

## FINANCES

Pour les quatre jours : comprenant l'animation, la documentation, les pauses, les repas et le livre "Explorer son identité pour mieux accompagner".

Païement en une fois **CHF 1600.-**

Païement en trois fois **CHF 1650.-**

## LIEU

Castel de Bois-Genoud, Crissier (VD)- [www.boisgenoud.ch](http://www.boisgenoud.ch)

## ANIMATION



Natacha Andenmatten



Myriam Küng

## INSCRIPTIONS/INFORMATIONS

[www.coaching-services.ch](http://www.coaching-services.ch) ou pour tout renseignement: +41 78 640 62 36

### Éclore à soi-même

Apprendre à se connaître, c'est l'oeuvre de toute une vie mais grâce à certains ateliers, au regard et au feed-back bienveillant des autres, on peut progresser rapidement sur ce chemin. En toute sécurité, le groupe nous porte et favorise l'éclosion par son intelligence collective.

**Extrait de texte produit en commun par le groupe de 2017-2018**

### Pas de longs discours!

Explorer son identité en la vivant... avec légèreté et profondeur.  
Une marque de fabrique de Coaching-Services.

**Jean-Frédéric**



COACHING SERVICES est certifié **EDUQUA**

# EXPLORER SON IDENTITÉ

## POUR DEVELOPPER SES COMPÉTENCES RELATIONNELLES

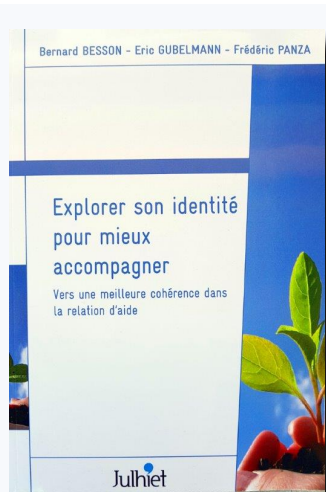
- 28 janvier 2022
- 18 février 2022
- 11 mars 2022
- 1er avril 2022



[www.coaching-services.ch](http://www.coaching-services.ch)

[info@coaching-services.ch](mailto:info@coaching-services.ch) | 078 640 62 36

## MIEUX SE CONNAÎTRE POUR MIEUX DÉCOUVRIR L'AUTRE



### UNE FORMATION À DÉCOUVRIR...

**Chacun met en jeu dans une relation ses caractéristiques identitaires, ses projets de vie, ses valeurs et croyances.**

**Ces éléments vont déterminer ses actions et attitudes.**

Cette formation est basée sur le livre « Explorer son identité pour mieux accompagner ». Elle s'adresse à toutes personnes qui souhaitent intégrer leur propre subjectivité dans leur rôle professionnel. Par cette démarche de connaissance de soi, l'individu va apprendre à limiter consciemment son influence et laisser une plus grande autonomie à l'autre.

"Je suis un voyageur et un navigateur. Et tous les jours, je découvre un nouveau continent dans les profondeurs de mon âme."

**(Khalil GIBRAN)**

### MODALITÉS DE PARTICIPATION

Cette formation suppose un travail personnel de lecture au préalable (livre) et entre les jours de formation.

Les participants aborderont les contenus de cours par l'expérimentation tant au niveau individuel que collectif.

Les animateurs seront garants de l'établissement et du maintien d'un climat propice à un tel travail.

L'engagement se fait pour les quatre jours de formation, qui doivent être suivis dans l'ordre.

### Explorer pour mieux se connaître

Cette formation sur l'identité est une vraie invitation à l'exploration de soi. L'aspect pratique vécu à travers des ateliers d'expérimentation m'a particulièrement plu. Le climat de confiance et de bienveillance co-institué par les formateurs et les participants a favorisé l'optimisation de cette exploration à travers, entre autres, les thèmes de vie et les valeurs. Une expérience très riche qui m'a permis de prendre davantage confiance en moi et de continuer à oser m'ouvrir davantage aux autres. Merci à tous !

**Noémie**

## LA FORMATION EN DÉTAILS...

### PUBLIC CIBLE

Tous les professionnels en lien avec autrui (managers, coaches, responsables RH, formateurs, intervenants des domaines sociaux et médicaux,...) qui veulent mieux se comprendre pour mieux communiquer avec les autres.

### OBJECTIFS

Approfondir la connaissance de ses aspects identitaires (personnalités, masques, thèmes de vie, valeurs et croyances).

Evaluer l'impact de ces aspects sur l'autre.

Choisir ses attitudes et actions dans la relation en toute conscience.

### THÈMES ABORDÉS

Jour 1 : Les fondements de mon identité

Jour 2 : Mes thèmes de vie

Jour 3 : Mes valeurs et croyances

Jour 4 : Mes attitudes et mes actions dans la relation

### Bienveillance et Sécurité

Cette formation est très enrichissante. Elle m'a permis de mettre en lumière certains aspects de mon identité et d'en approfondir d'autres que j'avais un peu laissés de côté ou auxquels je ne voulais pas forcément me confronter. Sans les formateurs et les participants, rien n'aurait été possible. L'introspection seule ne permet pas de creuser si profond en soi ni d'être aussi objectif et lucide avec soi-même. Le groupe a une place très importante. Il crée le support et le cadre sécurisé nécessaire à l'exploration de soi, comme un endroit matelassé où l'on peut tomber, échouer, essayer, réussir. Cela m'a permis énormément de découvertes et j'ai été "bluffée" par l'effet que certains exercices ont eu et les prises de conscience qu'ils m'ont amenées.

**Justine**