consulter)  
Jeux de rôles et ateliers de mise en situation  
Diaporama  
Vidéos

**Entretien avec le formateur avant la formation pour évaluation des besoins**

### Suivi et réalisation des résultats :

Evaluation des objectifs et de la mise en place des changements à J+60 sous forme d'entretien

### Evaluation de la satisfaction

Questionnaire de satisfaction en fin de formation

**En amont** : Passage du Test de Personnalité : ComColors

### Jour 1 : L'estime de soi et la force de la motivation

*La représentation de la réalité : savoir distinguer le fait du point de vue*  
*L'approche du constructivisme. L'intelligence émotionnelle. La pyramide de Maslow*  
*La découverte de sa motivation grâce à l'approche de son environnement favorable*  
*Les 6 types de personnalité de Carl Gustav Jung revus par ComColors*  
*Le processus de la confiance en soi et chez l'autre selon son type de personnalité*

### Jour 2 : Le système de représentation du stress et la gestion du conflit

*Les niveaux logiques de Dilts. La gestion positive de son stress. La négociation avec son critique intérieur*  
*La réponse à apporter face aux comportements conditionnels et négatifs de son interlocuteur*  
*Le triangle de Karpmann*  
*L'identification de son profil de personnalité et de son mode de fonctionnement pour mieux se comprendre et développer sa flexibilité comportementale*  
*L'identification du mode de fonctionnement de son interlocuteur en repérant son profil pour entretenir une relation professionnelle constructive*  
*La force de l'équipe performante avec le modèle ComColors*

## Modalités d'accès et d'organisation :

Délai d'accès au parcours : 3 semaines

Taille du groupe : 6 à 8 personnes

Possibilité parcours individuel : nous consulter

Lieu : Paris . Locaux accessibles aux Personnes à Mobilité Réduite. Autre handicap : nous consulter

Distanciel (nous consulter)

**Tarif : 1500 € HT**  
**Avec test**  
**COMColors**

**Renseignements : 06.77.64.83.30**

## Contact :

Valérie GUHUR-PIROUX  
06.77.64.83.30 /

[valerie.guhur@toutestentoi.fr](mailto:valerie.guhur@toutestentoi.fr)

20 rue Victor Basch 94360

Bry sur Marne  
toutestentoi.fr