

Catalogue des formations



« Développez votre lucidité et révélez votre potentiel personnel et professionnel »

Formations :

- **Agilité, Flexibilité, Capacité d'adaptation**
- **Cohésion d'équipe**
- **Performance d'équipe**
- **Développement personnel & professionnel**

« Je suis Coach et Formateur certifié en développement personnel et professionnel, spécialiste des dimensions comportementales et cognitives, membre d'ICF à Luxembourg.

J'accompagne les individus et les groupes dans le développement de leur lucidité afin qu'ils puissent révéler leur potentiel personnel et professionnel.

Mes formations ont été conçues pour satisfaire les organisations qui souhaitent placer l'humain au cœur de l'entreprise et au centre de leurs préoccupations.

La pratique de la lucidité permet :

- D'accroître son discernement
- D'identifier et de développer son potentiel personnel et professionnel
- De s'adapter aux changements avec agilité et flexibilité
- D'améliorer ses relations interpersonnelles

Persuadé que la réussite réside plus dans une capacité à évoluer que dans les compétences initiales, j'ai la conviction que lorsqu'une entreprise investit dans le développement personnel & professionnel de ses collaborateurs, les individus qui composent l'organisation seront davantage impliqués et plus performants.

Il nous appartient à tous de cultiver cette spirale positive, ainsi se former nourrit ce processus d'amélioration continue. »

Stéphane Lia

Coach & Formateur certifié

Informations :

Toutes nos formations reposent sur un équilibre entre théories, exercices, simulations et jeux issus du coaching professionnel.

Nos tarifs s'entendent hors taxes.

TABLE DES MATIERES

Intitulé de la formation	Domaine	Page
Agilité, Flexibilité, Capacité d'adaptation	Développement personnel et professionnel	4
Développer la cohésion d'équipe	Relations	5
Optimiser la performance des équipes	Management	6
Agilité, Flexibilité, Capacité d'adaptation (Formation individuelle)	Développement personnel et professionnel	7
Bien-être au travail (Coaching individuel)	Développement personnel et professionnel	8
Objectif Réussite (Coaching individuel)	Management	9

Agilité, Flexibilité, Capacité d'adaptation

Durée : 4 heures

Tarif : 800 euros HT

Groupe : 8 pers. max.

Date et lieu : à définir



« Vous avez beau avoir toutes les aptitudes, si vous n'avez pas l'attitude, vous ne réussirez pas » Ghandi

Parce qu'il n'existe rien de constant si ce n'est le changement, savoir s'adapter, faire preuve d'agilité et de flexibilité sont autant de compétences comportementales spécifiques à développer pour permettre à un individu de faire face avec succès au changement permanent que lui impose son environnement.

Objectifs :

- Conscientiser ses modes de fonctionnement automatique
- Développer des compétences adaptatives
- Améliorer ses relations interpersonnelles



A l'issue de cette formation, les participants seront en mesure d'aborder les changements avec plus de souplesse, de sérénité et sauront comment entretenir des relations apaisées.

Public :

Toute personne souhaitant acquérir de nouvelles compétences et développer son adaptabilité.

Prérequis :

Aucun

Contenu pédagogique :

- Présentation de la matrice de l'identité
- Définition et exploration des 5 Drivers de motivation
- Les principes du modèle du Quadrant d'Ofman

Moyens pédagogiques :

- Contenu théorique
- 2 tests (comportemental, drivers)
- Exploitation d'exemples quotidiens
- Echanges en petits groupes / grand groupe
- Jeux / Simulations d'interactions

Développer la cohésion d'équipe

Durée : 1 jour

Tarif : 1200 euros HT

Groupe : 12 pers. max.

Date et lieu : à définir



« Le travail individuel permet de gagner un match mais c'est l'esprit d'équipe et l'intelligence collective qui permet de gagner la coupe du monde. » Aimé Jacquet

Vous souhaitez créer une cohésion d'équipe pour améliorer les conditions de travail et la performance de votre organisation. Ce module s'articule autour d'exercices et de décryptage théorique et a pour but de rassembler votre équipe autour de valeurs communes, de favoriser l'intelligence collective et le travail collaboratif.

Objectifs :

- Clarifier les valeurs convergentes de l'équipe
- Créer une cohésion et un esprit d'équipe
- Développer l'intelligence collective



A l'issue de cette formation, les participants auront créé une identité collective commune et sauront comment mieux coopérer.

Public :

Toute équipe souhaitant améliorer ses relations interpersonnelles et partager des valeurs communes.

Prérequis :

Aucun

Contenu pédagogique :

- Les fondamentaux d'une équipe cohésive
- Collaboration vs compétition
- Les signes de reconnaissance
- La prise de décision par consentement

Moyens pédagogiques :

- Contenu théorique
- Exploitation d'exemples quotidiens
- Echanges en petits groupes / grand groupe
- Jeux / Simulations

Optimiser la performance des équipes

Durée : 1 jour

Tarif : 1200 euros HT

Groupe : 12 pers. max.

Date et lieu : à définir



« La folie, c'est se comporter de la même manière et s'attendre à un résultat différent. » Albert Einstein

Vous souhaitez accroître la prospérité et la pérennité de votre organisation mais constatez des différences dans les attitudes des membres de votre équipe pour atteindre l'objectif de groupe. Ce module vous aidera à identifier les comportements qui favorisent la performance et l'efficacité de votre équipe.

Objectifs :

- Comprendre ses attitudes face aux risques
- Identifier les ressources personnelles et collectives cachées
- Améliorer son processus décisionnel



A l'issue de cette formation, les participants auront identifié les leviers à activer pour augmenter la performance et l'efficacité de l'équipe.

Public :

Toute équipe cherchant à développer sa performance et à améliorer ses résultats.

Prérequis :

Aucun

Contenu pédagogique :

- Concept et clés de la performance en équipe
- Comprendre et améliorer son processus décisionnel
- Comment mieux communiquer en équipe
- Les signes de reconnaissance

Moyens pédagogiques :

- Contenu théorique
- Exploitation d'exemples quotidiens
- Echanges en petits groupes / grand groupe
- Jeux / Simulations

Agilité, Flexibilité, Capacité d'adaptation

Durée : 4 heures

Tarif : 400 euros HT

Formation individuelle

Date et lieu : à définir



« Vous avez beau avoir toutes les aptitudes, si vous n'avez pas l'attitude, vous ne réussirez pas » Ghandi

Parce qu'il n'existe rien de constant si ce n'est le changement, savoir s'adapter, faire preuve d'agilité et de flexibilité sont autant de compétences comportementales spécifiques à développer pour permettre à un individu de faire face avec succès au changement permanent que lui impose son environnement.

Objectifs :

- Conscientiser ses modes de fonctionnement automatique
- Développer des compétences adaptatives
- Améliorer ses relations interpersonnelles



A l'issue de cette formation, le participant sera en mesure d'aborder les changements avec plus de souplesse, de sérénité et saura comment entretenir des relations apaisées.

Public :

Toute personne souhaitant acquérir de nouvelles compétences et développer son adaptabilité.

Prérequis :

Aucun

Contenu pédagogique :

- Présentation de la matrice de l'identité
- Définition et exploration des 5 Drivers de motivation
- Les principes du modèle du Quadrant d'Ofman

Moyens pédagogiques :

- 4 tests (comportemental, drivers, affirmation de soi et valeurs)
- Exploitation d'exemples quotidiens
- Simulations d'interactions

Bien-être au travail

Durée : 3 heures

Tarif : 300 euros HT

Coaching individuel

Date et lieu : à définir



« Un salarié heureux est un salarié performant »

D'après une étude Harvard / MIT dans le cadre d'une démarche Qualité de Vie au Travail, un salarié heureux serait même : 31% plus productif, 2 fois moins malade, 55% plus créatif, 6 fois moins absent et 9 fois plus loyal.

Participez à l'épanouissement de vos collaborateurs en leur accordant un accompagnement individuel. Vous augmenterez votre productivité et fidéliserez vos talents.

Objectifs :

- Mesurer son équilibre personnel
- Rédiger un objectif porteur de sens
- Réactiver sa motivation



A l'issue de cet accompagnement, le participant aura élaboré un objectif porteur de sens, source d'équilibre et de réalisation personnel.

Public :

Tout collaborateur souhaitant trouver un équilibre et réactiver sa motivation.

Prérequis :

Aucun

Contenu pédagogique :

- Définition « Equilibre de vie »
- Les 5 clés d'un objectif
- Technique de visualisation et de motivation

Moyens pédagogiques :

- 360° du participant
- Questionnaire de clarification d'objectif
- Rédaction et codage d'un objectif

Objectif Réussite

Durée : 3 heures

Tarif : 300 euros HT

Coaching individuel

Date et lieu : à définir



« Un objectif correctement défini est à moitié atteint » Abraham Lincoln

Vous souhaitez atteindre un objectif ? Le définir avec précision ? Cet accompagnement vous permettra de clarifier et de renforcer votre véritable motivation, stimulera vos capacités latentes et augmentera les chances de concrétisation de votre projet.

Objectifs :

- Clarifier et renforcer sa motivation
- Ajouter des ressources de performances



A l'issue de cet accompagnement, le participant aura une vision plus claire de son objectif et les ressources mentales adéquates pour l'atteindre.

Public :

Toute personne cherchant à maximiser ses chances de réussite.

Prérequis :

Aucun

Contenu pédagogique :

- Définition et exploration d'un objectif
- Les 5 clés d'un objectif
- La technique des symboles

Moyens pédagogiques :

- Questionnaire de clarification d'objectif
- Rédaction et codage d'un objectif
- Boucle de renforcement de la motivation



22 Grand Rue
L-3730 Rumelange

Tél : +352 691 17 16 18
+33. 6 07 50 92 30

Mail : stephane.lia@icloud.com

Web: www.stephane-lia.com

« *L'**Inukshuk** est généralement construit de pierres placées de manière à ressembler à un être humain.*

Il sert tantôt de point de repère ou d'identification de cache pour la nourriture.

*Tant pour le Canada que pour le reste du monde, l'**Inukshuk** est devenu **un symbole de fraternité, d'entraide et de solidarité.***

*Selon une légende Inuit, de par ses qualités ancestrales de guide, l'**Inukshuk** aidera la personne qui en acquiert un, à toujours **prendre les bonnes décisions et à aller dans la bonne direction dans sa vie.** »*