



L'offre formation de
Carpe Diem Evolution



L'égo : allié ou ennemi ?

ATELIER

1/2 JOURNÉE

Sébastien Fitamant

CARPE DIEM

L'ÉGO ALLIÉ OU ENNEMI ?

Comment faire de l'ego son meilleur allié ?

L'ego... Voilà un sujet parfois tabou, souvent sous-estimé ou au contraire surestimé mais rarement placé à sa juste place ou reconnu à sa juste valeur. Pourtant, malgré sa Mauvaise réputation, il est bien là : au cœur de tout comportement humain et de toutes les relations sociales.

Alors, comment faire « avec » ? Comment reconnaître ses forces et ses pièges?

Le temps d'un atelier, prenez conscience du rôle que joue l'ego dans notre communication relationnelle et dans la réalisation de nos projets.

Il est temps d'apprendre à faire de l'ego (le notre et celui des autres), un véritable allié !



OBJECTIFS DE L'ATELIER

- Prendre conscience que nous avons tous un égo.
- Comprendre ce qu'est l'égo et à quoi il sert.
- Identifier les pièges de l'égo, chez soi et chez les autres.
- Assumer et maîtriser son égo.
- Développer sa conscience de soi et des autres

DÉROULÉ DE L'ATELIER

09H30 / 10h15 PRESENTATIONS
INCLUSION
INTRODUCTION AU SUJET PAR UN DEBAT

10h15 / 11h00 QU'EST-CE QUE L'EGO ? SES ATOUTS, SES PIEGES

- Définition
- Identification des forces et des faibles
- Exercice ludique : évaluer l'égo de personnalités connues et...moins connues

11h00 / 11h15 PAUSE

11h15 / 12h15 COMMENT FAIRE DE L'EGO UN ALLIE

- La position Méta
- Dompter le tigre !
- Exercice en sous-groupe

12h15 / 12H30 DEBRIEFE, DECLUSION

POUR QUI ?

- De 6 à 15 participants. Au-delà de 15 participants, formule sur-mesure.
- Toute organisation sociale, tout groupe social.

EN ENTREPRISE :

- Un manager et son équipe.
- Une équipe de collaborateurs.
- Des managers entre pairs (la journée est alors plus orientée « management »).

BUDGET

FORMULE INTER-ENTREPRISES

Une ½ journée dans un lieu de séminaire avec des participants de différentes entreprises. Demander la programmation à sebastien@carpediem-evolution.com ou la consulter sur la page LinkedIn de CARPE DIEM EVOLUTION

- 175 € HT par participant à la journée.

FORMULE INTRA-ENTREPRISE

Une ½ journée dans votre entreprise avec vos équipes uniquement.

- Frais de déplacement à votre charge (frais kilométriques ou billets de train, restauration, hébergement éventuel).
- Mise à disposition d'une salle de réunion et restauration à votre charge.
- De 6 à 15 participants : 700,00 € HT la ½ journée.
- *Au-delà de 15 participants, formule sur-mesure à étudier selon la typologie du public et le nombre de participants.*



*Améliorez votre cohésion d'équipe
avec la communication consciente*

CONTACT

Sébastien Fitamant

CARPE DIEM

Tel : 07 70 19 90 48

sebastien@carpediem-evolution.com

