

DVP-25

## MIEUX SE CONNAITRE POUR DEVELOPPER SON POTENTIEL

### OBJECTIFS PEDAGOGIQUES :

*A l'issue de la formation, chaque participant devra mieux :*

- **Mieux connaître ses modes de fonctionnement, son potentiel et ses freins**
- **Développer son savoir être et son aisance relationnelle**
- **Accroître son intelligence émotionnelle et mieux gérer son stress**
- **Renforcer son efficacité en connectant ses sensations et sa créativité**

### CONTENU DU PROGRAMME DE LA FORMATION :

- **Connaître son potentiel et l'incarner au quotidien**
  - ✓ Identifier les bases et les causes de ses comportements.
  - ✓ Reconnaître son potentiel, ses ressources personnelles pour atteindre ses aspirations.
  - ✓ Appréhender ses limites, ses croyances et pensées négatives pour les dépasser.
  - ✓ Comprendre l'impact de sa vision du monde sur son quotidien, ses relations et sa vie.
- **Développer sa conscience de soi et de l'autre pour améliorer ses relations**
  - ✓ Sortir du jugement et de ses limitations.
  - ✓ Pratiquer la bienveillance tout en restant soi-même.
  - ✓ Affiner son ressenti pour améliorer sa compréhension de l'autre et faciliter le lien.
  - ✓ Développer son charisme pour s'ouvrir des opportunités.
- **Recourir à ses émotions pour intensifier son développement**
  - ✓ Découvrir et développer son cerveau émotionnel.
  - ✓ Prendre conscience de ses ressentis et de leur impact.
  - ✓ Comprendre les mécanismes du stress et de ses modes réactionnels.
  - ✓ S'approprier des outils concrets pour maîtriser ses émotions et son stress.

- **Renforcer ses capacités sensitives et créatives**
  - ✓ Comprendre la complémentarité et la richesse des hémisphères cérébraux.
  - ✓ Développer son ressenti, maîtriser sa sensibilité.
  - ✓ Exploiter son système sensitif et renforcer son efficacité.
  - ✓ Se réaliser tel que l'on est avec créativité.
- **Poursuivre son processus personnel d'adaptation sur le long terme**
  - ✓ Comprendre les 3 dimensions de l'être humain et ses interactions.
  - ✓ Intégrer une cohérence physique, mentale et émotionnelle à son processus d'évolution.
  - ✓ Ancrer de nouveaux automatismes pour perpétuer son développement sur le long terme.

## PUBLIC CONCERNE

Toute personne souhaitant acquérir une connaissance de soi approfondie pour mieux progresser dans sa vie professionnelle et personnelle.

## DUREE DE LA FORMATION

03 journées de 8 heures chacune

## ANIMATEUR

Formateur spécialisé avec longue expérience

Nous sommes présents à :  
Abidjan, Yamoussoukro, Korhogo, Daloa,  
Duékoué, Man, San-Pédro, Abengourou

Mail : [info@emergencesgroupe.com](mailto:info@emergencesgroupe.com)  
Site internet : [www.emergencesgroupe.com](http://www.emergencesgroupe.com)  
Contacts : 27 23 48 90 16 / 07 49 10 10 52 / 07 08 06 18 12  
Agréé par le FDFP (Fonds de Développement de la Formation Professionnelle)

N°CC : 0417286 X  
N°RC : -B-446  
N° CNPS : 094 279