



PERSONNALITÉ
conseil en communication des dirigeants



MANAGER LA MOTIVATION DE SON ÉQUIPE

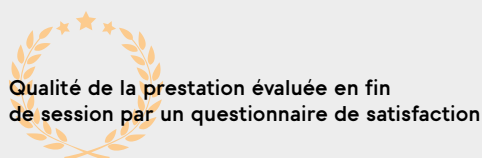
AVEC LES OUTILS
DE PRÉPARATION MENTALE
DES SPORTIFS DE HAUT NIVEAU



MANAGER LA MOTIVATION DE SON EQUIPE

AVEC LES OUTILS DE PRÉPARATION MENTALE DES SPORTIFS DE HAUT NIVEAU

Comprendre et savoir actionner les leviers, individuels et collectifs, pour optimiser la motivation et la performance du collectif comme de l'individu en s'inspirant des techniques éprouvées des coaches sportifs, c'est la promesse de cette formation.



OBJECTIFS

- > Motiver, fédérer et susciter l'**engagement** de son équipe par l'art de la « **causerie** » du coach sportif
- > Travailler sa **vision managériale** : savoir écouter, puis fixer un cap en définissant le sens de la mission de chacun ainsi que les objectifs de l'entreprise.
- > Favoriser **performance, motivation et confiance en soi** en utilisant des outils de la préparation mentale des sportifs de haut niveau
- > Encourager **autonomie et créativité** de chaque membre de l'équipe en insufflant et en encourageant l'**esprit entrepreneurial** et la **proactivité**



PARTICIPANTS > Managers



INTERVENANT
> Préparatrice mentale, journaliste et réalisatrice



COMPÉTENCES TRAVAILLÉES

- > Leadership
- > Intelligence relationnelle
- > Capacité d'écoute
- > Capacité à influencer
- > Collaboration



PRÉREQUIS > aucun



DURÉE > 1 jour



PRÉSENTATION
DU CONTENU
EN VIDÉO

PROGRAMME

MATIN

MOTIVER

L'ENSEMBLE DU GROUPE

Ouverture et fermeture de la séance par des exercices pratiques : « La Causerie » (pitch de motivation d'équipe par le Coach sportif !)

Les participants doivent préparer un **speech de motivation** en se mettant dans la peau d'un coach à la veille d'une finale de coupe européenne ou de coupe du monde ou de finale olympique d'un sport collectif.

APPORTS PÉDAGOGIQUES SOUS LES ANGLES :

- La **posture** : gestuelle, regard, occupation de l'espace, voix, écoute active...
- Le **speech** : accroche, structuration du message, canalisation des émotions, valorisation du collectif, la fixation d'objectifs, la stratégie et les tactiques
- La **légitimité** du coach pour apporter supplément d'âme et de motivation à l'équipe : autorité, empathie, écoute, sens aigu de l'observation, leadership

APRÈS-MIDI

MOTIVER

CHAQUE MEMBRE DE L'ÉQUIPE

Apports pédagogiques fondamentaux : initiation aux outils de la Préparation mentale des sportifs de haut niveau

- Utiliser les leviers essentiels de motivation avec les « **7 sentiments** »
- Méthode, questionnaire et **programme motivationnel**.
- La **fixation d'objectifs** : les critères pour fixer efficacement un objectif
- Les « **routines** » des sportifs professionnels : méthode, application et mise en situation.
- Le **discours interne** : mise en place d'une routine pour remplacer un discours interne négatif en un discours interne positif et motivant.
- L'**imagerie mentale / projection mentale** : méthode, application et mise en situation.



TARIF et ORGANISATION

INTRA-ENTREPRISE,
GROUPE OU INDIVIDUEL :

Nous consulter pour
un montage sur-mesure

@ info@personnalite.fr

☎ 33 (0)1 46 05 44 66

LIVRABLES

Séquences individuelles filmées
Mémos

Nos formations se déploient
également en distanciel et
en plusieurs langues :
nous consulter



Exercices
pratiques
sous l'œil
de la caméra
Relecture,
décryptage
et conseils du
formateur.

LE MEDIA ACTING®

MÉTHODE PÉDAGOGIQUE DÉPOSÉE



Le Media-acting® est la méthode exclusive de Personnalité, qui structure l'animation de toutes nos formations.

Fruit de la recherche universitaire, **elle place le participant au cœur du processus pédagogique**, le conduisant sur le chemin de **l'excellence relationnelle**.

Il devient acteur de sa progression par les multiples mises en situation qu'il réalise, **sous l'œil de la caméra**.

L'action enregistrée est systématiquement débriefée par nos formateurs-experts, issus d'univers professionnels décalés.

Cette méthode du « **learning by doing** » (80% de pratique pour 20% de théorie) peut être déclinée en 6 langues différentes : français, anglais, allemand, italien, espagnol ou arabe.



45 EXPERTS MULTICULTURELS

DÉPLOIEMENT DE NOS FORMATIONS
EN 6 LANGUES DIFFÉRENTES

45 personnalités expertes dans des domaines d'activité aussi pointus que variés, des univers aux antipodes du quotidien de nos participants.

Ils sont journalistes, comédiens, coachs vocaux, anciens négociateurs du GIGN, boxeurs, pilotes de ligne ou encore préparateurs de sportifs de haut niveau, chefs d'orchestre...

Leur mission ? Élargir un territoire, bousculer des habitudes, faire apprendre d'une expérience professionnelle différente : la leur.

Les meilleurs outils issus de leur univers professionnel seront mis à la disposition des participants, qui les utiliseront lors de prises de parole stratégiques, de négociations à fort enjeu, d'affirmation de leur leadership, de management de la performance collective...

Et parce que la crédibilité de nos formateurs repose sur leur expertise unique, tous poursuivent en parallèle leur activité professionnelle.

Une expérience sur-mesure, sur le ring, sur la scène ou en studio TV, sous l'œil de la caméra, qui permet à chacun d'exprimer sa vraie personnalité : la seule clé pour bien communiquer.



COACHS

BOXEURS

PILOTES DE LIGNE

CHEF D'ORCHESTRE

NÉGOCIATEURS DU GIGN

PRÉPARATRICE MENTALE

COMÉDIENS

JOURNALISTES

ILS NOUS FONT CONFIANCE*

ABBOTT
ACCOR
ADVANS
AFD / PROPARCO
AIR LIQUIDE
AKUO ENERGY
ALLIANZ
ALSTOM
APICIL

ARMATEURS
DE FRANCE
ASSYSTEM
AXA BANQUE
BMW GROUP
BPCE
BSH GROUP
CANAL +
CEPTON
CITEO
CNOSF
COFACE
CONTENT
SQUARE
CREDIT
AGRICOLE
DASSAULT
SYSTEMES
DHL
DIOT SIACI

DLL
DOMINO'S PIZZA
EDF
ENEDIS
EPSF
ERNST & YOUNG
EXANE
GROUP M
GROUPAMA AM
HAVAS MEDIA
HELVETIA
INSP
INSTITUT
NATIONAL
DU CANCER
IRSN
KPMG FONDATION
LA DURÉE
LA POSTE
LVMH
MAIF

MATMUT
MGEN
MICROPOLE
QUADIENT
NEXITY
NINTENDO
NRJ GROUP
OBERTHUR
ODDO BHF
OGF
OPEN GROUPE
CHAMBRE
DES NOTAIRES
DE PARIS
PSA
PUBLICIS
RENAULT
RENTOKIL
SAFRAN

SCALIAN
STELLANTIS
SUPERGRID
TAKEDA
TARKETT
TIAMA
TOTAL
ÉNERGIES
WARNER
YKONE

* Principaux clients actifs sur l'année en cours et l'année précédente

www.personnalite.fr

86 RUE DU DÔME 92100 BOULOGNE-BILLANCOURT



Qualiopi
processus certifié

■ ■ RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

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