



## Formation Leadership & Energy

*En 1905 Albert Einstein prouve que, littéralement, tout est énergie.  
Cette énergie est aussi communicative, telle la bonne humeur.*

### Objectifs

Cette formation vous présente comment utiliser ce principe pour améliorer et développer votre aptitude à interagir avec autrui.

Nous sommes tous, à tout instant, sujets à des états d'esprits qui influencent nos pensées, nos actions, et notre ressenti. Vous pouvez prendre conscience de ces différents niveaux d'énergie qui guident vos vies, et décident parfois à votre insu de votre comportement. Mais aussi prendre conscience de combien votre niveau d'énergie est relié à celui des personnes autour de vous.

### Programme

- Identifier et reconnaître les différents niveaux d'énergie, et mieux comprendre pourquoi chacun pense et agit comme il le fait, dans sa vie privée ou au travail.
- Distinguez les comportements des leaders ayant des impacts positifs, de ceux qui épuisent l'énergie des personnes qui les entourent.
- Apprenez via des techniques de coaching à faire évoluer positivement votre niveau d'énergie e à avoir ainsi un impact positif sur celui des personnes autour de vous.
- Exercer la capacité de changer votre niveau d'énergie interne pour faire face aux situations difficiles et utiliser cette nouvelle attitude pour susciter des échanges plus respectueux et créer un climat de confiance.



# ATTITUDE *coach*

## Modalités pratiques

### ◇ **Formule en présentielle**

- Durée : 2 jours
- Nombre de participants : maximum 15
- Cible : équipe de direction, cadres, managers, chefs de projets, première ligne de supervision.

### ◇ **Formule à distance**

- Durée : 8 journées espacées d'une période de 3 à 5 semaines
- Nombre de participants : maximum 12
- Cible : équipe de direction, cadres, managers, chefs de projets, première ligne de supervision.

## Information et inscription

- ◇ Maria Moleira [Maria@attitudecoach.be](mailto:Maria@attitudecoach.be) | 0474 85 20 05
- ◇ Valérie Graindorge [Valerie@attitudecoach.be](mailto:Valerie@attitudecoach.be) | 0488 36 66 66