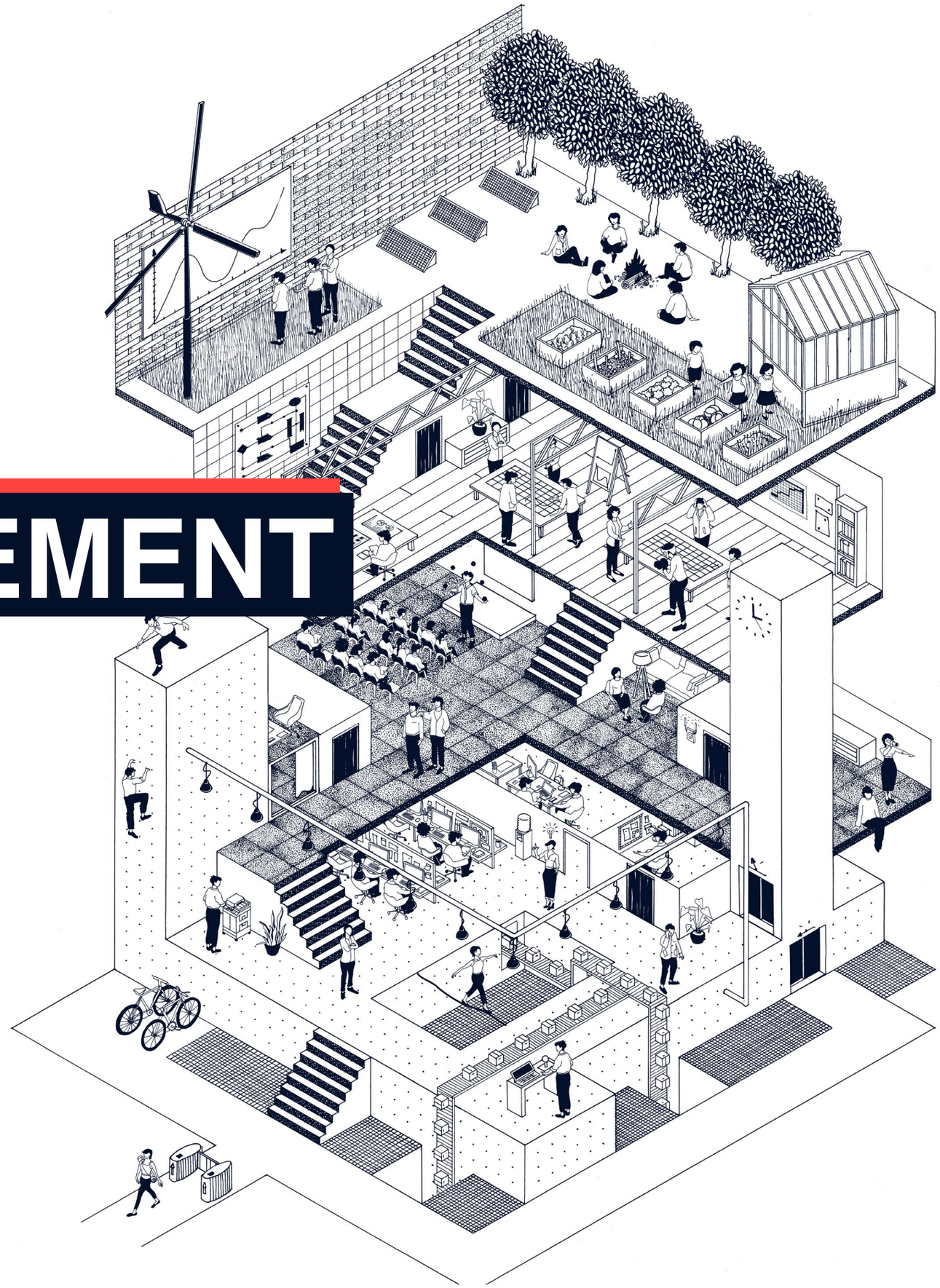
LE DÉVELOPPEMENT HUMAIN

Pour les collaborateurs



« Pour répondre aux besoins du monde désormais complexe, nous devons trouver des solutions en accélérant le développement humain. »

Richard Barrett

LE DÉVELOPPEMENT HUMAIN

Si dans le passé, les organisations se sont généralement concentrées sur la consolidation de compétences techniques, des savoir-faire et de l'expertise liée au métier lui-même, nous devons aujourd'hui aller plus loin et faire évoluer **les modes de pensée, les consciences et les postures.**

Le développement humain
[de.və.lɔp.mɑ̃ \ \y.mɛ̃] n.m. - La capacité à se questionner, à mieux se connaître, à dépasser ses freins, ses mécanismes de défense et ses peurs, à gagner en confiance et en agilité, à prendre ses responsabilités, à s'ouvrir pleinement aux autres et à sortir de sa zone de confort.

Nos accompagnements individuels

Travailler la psychologie et les comportements des collaborateurs pour dépasser leurs freins, gagner en confiance et devenir autonome.

1. Renforcer la confiance en soi

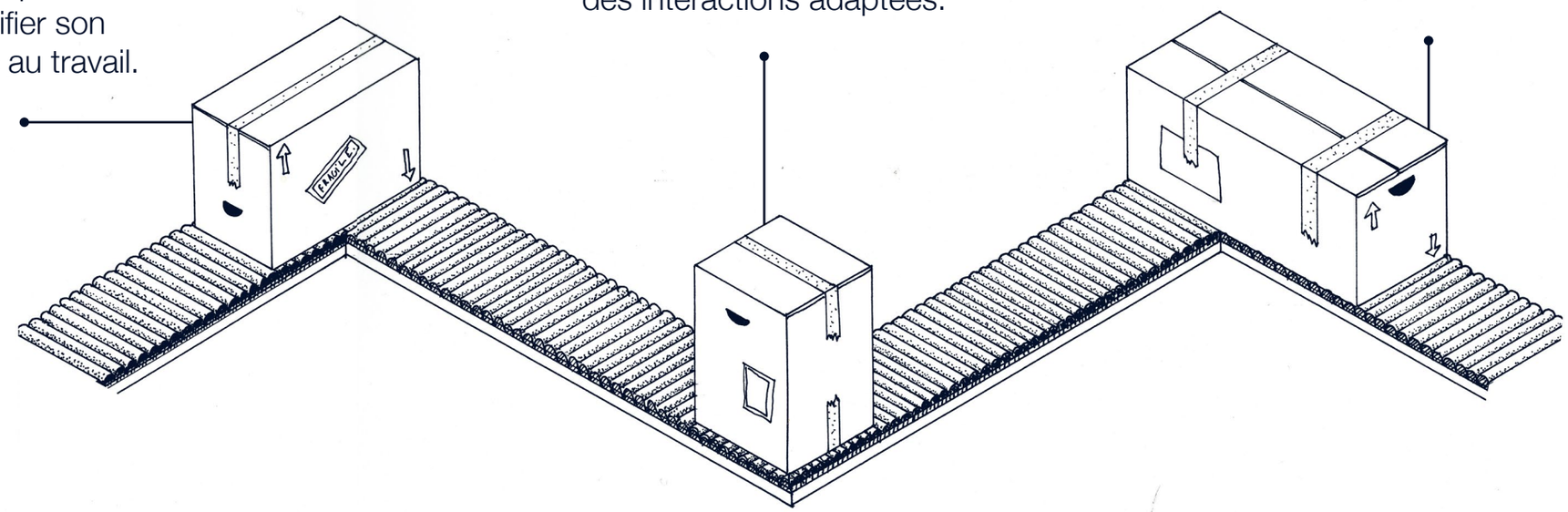
Gagner en assurance, valoriser sa présence et amplifier son assertivité au travail.

2. Libérer sa posture & sa communication

Développer son influence, son impact et ses relations par une communication et des interactions adaptées.

3. Oser la prise de recul

Savoir prendre du recul sur l'opérationnel, s'ouvrir au lâcher-prise et ajuster son exigence - envers soi et les autres - pour une efficacité durable.



RENFORCER LA CONFIANCE EN SOI

Gagner en assurance, valoriser sa présence et amplifier son assertivité au travail.

COMMENT

Découvrir et comprendre **l'origine** de son manque de confiance en soi.

Comprendre comment **nos croyances et nos histoires** ont structuré notre identité et influencent nos actions.

Se sentir plus **libre et détaché** de la validation et de la reconnaissance extérieures.

Trouver les solutions pour museler **le syndrome de l'imposteur** et le sentiment d'illégitimité.

Être pleinement soi-même au travail et exprimer librement ses opinions.

Prendre des risques, **aller au-delà de sa zone de confort.**

Devenir plus visible, **affirmé** et interagir avec sa hiérarchie d'une manière agile.

POUR QUI ?

Les collaborateurs :

- qui ne se révèlent pas pleinement au travail.
- qui ne se sentent pas pleinement légitimes dans leur rôle.
- qui ont des difficultés à exprimer leurs convictions.
- qui éprouvent un besoin excessif de validations et de reconnaissances.

LIBÉRER SA POSTURE & SA COMMUNICA-TION

Développer son influence, son impact et ses relations par une communication et des interactions adaptées.

COMMENT

Devenir conscient de **son impact,** de sa posture et de son style de communication.

Développer des compétences **d'écoute et d'empathie.**

Générer des interactions **positives, fortes et vraies.**

Adapter sa communication et sa posture devant différentes parties prenantes.

Montrer de la conviction en utilisant **un langage corporel et émotionnel adéquat.**

Influencer efficacement son environnement.

Créer des relations basées sur **la confiance et l'appréciation de l'autre.**

POUR QUI ?

Les collaborateurs :

- qui cherchent à améliorer leur communication et leur impact.
- qui veulent se connecter et interagir plus efficacement avec leur environnement.
- qui ont des difficultés à se montrer pleinement eux-mêmes et authentiques au travail.
- qui n'arrivent pas à faire passer leurs idées, à se faire comprendre ou à susciter l'adhésion dans un groupe.

OSER LA PRISE DE RECUL

Savoir prendre du recul sur l'opérationnel, s'ouvrir au lâcher-prise et ajuster son exigence - envers soi et les autres - pour une efficacité durable.

COMMENT

Prendre conscience de son mode de fonctionnement et du coût personnel - et collectif - que cela engendre.

Comprendre les mécanismes mentaux qui poussent à **une sur-exigence** envers soi-même et envers les autres.

Savoir se détacher de l'emprise omnisciente **des résultats et des injonctions court-termistes.**

Prendre de la hauteur pour développer une vision et une stratégie plus pérennes dans le temps.

Développer **un meilleur équilibre** personnel et professionnel.

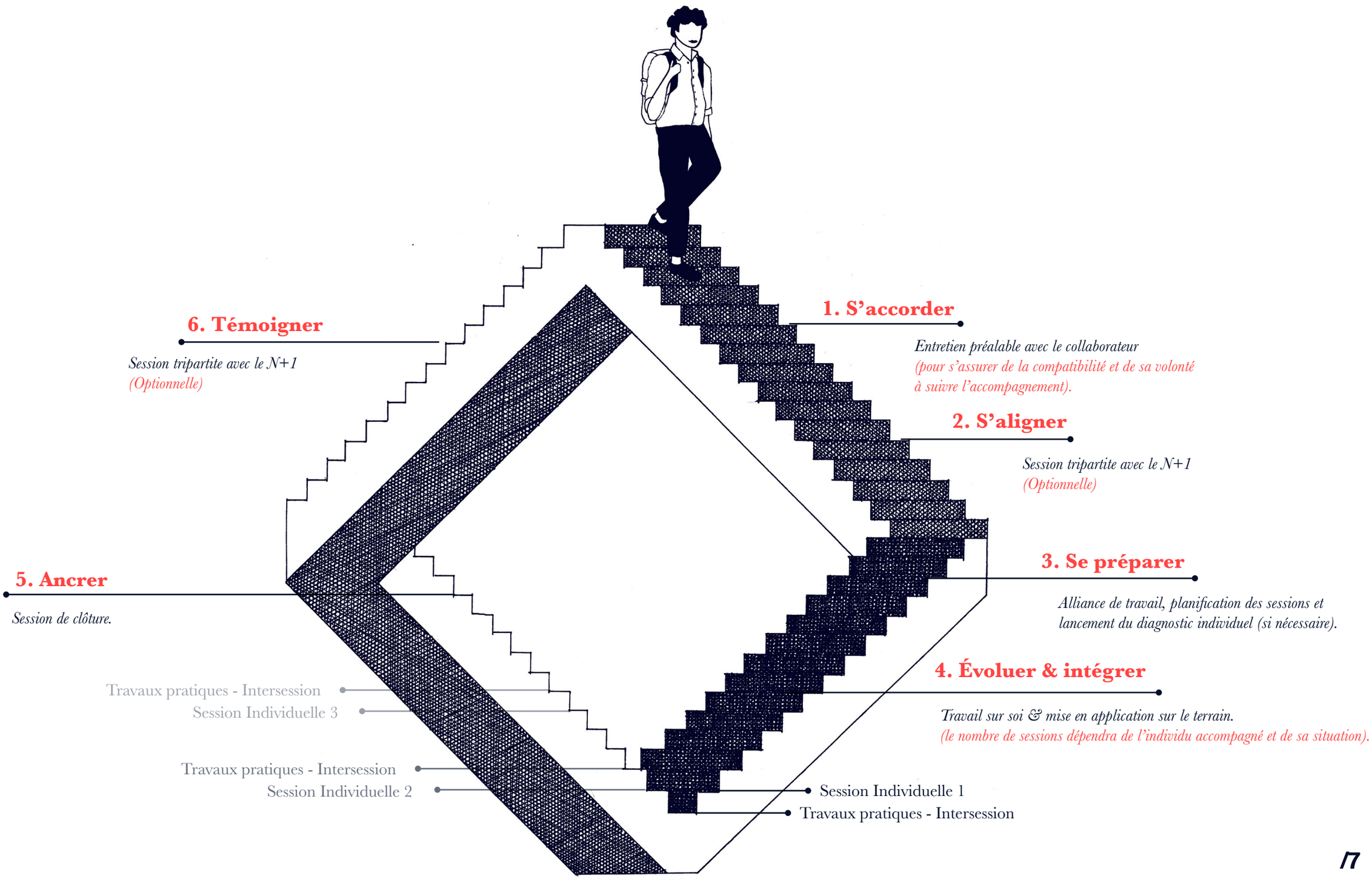
Déployer une approche **plus collective et plus collaborative.**

POUR QUI ?

Les collaborateurs :

- qui sont dans la perfection et le sur-contrôle.
- qui sont trop exigeants envers eux-mêmes et/ou envers les autres.
- qui se sentent fatigués ou surmenés à force de tout porter sur leurs épaules.
- qui veulent gagner en sérénité et en épanouissement.

Notre processus



Notre approche

Nos accompagnements s'adaptent aux besoins et à la personnalité de vos collaborateurs en combinant **les modalités, la durée, le format et le nombre de sessions.**

Dispositif	• Session individuelle *(en tête à tête)*, en présentiel *(dans vos locaux ou à l'extérieur - dans des espaces confortables et chaleureux)* et/ou en visioconférence.
Modalités	Combinaison de méthodes et d'outils adaptés pour chaque collaborateur : • Diagnostic Individuel • Coaching • Formation • Mentoring • Mindfulness • Somatic • Approches narratives
Durée d'une session	• Entre 60 minutes et 90 minutes toutes les 3 ou 4 semaines
Nombre de sessions	• À définir suivant l'individu accompagné *(généralement entre 6 et 9 séances)*

intangible work.

www.intangiblework.com - contact@intangiblework.com
+33 (0)7 78 35 69 92