



ALFRED

(TRANS)FORMATION

**FAIRE GRANDIR LES PILIERS DE
L'ENTREPRISE**

ALFRED (TRANS)FORMATION

ALFRED (TRANS)FORMATION est un **phare du développement humain** au niveau régional avec une résonance de dimension universelle.

ALFRED (TRANS)FORMATION propose des **séminaires et des parcours expérientiels** au niveau local d'excellence internationale.

Elle base son savoir-faire sur quelques convictions fortes:

- La multiplication des **formats** et des **expériences** permet de **renforcer l'engagement** des participants.
- La parole d'un **pair** résonne davantage que la parole d'un **expert**.
- La raison d'être de ses parcours expérientiels est de stimuler le **retour dans l'action**.
- La création d'un **lien durable** entre les participants est un critère essentiel de la réussite du parcours.



Prêt à embarquer ?

Bienvenue dans ce parcours de formation dédié aux managers d'équipes et de projets transversaux ! En tant que responsable d'une équipe ou d'un projet, vous jouez un rôle essentiel dans la réussite et l'accomplissement des objectifs de votre organisation. Diriger et influencer efficacement les individus et les équipes ne sont pas des tâches faciles. C'est pourquoi nous avons développé ce parcours de formation axé sur les compétences d'influence et sur la capacité de leadership.

Dans un monde en constante évolution, où les structures organisationnelles se transforment rapidement et où les défis sont de plus en plus complexes, il est crucial pour les managers de développer des compétences spécifiques pour influencer positivement les autres et diriger avec succès des projets transversaux. L'influence est une compétence clé qui permet d'inspirer et de motiver les membres de votre équipe, de convaincre les parties prenantes et de naviguer avec succès dans les dynamiques complexes de l'environnement professionnel.

Nous avons rassemblé des experts et des professionnels expérimentés dans le domaine pour vous fournir des outils pratiques et des exemples concrets pour renforcer votre impact en tant que manager. Vous apprendrez comment bâtir des relations de confiance, communiquer efficacement, inspirer et mobiliser votre équipe.

En suivant ce parcours de formation, vous développerez une compréhension approfondie des mécanismes de l'influence et du leadership, ainsi que des compétences pratiques pour les appliquer dans votre quotidien professionnel. Vous acquerrez les connaissances nécessaires pour relever les défis spécifiques auxquels vous êtes confrontés en tant que manager d'équipes et de projets transversaux.

Nous sommes ravis de vous accompagner dans votre parcours de développement professionnel et de vous aider à devenir un manager influent et un leader inspirant. Préparez-vous à découvrir de nouvelles perspectives, à acquérir des compétences précieuses et à faire évoluer votre manière d'aborder votre rôle de manager.

Prêt à commencer ? Alors, plongeons dans ce parcours de formation passionnant et enrichissant pour développer vos compétences d'influence et votre leadership !

Faire des piliers de l'entreprise des LEADER CONSCIENTS



Leader conscient

ALFRED (TRANS)FORMATION propose des journées de formation dans l'optique de développer la posture de **leader conscient** :

- de ses **intentions**
- du **contexte** et de son importance
- de son **impact sur les autres**
- de son **état interne**
- de ses **interprétations** et de ses biais
- des histoires qui l'enferment
- de son **potentiel**
- de sa **responsabilité**

L'intention affirmée est **le retour à l'action**.

PERFORMANCE



RÉSILIENCE



ROBUSTESSE



UN PARCOURS EXPÉRIENTIEL

L'intention est de permettre à chaque participant de venir **se nourrir** et de **partager** avec ses pairs pour faire grandir l'humain au service de la réussite de votre entreprise.

Chaque journée fera l'objet d'une **expérience inspirante** spécifiquement construite en lien avec le thème de la journée.

La méthode d'animation fait une large place à la **pédagogie active**, aux **échanges** et à la **fertilisation croisée** entre participants sous forme d'**atelier de partage**.

Un **facilitateur fil rouge** assure la cohérence et le lien tout au long du parcours avec des mini sessions de coaching régulières afin de soutenir les apports et d'ancrer les découvertes du parcours pour chacun.





Les piliers de l'entreprise - Le parcours en résumé

Méthodologie

La méthodologie originale de la Maison d'Alfred combine 4 éléments : des temps de formation comme socle, des expériences pour pratiquer et s'évader, des coachings pour fixer des objectifs et mesurer la progression et une attention continue pour assurer la fluidité des journées de formation.

Formations

Nous faisons intervenir chaque jour un expert de notre réseau sur une thématique. Chaque journée s'inscrit dans un cycle cohérent, résultant de notre expertise en ingénierie pédagogique, pour garantir l'apprentissage des participants.

Expériences

Pour consolider les acquis et ajouter une dimension émotionnelle qui favorise l'ancrage des connaissances, nous organisons une expérience en fin de journée. Un intervenant du réseau de la Maison d'Alfred transmet sa passion aux participants.

Coaching

3 coachings individuels d'une heure permettent de dresser des objectifs, ancrer les connaissances et effectuer un bilan des acquis en fin de formation. Ils sont offerts.

Facilitation et attention continue

Un facilitateur est présent en continu durant chaque journée pour assurer son déroulement et aider notre formateur. L'attention de l'équipe de La Maison d'Alfred permet d'assurer la fluidité du fil rouge en organisant des pauses gourmandes et en répondant aux questions logistiques des participants.

Déroulé d'une journée type

Chaque journée de formation se déroule à La Maison d'Alfred. Elle repose sur l'intervention d'un expert, suivi d'une expérience pour approfondir les acquis. Elle reste néanmoins adaptable selon les exigences des participants et des besoins du formateur.

8h30 - 9h

Accueil café

Arrivée des participants à La Maison d'Alfred, installation, petit-déjeuner et rencontre avec le formateur

9h - 12h

Formation

Début de la formation, activité théoriques et cas pratiques en sous-groupes, pause selon le rythme de la formation

12h - 13h

Restauration

Déjeuner en groupe à La Maison d'Alfred avec prestation de traiteur partenaire ou déjeuner à l'extérieur

13h - 15h30

Formation

Reprise de la formation, derniers concepts et cas pratique, récapitulatif, bilan des apprentissages et plan d'action individuel

15h30 - 17h

Expérience

Expérience sensorielle, approfondissement et mise en pratique des concepts, conclusion de la journée

Formations et coachings

2 semaines avant le
début du parcours

Coaching individuel / par *Emmanuel Zecchini*

Journée 1

Comprendre et exprimer mon rôle de pilier dans l'entreprise par les 5 agirs et la métaphore du vivant / par *Olivier Bérut*

Journée 2

Leadership conscient / par *Philippe Joannis*

Journée 3

Multiplier les perspectives par les processus de création / par *Ludovic Pessin*

Période de mi-parcours

Coaching individuel / par *Emmanuel Zecchini*

Journée 4

Grandir dans l'estime de soi et accéder à son identité profonde / par *Virginie Tesson*

Journée 5

Assumer ses responsabilités en prenant une parole juste / par *Benoît Vasse*

Journée 6

Préparation mentale et physique : s'entraîner comme un athlète de l'entreprise / par *Sylvain Cousin*

2 semaines après la fin
du parcours

Coaching individuel / par *Emmanuel Zecchini*

Expériences inspirantes (exemples)

Journée 1

Lâcher prise et retrouver la joie / *Yoga du rire*

Journée 2

Écouter son intériorité et travailler la conscience de soi / *Sophrologie*

Journée 3

Libérer sa créativité et maîtriser son corps dans l'espace / *Théâtre d'improvisation*

Journée 4

Recharger les batteries avec la méditation / *Cérémonie du cacao au rythme du tambour*

Journée 5

Libérer sa voix dans l'espace / *Gospel*

Journée 6

Reprendre conscience de son corps et de sa force / *Entraînement sportif*



Les piliers de l'entreprise - Détail des formations

.journée 1

**Comprendre et exprimer mon rôle de
pilier dans l'entreprise par les 5
agirs et la métaphore du vivant**



ALFRED

(TRANS)FORMATION

Comprendre et exprimer mon rôle de pilier dans l'entreprise par les 5 agirs et la métaphore du vivant

Le manager doit diriger son équipe et gérer ses états d'âme comme un être vivant, qui s'inscrit dans un cycle.

ON REPART AVEC :

- Une nouvelle manière de penser l'entreprise et soi-même, inspirée d'un être vivant.
- Un modèle clé en main qui permet d'analyser avec justesse les cycles et trouver des réponses adaptées.

LES OBJECTIFS :

- Découvrir un outil (multimillénaire et issu de la pensée orientale) pour décrypter son équipe et soi-même autrement, avec la métaphore du vivant : les Cinq Agir
- Comprendre, décrire et manager son équipe et sa personne comme un être vivant (et pas seulement comme une machine)
- À partir des spécificités du vivant, challenger la diversité, le fonctionnement, la stratégie et la raison d'être de son équipe.
- Redécouvrir la puissance du vivant : résilience, agilité, créativité, ... et ses exigences : ressourcement, sens et volonté.

LE PROGRAMME :

Mon entreprise, un être vivant : relecture des deux dernières années pour s'en convaincre ! (partage d'expériences)

Comment appréhender, comprendre et utiliser cette dimension du vivant dans l'entreprise ? : un voyage dans la sagesse chinoise puis orientale.

Découverte du modèle des Cinq Agir

Première application du modèle à soi-même

Deuxième application du modèle à son équipe

Troisième application du modèle à la stratégie (jours 2)

- La notion de saison
- Diagnostic stratégique
- Construction d'un plan d'action

Quatrième application du modèle à la créativité puis l'innovation (jour 3)

Créativité :

- La conquête du Bois
- Le sens du Feu
- L'action de la Terre
- L'exigence du Métal
- L'apprentissage de l'Eau

Innovation :

- La saison Bois

A PROPOS DE L'INTERVENANT...



Olivier berut

Fondateur et dirigeant du cabinet de conseil On peut parfaire le monde !

Après avoir dirigé, pendant plus de quinze ans des équipes (de 8 à 2 000 personnes) et des entreprises (en Chine, Espagne, Belgique et France) dans deux groupes internationaux (3 Suisses International et IdKids) Olivier Bérut a fondé un cabinet de conseil www.onpeutparfairelemonde.com, pour accompagner et former les dirigeants et leurs équipes. Il s'appuie pour cela en particulier sur les **outils qu'il a découverts lors de son passage en Orient (coopération, logiques du vivant) et USA (psychologies humanistes et créativité)**.

Il intervient en Chine, aux USA et au Canada, en Afrique, et en Europe avec des partenaires excessivement variés, mais jamais concurrents. Il a travaillé, par exemple, avec **Muhammad Yunus, prix Nobel de la Paix** avec son entreprise, la Grameen, pour l'usage du microcrédit. Il est intervenu en 2014, 2015 et 2021 pour Google et, en France, pour plusieurs **grands groupes** (BNP Paribas, Total, Auchan, Norauto, Kiabi, Décathlon, ...), ainsi que pour des **PME** (Sia Habitat, Recisio, ...) et des **TPE**. Enfin, il est également **conférencier** (TEDx, Wisdom Paris, ...) et intervient en **formation de Dirigeants** (APM, Germe, CJD), notamment sur la pensée chinoise appliquée à l'entreprise.

Formé à l'École Centrale de Paris (sciences de la complexité avec Edgar Morin) et à l'université d'État de Buffalo (psychologie et créativité avec Sid Parnes), il est l'un des fondateurs de l'association Choisir l'Espoir qui vient en aide depuis plus de trente ans à des enfants atteints de cancer et à leurs familles. En dehors de ses engagements associatifs et de son travail de consultant, Olivier Bérut a gardé un pied dans l'enseignement et la recherche universitaire (chercheur associé au RIODD). Enfin, auteur, compositeur et interprète, il travaille sur son cinquième album de chansons (<https://soundcloud.com/olivierberut>).

CERTIFIÉ

Qualiopi 
processus certifié

apm

ON VOUS EN DIT PLUS...

Depuis une dizaine d'années, le modèle principal de la pensée chinoise (les « Cinq Agir ») est utilisé par des dirigeants, des managers mais aussi des chercheurs (Sciences de la Complexité et Sciences des Organisations). Pourquoi ?

TROIS DÉFIS ACTUELS POUR NOS ENTREPRISES :

L'entreprise, un être vivant !

Notre culture occidentale et cartésienne appréhende l'entreprise avec une métaphore implicite : l'entreprise fonctionne comme une machine. Cette métaphore est efficace. Elle permet d'organiser rationnellement l'entreprise (Taylorisme, Management de la Qualité Totale, management par projet, re-engineering, etc.). Mais, dans toute organisation, il y a aussi du désir, des paradoxes, des stratégies d'acteurs, de l'énergie et pas mal d'autres composantes qui ne relèvent pas de la « machine » : les managers le savent bien. La métaphore de « l'entreprise-machine » a donc ses limites. Nous avons besoin de sens, de « pourquoi », de symboles ! Et si on regardait l'entreprise comme un être vivant ?

L'émergence du « CO »

Des fonctionnements nouveaux, collaboratifs, apparaissent aujourd'hui dans nos entreprises (communautés, co-design - avec les clients, les collaborateurs, les fournisseurs -, hiérarchies « écrasées », attentes des « Y » et des « Z », etc.). Plus prosaïquement, au sein d'un CODIR, même si les objectifs peuvent être affectés à des directeurs spécifiques, presque aucun objectif n'est réellement sous le contrôle exclusif d'une seule personne. Pour avancer, le directeur aura en pratique besoin, à un moment ou à un autre, de l'aide d'un ou plusieurs collègues. Les silos sont pratiques pour penser l'expertise et les métiers, mais ils sont inefficaces pour que nos clients vivent une expérience réellement exceptionnelle (nos clients se fichent pas mal du découpage de nos entreprises !). Or, ce qui fait qu'un client vit une expérience exceptionnelle, c'est précisément que chacun ait fait son job (cf. le silo) mais qu'en plus que chacun ait assuré une transmission à la frontière de son périmètre. Du coup, les silos posent aussi problème à nos collaborateurs. Et si la coopération était un enjeu majeur de la performance de nos entreprises, comment la manager



La mutation du management.

Notre management est souvent challengé sur ces questions, d'autant que si nous disposons de pas mal d'outils pour manager un individu (missions, objectifs, entretiens d'évaluation, formation, etc.), nous sommes beaucoup moins bien équipés pour manager le collectif (équipe, projet collectif, sens, performance, etc.). De plus, une véritable révolution traverse le management et lui fait vivre une mutation historique (que la « libération des énergies » incarne par exemple). « Avant », le manager assignait les tâches (il fallait donc réfléchir aux compétences), évaluait le travail et, surtout, il savait COMMENT faire. Aujourd'hui, le manager doit porter le sens (pourquoi), motiver et oser être devant ses équipes sans savoir COMMENT (mais du coup en ayant de méthodes de créativité et d'agilité pour que le collectif invente le COMMENT au nom du POURQUOI dont le manager reste le garant). Et si on accompagnait nos managers pour réussir cette mutation ?

Une réponse vieille de 5.000 ans...

La culture chinoise regarde le monde depuis plus de 5.000 ans en « paysans ». Cela a produit des modèles concrets et efficaces, d'une modernité et d'une simplicité étonnantes, particulièrement adaptés à l'entreprise. Ces modèles ont beau être parmi les plus anciens que l'Homme ait produits, ils sont aussi compatibles avec les sciences de la complexité (systémique, mathématiques du chaos, fractales, etc.)... parce que, profondément, ils regardent le réel comme un être vivant.

Le changement, l'interdépendance, la coopération, la performance individuelle et collective, mais aussi le co-contrôle sont magnifiquement et simplement décrits dans le modèle des Cinq Agir. Cet outil aide aussi à penser et à pratiquer une entreprise et un management durables (car appréhendés analogiquement au vivant). Cet outil sert à manager la complexité et la coopération. Il permet de manager le collectif, en miroir de nos outils classiques (qui permettent de manager les individus).

Concrètement, les Cinq Agir décrivent le vivant. Précisément comme ce qui coopère et change en permanence. Ainsi, pour être en forme, un homme a besoin d'un cœur, d'un foie, de poumons, etc. Chaque organe doit être en forme (excellence des « silos ») mais, pour être en bonne santé, il faut aussi que ces organes soient collectivement solidaires (coopération entre eux). Depuis 10.000 ans, le modèle qui sert au médecin chinois à soigner les individus sert aussi à l'Empereur pour gouverner l'Empire. Nos entreprises sont entre l'infiniment petit de l'individu et l'infiniment grand de l'Empire. Ce modèle fonctionne aussi dans nos organisations.

Trois lois fondent ce modèle :

1. La loi d'existence : être vivant présuppose que cinq fonctions soient assurées :

- La fonction BOIS (croître, conquérir) : en entreprise, le Bois est le Développement ;
- La fonction FEU (donner du sens) : en entreprise, le Feu est le Management ;
- La fonction TERRE (réaliser) : en entreprise, la Terre sont les hommes et les clients ;
- La fonction METAL (mesurer) : en entreprise, le Métal est le Contrôle de Gestion, la Finance, le Juridique, etc. ;
- La fonction EAU (transmettre) : en entreprise l'Eau est le capital matériel (les actionnaires) et le capital

immatériel (culture, marques, brevets, etc.).

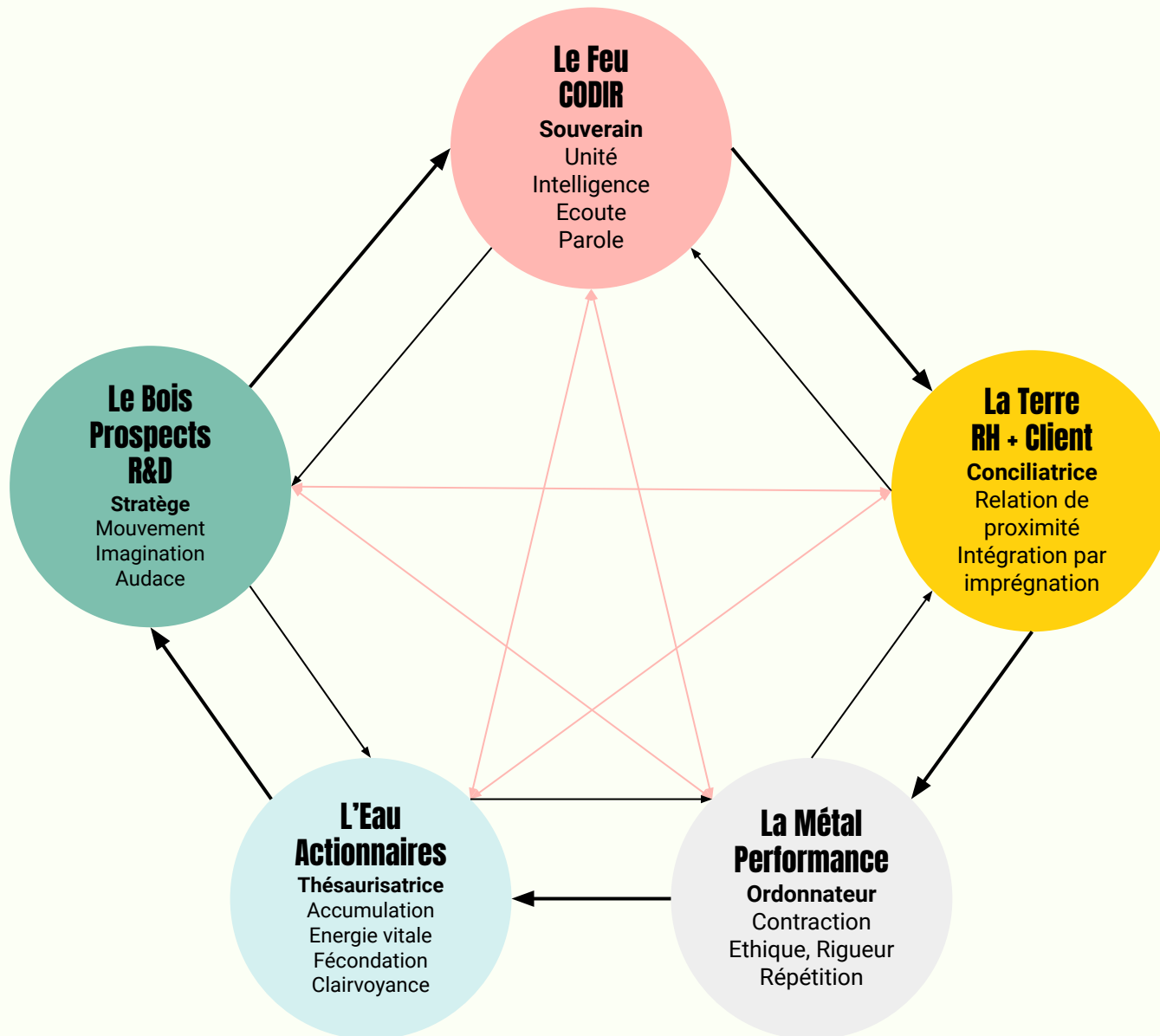
En entreprise, cette loi permet de travailler l'excellence des métiers, l'interculturel mais surtout le management de la diversité (les Cinq Agir sont aussi une typologie humaine).

2. La loi de co-engendrement : ces Cinq dynamiques doivent créer de la valeur, pour elles-mêmes et pour le collectif. Elles doivent aussi se motiver mutuellement.

En entreprise, cette loi interroge le management : porteur de sens / vision ? joie des collaborateurs ET joie des clients ? Juste distance à ses équipes ? usage des talents ? etc.

3. La loi de co-contrôle : Chaque Agir contrôle et est contrôlé.

En entreprise, cette loi permet de (re)penser la stratégie et de réfléchir à l'équilibre entre les acteurs. Surcontrôler revient en effet à détruire.



.journée 2

LES FONDEMENTS DU LEADERSHIP CONSCIENT



ALFRED

(TRANS)FORMATION

LES FONDEMENTS DU LEADERSHIP CONSCIENT

Maîtriser les pratiques avancées de développement du leadership.

ON REPART AVEC :

- 5 distinctions clefs pour m'aider au quotidien dans mes rapports avec les autres et augmenter mon impact
- 7 pratiques immédiatement utilisables pour développer mes capacités de leadership, ma présence, mes facultés d'attention et d'intention.

LES OBJECTIFS :

- Ouvrir de nouvelles perspectives sur l'art du leadership.
- Prendre conscience de la divergence entre intention et impact.
- Se situer sur le cercle de leadership et identifier les tendances réactives qui pèsent sur l'efficacité de mon leadership.
- Savoir distinguer les différents niveaux de modèles mentaux et savoir les transformer.

LE PROGRAMME :

Introduction au leadership :

- Leadership, influence, pouvoir, impact
- L'approche intégrale du leadership
- Les 4 quadrants clefs du leadership
- Sous la ligne ou sur la ligne ?

Les 7 stades de développement du leadership

- Introduction à la psychologie du développement de l'adulte
- Découvrir l'approche développementale du leadership
- Expert, Performant, Catalyste, Co créateur, Synergiste

Découvrir les modèles mentaux :

- Distinction faits interprétations
- Modèles mentaux situationnels, individuels, collectifs et identitaires
- Prendre conscience de ses propres modèles mentaux
- Transformer les modèles mentaux

Les pratiques clefs :

- 5 pratiques de recentrages
- 6 pratiques introspectives
- Pratiques relationnelles
- Construction d'un plan individualisé de développement

LES PLUS :

Un atelier très interactif source de nombreuses prises de conscience
Une pratique du leadership adaptée aux enjeux d'un monde complexe et volatile

A PROPOS DE L'INTERVENANT...



PHILIPPE JOANNIS

*Consultant / Coach / Mentor / Ex CEO
Membre du corps enseignant du
Leadership Circle
Spécialiste francophone du leadership
Conscient
Directeur de la collection « leadership »
aux éditions en Avance*

Philippe Joannis est un mentor et **consultant en développement du leadership** et un coach exécutif qui possède une vaste expérience du monde des affaires au niveau international et du travail avec des dirigeants et des équipes de direction.

En tant que coach exécutif, Philippe a une **approche stimulante** et est convaincu que la **conscience de soi** est la porte d'entrée vers le développement de la **capacité de leadership**.

Son style flexible, fondé sur l'**approche intégrale du coaching**, renforce la capacité d'un dirigeant à recadrer ses principaux défis en matière de leadership de manière à ce qu'ils deviennent sources de bénéfice pour lui-même et pour l'entreprise. Philippe coache des dirigeants de **tous les secteurs d'activité** et de toutes les industries, avec comme résultat une amélioration concrète et mesurable de l'efficacité de leur leadership.

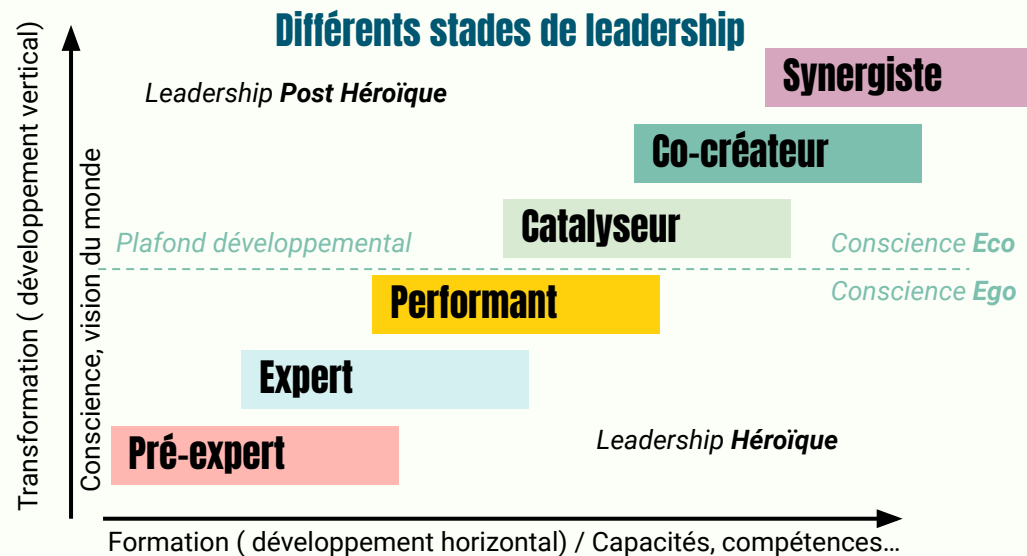
Philippe est le **co-créateur et l'animateur du processus leadership conscient** qui offre aux participants un cadre de conceptuel rigoureux et des pratiques de développement efficaces pour amener leur leadership au niveau supérieur. Il a traduit et adapté en français le livre clé *Mastering Leadership* de Bob Anderson et Bill Adams.

Il est titulaire d'un diplôme d'**ingénieur de l'ENS-IIE** et d'une **licence de philosophie** de l'Université de la Sorbonne. Il est certifié Unique Self Coach et praticien intégral. Il enseigne au sein de la **Leadership Circle Faculty** qui forme les coaches de dirigeants comment utiliser le modèle universel de leadership et le profil 360 du Leadership Circle pour soutenir le développement du leadership de leurs clients. Il est membre du conseil d'administration du **Center for Integral Wisdom** et membre actif du **Conscious Capitalism Movement**.

ON VOUS EN DIT PLUS...

Un aperçu des stades de développement successif du leadership.

L'atelier couvre en détail ces différentes étapes de développement, les pratiques permettant de passer d'un stade à un autre, et comment la vision du monde, la manière de donner sens à la réalité et les capacités de leadership évoluent considérablement d'un stade à l'autre.



CE QU'ILS EN PENSENT :

“ Mon rapport à la réalité s'est complètement transformé ”

Marie Pierre, **DRH PAUL**

“ Un véritable électrochoc ”

Jean Pierre, **DRH MARIE**



L'OEIL D'ALFRED :

“ Philippe est un formateur complet, éclairant et inspirant.

Son expérience accumulée sur les enjeux du leadership offre aux participants un accès direct à ce qu'il se fait de plus abouti dans le domaine.

Belle rencontre, prise de conscience et (r)éveil au programme ! ”

.journée 3

MULTIPLIER LES PERSPECTIVES PAR LES PROCESSUS DE CRÉATION



ALFRED

(TRANS)FORMATION

MULTIPLIER LES PERSPECTIVES PAR LES PROCESSUS DE CRÉATION

Notre limite est le monde que nous nous sommes créé. Un atelier pour ouvrir des portes par l'art, les sciences, le soin, pour changer de perspective et nous engager de manière plus vaste et sereine.

ON REPART AVEC :

- L'appropriation d'une méthode de gestion des émotions et du stress validée scientifiquement et applicable sur eux-mêmes
- L'intérêt d'ouvrir les champs de vision dans le quotidien

LES OBJECTIFS :

- Prendre conscience de nos propres enfermements pour gagner en créativité
- Créer, réinventer s'applique à tous les domaines, et ce n'est pas que l'affaire de femmes et d'hommes exceptionnels.
- S'approprier une méthode efficace pour lever ses barrières émotionnelles : l'EFT (Emotional Freedom Technique)

LE PROGRAMME :

Matinée : Changer de perspective :

- Des espaces d'échanges entre participants sur la manière de regarder leurs contextes
- Des moments d'inspiration pluri disciplinaires (art, sciences, ...)
- Un temps de témoignage par Ludovic sur ses propres processus de création

Après midi : Lever les freins émotionnels avec l'EFT (Emotional Freedom Technique)

- Comprendre l'origine et les fondements de l'EFT
- Cerner les champs d'application de l'EFT
- Expérimenter de manière collective
- S'approprier pour soi-même les éléments essentiels de la méthode

L'EFT est une technique qui permet de restaurer et d'améliorer le fonctionnement des personnes au niveau cognitif, émotionnel et comportemental. L'EFT est notamment utilisée pour répondre à des problématiques de stress, d'anxiété, d'envahissement émotionnel, de confiance en soi. Validée scientifiquement, facile d'appropriation et outil efficace.

LES PLUS :

- Un format pas de côté avec une forte intention d'ouverture
- Une large place aux échanges et à la pratique
- La juxtaposition de la création et du soin

À PROPOS DE L'INTERVENANT...



Ludovic Pessin

Artiste, thérapeute, coach

Coach professionnel, Artiste peintre, thérapeute, créateur et animateur d'espaces inspirants en innovation managériale, Ludovic accompagne les individus dans leur capacité à faire évoluer leur regard et leurs pratiques pour vivre de manière ajustée et sereine que ce soit dans le cadre professionnel ou personnel.

En tant qu'artiste, il expose sa production artistique www.ludovicpessin.com et intègre ses processus de création dans une **réflexion autour de la créativité et du Nouveau**.

En tant que thérapeute, il intervient spécifiquement sur les **situations de stress et problématiques émotionnelles en cabinet et en entreprise**.

En tant que coach et créateur d'espaces inspirants, il accompagne **dirigeants et managers** à mener leur mission en développant leur créativité et leur manière d'aborder les situations.

Coach certifié RNCP niveau II (coaching ways,)

Neurocognitive et Comportementale (Institut de neurocognitivisme)

Praticien EFT – psychoénergéticien (Institut Français de Psychothérapie Émotionnelle et Cognitive), formé à la Reconsolidation Énergétique des Mémoires (IFPEC) - Master en organisation et conduite du changement (IESTO – CNAM Paris).

ON VOUS EN DIT PLUS...

Pourquoi organiser une journée qui concilie le champ des processus de création avec une méthode de gestion des émotions ? Plusieurs réponses sont envisageables :

- ➔ L'hybridation est et sera une manière d'aborder les sujets de plus en plus fréquents. Donc pourquoi pas ?
- ➔ Parce que l'incapacité à faire émerger le nouveau est un argument fréquent. Je n'y arriverai pas, je ne suis pas si, je ne suis pas ça ... Il y est aussi question de confiance, de regard, d'autorisation, de lâcher prise et de plein d'autres choses. Ces croyances limitantes peuvent aussi se traiter avec l'aide de l'EFT.
- ➔ Parce que c'est l'histoire de Ludovic, qui en faisant professionnellement le pont entre ces 2 mondes a aussi vécu et expérimenté l'intérêt de mêler poésie et soin pour interroger le champ des possibles dans notre quotidien... Et venez, pour trouver d'autres réponses.



CE QU'ILS EN PENSENT :

"Roboto 12 Interligne simple"

*Roboto 12 Italic, **Bold***



L'OEIL D'ALFRED

" À l'image de Ludovic, cette formation expérientielle à part offre un espace unique d'ouverture de conscience et de créativité. La multiplication des approches en une seule journée offre aux participants une occasion unique de changer de perspective. Ludovic maîtrise l'art subtil de transformer les enjeux par la qualité du regard. "

.journée 4

**GRANDIR DANS L'ESTIME DE SOI
ET ACCÉDER À SON IDENTITÉ PROFONDE**



ALFRED

(TRANS)FORMATION

GRANDIR DANS L'ESTIME DE SOI ET ACCÉDER À SON IDENTITÉ PROFONDE

Retrouver ma liberté, me connecter au « je veux » de mon âme, respecter l'autre dans sa liberté.

ON REPART AVEC :

- Une boîte à outils pour grandir dans la confiance en soi et l'amour de soi (exercices concrets et applicable à utiliser au quotidien)

LES OBJECTIFS :

- L'art de communiquer.
- Gérer mes émotions : ou comment utiliser mes forces pour construire ma vie.
- L'identité : qui suis-je ? Mieux me connaître pour mieux aimer.
- M'affirmer : ou cesser de rendre les autres responsables de mes difficultés.

LE PROGRAMME :

- Améliorer sa communication : « être en relation ».
- Gérer ses émotions.
- Découvrir son identité: J'ai des comportements mais je ne suis pas mes comportements, j'ai des émotions mais je ne suis pas mes émotions.
- S'affirmer.
- Être facilitateur de l'estime de soi chez les autres

LES PLUS :

- Enrichissement d'un atelier collectif.
- Rythme sur plusieurs mois pour laisser le travail se faire entre deux
- Mixité des participants; professionnels et particuliers

A PROPOS DE L'INTERVENANT...



Virginie Tesson

Coach certifié ICF, PCC, Management Drives, Estimame International

Virginie Tesson, Professional Certified Coach ICF, certifiée Management Drives, Thérapeute, Docteur en Médecine, Directrice du pôle développement personnel au Campus des Dirigeants, Experte APM (Association pour le Progrès du Management), première Française agréée par Estimame (Association internationale de l'estime de soi et du Soi).

SES FORCES :

- Sa formation et son expérience de médecin généraliste ont exercé son esprit diagnostic, son sens des responsabilités, sa capacité à accéder à la réalité et la nommer.
- Sa triple expérience professionnelle de médecin, thérapeute et coach lui a ouvert « trois voies d'abord » : le corps, l'esprit et l'âme. Elles se complètent, se répondent et parlent d'une même réalité : l'humain. Un coaching qui s'appuie sur ces 3 axes est particulièrement efficient et contribue à l'avènement d'une unité profonde.
- Possibilité de proposer des ateliers de coaching individuels et collectifs. Permet au coaché de bénéficier des avantages des séances individuelles (avec le rythme sur mesure) et de ceux des parcours collectif (réelle dynamique de groupe, rythme intensif ,...)

CERTIFIÉ



Management Drives

ON VOUS EN DIT PLUS...

Améliorer sa communication : « être en relation ».

Prendre conscience de sa part dans la relation.

Améliorer sa relation à soi en modifiant sa manière de se parler, de se voir, de se rappeler des expériences pour améliorer sa relation aux autres en travaillant sur les deux temps du dialogue que sont : la réception par l'écoute active et l'émission par l'expression d'un message en " je".

Gérer ses émotions

Définir les émotions, les sentiments et les besoins et reconnaître les informations qu'ils donnent.

Développer les deux manières d'agir sur les émotions.

Prendre conscience de l'impact sur soi de ce que l'on vit.

Développer sa capacité à avoir des actions et réactions ajustées et constructives.

Évaluer l'impact de la gestion des émotions sur les relations et la performance.

Débusquer ses émotions trafiquées



ON VOUS EN DIT PLUS...

Découvrir son identité: J'ai des comportements mais je ne suis pas mes comportements, j'ai des émotions mais je ne suis pas mes émotions.

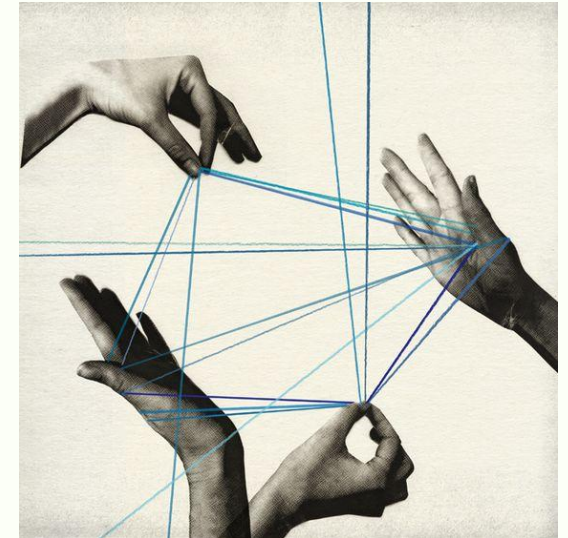
- Mieux connaître son identité.
- A partir du schéma de la personnalité de Jung : la persona, le moi, l'ombre, le Soi, prendre conscience de l'existence de son ombre et l'apprivoiser pour se compléter.
- Découvrir des ressources cachées, repousser ses limites et mieux accueillir l'identité de l'autre.
- Se regarder et apprendre à s'aimer, découvrir son unicité.
- S'appuyer sur ses qualités et ses réussites pour prendre confiance en soi.

S'affirmer

- Savoir exprimer une demande concrète, réaliste, positive et négociable.
- Savoir dire « non » de manière courtoise.
- Développer une coopération avec les autres.
- Apprendre à trouver des options possibles dans une situation de prise de décision
- Se protéger des commentaires négatifs.
- Apprendre à faire des feedbacks de satisfaction et d'amélioration.
- Prendre conscience de ses progrès.

Etre facilitateur de l'estime de soi chez les autres

- Créer un climat de confiance dans ses relations professionnelles.
- Aider les autres à partager leur ressenti par une attitude d'empathie.
- En s'exprimant avec assertivité, développer une meilleure coopération avec les autres.



.journée 5

**Assumer ses responsabilités
en prenant une parole juste**



ALFRED

(TRANS)FORMATION

Assumer ses responsabilités en prenant une parole juste

Comment faire passer efficacement et harmonieusement un message à une cible identifiée tout en étant soi-même ?

ON REPART AVEC :

- Des outils pour comprendre et combattre le stress
- Une structure de pitch clair
- Des exercices concrets pour travailler son discours et sa posture

LES OBJECTIFS :

- Développer sa posture entrepreneuriale
- Développer sa créativité entrepreneuriale
- Assimiler les différentes étapes du parcours de l'entrepreneur
- Découvrir les outils incontournables de la création d'entreprise •Challenger les idées et modèles économiques, trouver sa différenciation.

LE PROGRAMME :

Parler devant les autres c'est trop stressant ...

→ **Peur ou stress ?**

C'est quoi le stress ?

Approche et Définition

Mécanismes & Conséquences

Suis-je stressé ?

→ **Comment éviter et combattre le stress ?**

Les 7 bons réflexes à adopter

Introduction à la respiration et à la relaxation

Pratiques

→ **Comment utiliser notre potentiel ?**

Les 4 quotients : présentation

Scoring individuel & collectif

Debrief & Constats : les 3 P

→ **Objectif : l'objectif !**

SMART

Cible

→ **Le fond et la forme**

Construire un plan : Structure du pitch

Construire une stratégie : postures corporelles et traces émotionnelles

→ **Exercice pratique**

Pitch individuel

Le feedback : quelques repères

À PROPOS DE L'INTERVENANT...

Benoît est le gérant de vassecommunicant.com.

Il exerce 3 activités complémentaires :

- Celle de journaliste d'entreprise et animateur de conventions
- Celle de formateur/animateur dans le secteur du retail
- Celle de coach professionnel PCC (ICF) et de Mentor coach

Au travers de ses 3 activités, Benoît poursuit le fil rouge de ce qui l'anime professionnellement depuis toujours, à savoir : « **Créer des aventures humaines, collectives, ambitieuses et créatives** ».

Benoît a été préalablement : directeur de clientèle en agences de communication, animateur/reporter à France 3 Lille, responsable du Sponsoring chez COFIDIS, directeur Marketing chez Altarea/Cogedim, directeur Communication et Artistique au Casino Barrière de Lille.

Benoît est par ailleurs engagé dans l'équipe pédagogique au sein de son école de coaching Coaching Ways, pour laquelle il accompagne les différentes promotions de coaches.

Il est également depuis 6 ans intervenant à Sciences Po Lille auprès des étudiants M2 sur la thématique du Media training.

CERTIFIÉ



Benoît Vasse

Journaliste d'entreprise - Préparateur mental - Coach professionnel Mentor de coaches - Formateur en media training

vassecommunicant



France
Charter Chapter

ON VOUS EN DIT PLUS...

Cet atelier vous invite à un rapide check up des 4 quotients qui vous animent et qui forment votre potentiel.

- Quel est votre point fort ? Quels sont les atouts dont vous disposez et qui vous rendent irrésistible ?
- Comment utiliser votre talent pour vous exprimer en public ?
- Quelles sont les étapes pour susciter l'intérêt et attirer l'attention de votre auditoire ?
- Quelles sont les ressources que vous allez utiliser pour laisser une trace émotionnelle forte et mémorable ?

ON REPART AVEC :

- Une formation pour avoir un nouveau regard sur ses croyances, pour réaffirmer ses points forts, pour utiliser des méthodes qui procurent de la sérénité, pour se préparer physiquement et mentalement à prendre du plaisir à discourir.

LES PLUS :

- De l'humour : pour faire de ce moment de partage un moment décontractant et joyeux
- De l'envie : pour se permettre d'oser en toute sécurité



CE QU'ILS EN PENSENT :

"Je suis un nouveau manager et ce cours m'a permis de découvrir de nombreuses bonnes pratiques et une philosophie que je peux utiliser pour être un bon manager"

Roboto 12 Italic, Bold



L'OEIL D'ALFRED :

Benoît apporte son énergie, son humour, son lâcher-prise et son regard lucide sur votre communication.

Un must do pour tout dirigeant ou manager !

.journée 6

Préparation mentale et physique : s'entraîner comme un athlète de l'entreprise



ALFRED

(TRANS)FORMATION

Préparation mentale et physique : s'entraîner comme un athlète de l'entreprise

Comprendre ce qu'est la motivation et en quoi elle est un facteur incontournable de la performance, et apprendre concrètement le management par la motivation.

ON REPART AVEC :

- Une méthode de management par la motivation et des outils d'évaluation et de mesure applicables aussi bien dans l'entreprise, le sport ou la vie personnelle
- Une connaissance des facteurs inspirationnels (tirés des neurosciences) qui modifieront l'approche mentale de vos objectifs futurs

LES OBJECTIFS :

- Comprendre ce qu'est la motivation au plan mental et son importance dans la performance.
- Apprendre à mesurer la motivation.
- Identifier les facteurs de démotivation.
- Restaurer la motivation chez un individu.
- Apprendre à entretenir la motivation d'une personne ou d'un collectif dans la durée.

LE PROGRAMME :

Qu'est ce que la motivation ?

- Au plan mental
- Au plan des neuro-sciences
- Au plan hormonal
- Son importance dans nos actes et nos objectifs

Les facteurs mentaux de la motivation

- Le concept de ressenti
- L'enchaînement mental ressenti-comportement
- Identification et définition des ressentis motivationnels

Mesure de la motivation

- Apprentissage de la mesure de la motivation.
- Identification des facteurs de démotivation.
- Apprentissage des correctifs.

Mise en pratique (workshop)

- Évaluation de sa propre motivation au regard d'un objectif fixé.
- Technique d'entretien évaluation de la motivation sur autrui.
- Faire un diagnostic motivationnel.

À PROPOS DE L'INTERVENANT...



Sylvain Cousin

*Expert en psychologie de la performance,
préparateur mental certifié de sportifs de
haut niveau et de dirigeants.*

C'est au départ la plongée sous-marine, qui l'a amené à passer au-delà de la technique pour entrer dans le domaine de la psychologie du sport.

La plongée sous-marine à un niveau engagé de prise de risques (profondeurs supérieures à 100 m), lui fait prendre conscience de l'importance de la dimension mentale de cette pratique.

Il a donc repris le chemin de la formation vers la psychologie du sport, afin de modéliser et pouvoir enseigner des techniques qu'il avait commencé par expérimenter sur lui-même. Cela semble d'autant plus important aujourd'hui, dans le domaine du mental, d'avoir déjà ressenti ce que l'on enseigne aux autres.

CERTIFIÉ



ON VOUS EN DIT PLUS...

La gestion de la motivation s'inscrit dans le cadre du coaching en préparation mentale, quelques mots sur cette dernière :

La préparation mentale désigne le travail effectué sur le rapport de l'individu à lui-même dans le cadre de sa préparation à la performance et de la gestion des résultats. La préparation mentale cible:

- la gestion du stress
- La gestion de la motivation
- l'amélioration de la confiance en soi et de l'estime de soi
- l'amélioration du sommeil
- la correction ou la mémorisation d'un geste technique
- l'augmentation des possibilités de concentration, de visualisation et de mémorisation - la gestion d'une période de blessure. etc.

La préparation mentale prend de plus en plus sa place auprès des sportifs dans l'importance de leur préparation et fait partie, depuis une trentaine d'années, du processus de l'entraînement sportif au même titre que la préparation physique et technique. Elle constitue un apprentissage d'habiletés mentales et cognitives dans le but d'optimiser sa performance en prenant du plaisir dans sa pratique.



ON VOUS EN DIT PLUS...

Plus simplement la PM permet à l'athlète de comprendre et contrôler ses pensées, ses émotions, ses attitudes et donc ses actions. La PM repose sur l'idée qu'au même titre que les conditions physiques peuvent être améliorées par l'entraînement, la force du mental peut être développée par l'exercice.

Au-delà, la préparation mentale trouve naturellement sa place dans tous les univers où le facteur humain est l'un des ingrédients de la performance, et notamment l'Entreprise et ses hommes, mais également les étudiants et toute personne désireuse de devenir la meilleure version d'elle-même.

LES PLUS :

- Inspirant par la découverte d'une technique de management issue du sport de haut niveau et centrée sur l'humain.
- Concret : via l'apprentissage d'une méthodologie de mesure et de gestion de la motivation applicable dans plusieurs univers.
- Interactif : par l'échange et le travail en workshop en collectif.



CE QU'ILS EN PENSENT :

"J'avais un rêve, J'ai rencontré Sylvain et il en a fait un objectif, un but.
A sa ceinture, il porte un trousseau d'une centaine de clés.
Il a su trouver celles qui ouvrent les bonnes portes. Depuis le pôle Sud est à l'horizon."



L'OEIL D'ALFRED :

Sylvain résume en une formation 20 ans d'expérience professionnelle au service du haut niveau sportif.

Par son parcours personnel, sa connaissance du haut niveau sportif, sa passion pour transmettre et sa profonde maîtrise de son sujet, Sylvain offre un moment exceptionnel.

C'est une énorme chance de rencontrer Sylvain, dans ou en dehors de cette formation.



ALFRED

(TRANS)FORMATION

LE RÉFÉRENTIEL DE COMPÉTENCES

LE RÉFÉRENTIEL DE COMPÉTENCES DU VIVANT

ETHIQUE

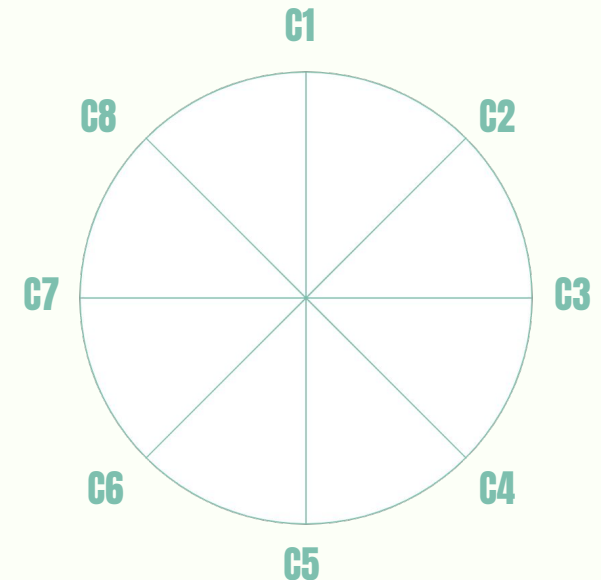
- **C1** : Alignement personnel, savoir prendre soin de soi, relier l'intime et l'ultime, se connaître (l'éthique)

COMPÉTENCES VITALES (Lois d'existence)

- **C2** : Savoir transformer pour innover : vision 360°, créativité, innovation, rebond, disruption (le bois)
- **C3** : Donner du sens, organiser l'action collective (le feu)
- **C4** : Capacité d'action et de réalisation (la terre)
- **C5** : Capacité à renoncer : décision, discernement, sobriété (le métal)
- **C6** : Savoir transmettre et capitaliser, culture d'entreprise (l'eau)

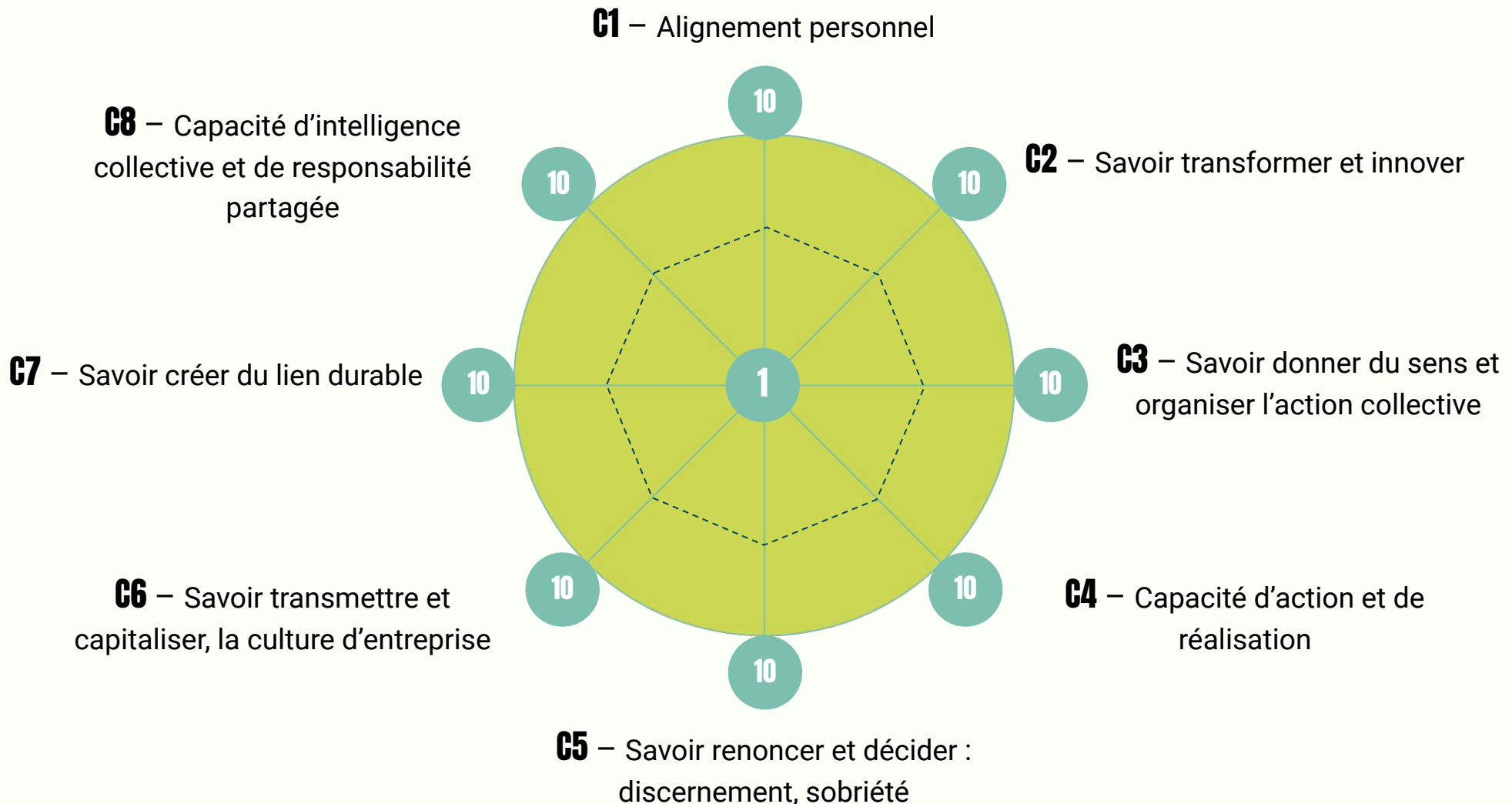
COMPÉTENCES TRANSVERSES (Lois de co engendrement et de co contrôle)

- **C7** : Capacité de création durable. Savoir créer et finaliser (le co engendrement)
- **C8** : Capacité d'intelligence collective et de responsabilité partagée (le co contrôle)



RENDRE VISIBLE LE CHEMIN PARCOURU

LE RÉFÉRENTIEL DE COMPÉTENCES DU VIVANT





ALFRED

(TRANS)FORMATION

L'HUMAIN

NOS PARTENAIRES FORMATEURS



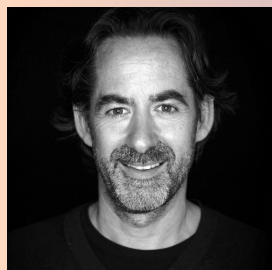
Olivier Bérut

Fondateur et dirigeant du cabinet de conseil On peut parfaire le monde



SYLVAIN COUSIN

Expert en psychologie de la performance, préparateur mental certifié de sportifs de haut niveau et de dirigeants



Ludovic Pessin

Coach professionnel, artiste peintre, thérapeute, créateur et animateur d'espaces inspirants en innovation managériale

Phillipe Joannis
Entrepreneur, ancien directeur d'Apple
Éducation Europe / Enseignant au sein du
Leadership Circle / Président de CIW France



Benoît Vasse

Journaliste d'entreprise, préparateur
mental, coach professionnel "Mentor de
coachs", formateur en media training



Virginie Tesson

Thérapeute, docteur en médecine,
directrice du pôle développement
personnel au Campus des Dirigeants



EMMANUEL ZECCHINI

Entrepreneur, dirigeant (Alfred)Transformation
et coach professionnel





ALFRED

(TRANS)FORMATION

LES MODALITÉS

NOTRE SAVOIR FAIRE



ALFRED (TRANS)FORMATION conçoit et facilite des **séminaires et parcours expérientiels** à destination de cadres d'entreprise et de dirigeants sur :

- La posture managériale
- Le leadership
- Le capital humain
- Les leviers de transformation humaine
- La cohésion d'équipe
- L'intelligence émotionnelle
- Le développement des comportements de confiance
- L'alignement
- La cohérence personnelle
- La réussite personnelle et professionnelle.

Le processus pédagogique se base sur l'intégration consciente de l'ingénierie des **Learning Expériences** et des parcours de transformation en coaching

LES MODALITÉS

DATES

Sur mesure, à définir

TARIF

→ 4 500 € HT

Incluant l'ensemble de la prestation, soit 6 journées.

Les 3 coaching de suivi sont incient dans la prestation.

INSCRIPTION

Demandez le dossier d'inscription par mail à

emmanuel@lamaisondufred.fr

PRÉREQUIS

Cette formation est réservée aux managers ayant une expérience confirmée dans des postes à responsabilité.

FINANCEMENT

Différentes possibilités de financement existent :

Prise en charge OPCO

Financement FNE (soumis à dossier)

La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante : ACTIONS DE FORMATION



FORMAT

- 90h de formation dont :
 - ◆ 64h de présentiel
 - ◆ 12h en distanciel
 - ◆ 14h de travail en sous-groupe (visio)

ÉVALUATION & CERTIFICATION

Une évaluation des compétences en début, au milieu et en fin de formation sera réalisée.

Une attestation de fin de formation est remise à chaque participant.

LA MAISON D'ALFRED



WELCOME HOME !



LA MAISON D'ALFRED accueille vos séminaires et événements d'entreprise dans un lieu d'exception, une maison bourgeoise au cœur de Roubaix.

BON APPÉTIT !

LA MAISON D'ALFRED vous propose des formules sur mesure du petit déjeuner à l'after work.



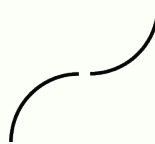
VOS INTERLOCUTEURS



Emmanuel Zecchini

Contact parcours formation

emmanuel@lamaisondalfred.fr / 33 6 89 15 44 27



Alicia Labidi

Contact organisation opérationnelle

alicia@lamaisondalfred.fr / 33 6 50 70 32 31



ALFRED (TRANS)FORMATION est heureuse de vous présenter ce parcours.
Votre confiance nous honore et nous oblige.

