

Gagner en confiance en soi grâce à la méthode Encéfal®

Réf : GAGNCONF

 OBJECTIFS DE LA FORMATION

Apprendre à mieux se connaître de manière ludique
 Apprendre à connaître les autres par leurs forces de caractères
 Développer ses ressources d'optimisme
 Renforcer ses capacités cérébrales à l'aide des jeux
 Favoriser le travail d'équipe

PROGRAMME

Les intelligences multiples

Mieux se connaître pour être plus efficace
 Créer une intelligence collective

Les différentes mémoires : définition, mise en pratique**Le renforcement cérébral : définition, mise en pratique****Techniques de soutien des capacités d'adaptation****Le concept « Beau Bien Bon » amenant à un bien-être durable et conscient**

Etre bien avec soi-même pour oser aller vers les autres



2 jours soit 14h



Voir calendrier



710 €HT / participant



Public / Prérequis

Tout public

Méthodes et Moyens
pédagogiques

Alternance entre apports théoriques,
 exercices pratiques et nombreux jeux
 pédagogiques.

Mises en situation.

Exercices d'entraînement

Salles équipées : Salles équipées :
 vidéoprojecteur et paperboard. Chaque
 stagiaire dispose d'un support de cours
 papier ou électronique et de matériel
 de prise de notes.



Validation

Attestation de stage



Profil intervenant

Formateur expert en psychologie
 cognitive certifié méthode ENCEFAL®

Suivi et Évaluation
de l'action

Exercices pratiques, quizz pour valider
 les acquis, compte rendu de fin de
 formation et analyse interne
 Questionnaire « évaluation de la
 formation » rempli par le stagiaire



La formation est accessible aux personnes à mobilité réduite et toute demande d'adaptation peut être étudiée en amont de la formation en fonction du besoin des personnes. Nous contacter pour plus d'informations



Lieu : Site de Metz : JCD FORMATION - 193 rue du Général Metman - 57070 METZ - 03 87 37 97 70
 Site de Pompey : KAPEDIA - 132 Rue Léonard de Vinci - 54340 POMPEY - 03 83 49 80 80