

FORMATION DE BASE A LA NEURO-HARMONISATION

Accompagner le bien-être et la réussite avec les Sérénitypes

La Formation est composée de 6 modules regroupés en deux fois trois journées. Elle permet d'utiliser les Sérénitypes pour un bénéfice personnel et ouvre la possibilité d'assister à la formation certifiante pour une utilisation professionnelle.

JOUR 1 SERENITYYPES - GENERALITES ET PROFIL DE MOTIVATION

Objectifs : *Découvrir son profil de motivation*

Personnalité innée / acquise et notions de latéralisations cérébrales

Démonstration de la méthode

Les sources des types psychologiques et de la Neuro-harmonisation. Les différentes fonctions et leurs caractéristiques cérébrales.

Découverte du schéma d'activation cérébrale

Découverte du profil de motivation : Auto-positionnement et confirmation

- Mon besoin de me représenter le monde (comprendre ou s'enraciner)
- Mon besoin pour me diriger dans le monde (satisfaire, accomplir, me surpasser)
- Mon besoin pour me mettre en mouvement, passer à l'action (me déterminer, interagir)

Découverte des 12 profils de motivation

JOUR 2 SERENITYYPES - DECOUVERTE DU PROFIL D'ACTION ET ENSEIGNEMENTS SUR LES PROFILS

Objectifs : *Découvrir son profil d'action*

Mon profil d'action : Découverte, auto-positionnement et confirmation de mon profil

- Quel est mon besoin pour m'orienter ?
- Quel est mon besoin pour différencier le monde ?
- Quel est mon besoin pour gérer l'espace et le temps ?

Découverte des 16 profils en situation professionnelle.

Forces et points de vigilance : quel est mon charisme naturel ? Trouver l'équilibre entre l'excès de style et la sur-adaptation.

JOUR 3 PROFILS CONVERGENTS / HYBRIDES ET STRESSABILITE

Objectifs : *Apprendre à prévenir le stress et à en sortir*

Les profils convergents et les profils hybrides : impact en termes de stress.

Le modèle du stress : généralités et application sur les profils.

Savoir repérer le stress sur moi, sur les autres. Indicateurs faibles et testing moteur.
Découverte de sa capacité à influencer son cerveau grâce au corps. Gestion du stress par le corps.
Les exercices oculaires : Théorie et pratique pour gérer le stress
Les stimulations faciales : Théorie et pratique pour gérer le stress
Autres modalités de gestion du stress (gymnastique intégrative, exercices divers, techniques d'immunisation)

JOUR 4 LES STRATEGIES DE REUSSITE UN ATOUT POUR OBTENIR LE SUCCES

Objectifs : Prendre conscience des conditions à créer et des étapes à suivre pour maximiser mes chances de succès

Découvertes des 18 fonctions cérébrales (les 10 du profil de motivation et les 8 du profil d'action) et de leur articulation selon les profils (découverte de la dynamique des profils)
Exploration comparative d'une expérience réussie et d'un échec
Découverte de sa fiche « Stratégie de réussite »
Ma stratégie de réussite : mise en évidence de ma stratégie personnelle de succès et mise en application sur un cas concret à venir.

JOUR 5 PROFILAGE INDIRECT ET COMMUNICATION

Objectifs : Apprendre à repérer des éléments de personnalité chez ses interlocuteurs pour mieux communiquer, négocier et manager

Découvrir le lien entre la motricité et les profils
Apprendre à repérer les indicateurs de personnalités dans les comportements, le langage non verbal et la posture
Apprendre les différents langages de base et les mettre en application sur un argumentaire
Savoir communiquer dans le langage de l'autre et manager les profils opposés

JOUR 6 INTRODUCTION AUX TESTS MOTEURS ET MISE A NIVEAU POUR LA FORMATION CERTIFIANTE

*Objectifs : Découvrir le lien motricité / personnalité permettant de diagnostiquer le profil d'une autre personne.
Se préparer à la formation certifiante à la Neuro-harmonisation.*

Le testing moteur en détail, principes et généralités
Pratique du testing grande vitesse (test de la danse et test de la sonnette)
Nouvelles notions sur les profils : Horizontalité / verticalité, sens de rotation, association / dissociation.