Opteamind

Brochure Opteamind

—

- Conférences
- Formations
- Coaching

www.opteamind.com

Notre **leitmotiv**

Optimiser vos capacités mentales, émotionnelles et relationnelles au profit **d'une meilleure performance individuelle et collective**

Sommaire

04 • Notre société
06 • Nos conférences
08 • Cerveau et mieux-être
09 • Changement
10 • Cohérence cardiaque
11 • Communication positive
12 • Interprétations
13 • Nos formations
15 • Méthodes pédagogiques
16 • Changement
17 • Cohésion d'équipe
18 • Communication positive
19 • Confiance en soi
20 • Créativité
21 • Feedback constructif
22 • Forces et talents
23 • Gestion du stress
24 • Intelligence collective
25 • Intelligence émotionnelle
26 • Leadership positif
27 • Management
28 • Nos coachings
30 • Coaching individuel
31 • Coaching d'équipe
32 • Nos outils : MPO et DIT

Rencontrons-nous et créons **ensemble** l'accompagnement qui **vous convient** !

+33 6 13 64 48 48
contact@opteamind.com

Notre **société**

La vocation d'Opteamind est d'optimiser les capacités des collaborateurs de votre entreprise, au profit d'une meilleure performance individuelle et collective.

Que ce soit en conférence, en formation ou en séance de coaching, nous multiplions les potentiels individuels en développant leurs talents latents, leur créativité innée, leur intelligence émotionnelle et relationnelle, tout en les soustrayant de leurs schémas de fonctionnement bloquants.

Pour ce faire, nous utilisons un coefficient multiplicateur très efficace, il s'appuie sur les dernières découvertes en matière de neurosciences et de psychologie positive et cognitive. Le résultat de cette équation ?

Une meilleure performance individuelle au profit d'une meilleure performance collective !

NOS VALEURS

SATISFACTION

La satisfaction de nos clients constitue notre propre satisfaction

ÉCOUTE

Pierre angulaire de nos relations interpersonnelles

FIABILITÉ

Présente aussi bien dans notre savoir-faire que notre savoir-être

OPTIMISME

L'enthousiasme et l'optimisme, deux leviers d'efficacité au travail

PASSION

Pour être passionnant, il faut être soi-même passionné(e)

PERFORMANCE

Une démarche d'amélioration continue au niveau individuel et collectif

NOS FORCES QUI FONT NOTRE DIFFÉRENCE !

NEUROSCIENCES APPLIQUÉES

Certifiés en neurosciences appliquées, nos conférences, formations et séances de coaching s'appuient sur les dernières découvertes en matière de neurosciences et de psychologie positive et cognitive. L'objectif ? Apprendre à optimiser nos capacités mentales, émotionnelles, relationnelles et physiques.

PRISE DE CONSCIENCE

Acquérir une connaissance n'engendre pas forcément un changement, en revanche, tout changement passe systématiquement par une prise de conscience. Nos interventions s'appuient sur des techniques cognitives très efficaces pour amener les participants au-delà de la simple sphère de la connaissance ou compétence, à savoir, vers celle de la prise de conscience.

SUR-MESURE

Nos interventions sont créées sur-mesure avec vous afin que celles-ci soient en parfaite adéquation avec votre métier et vos attentes et afin que les exemples que nous citons, soient en totale corrélation avec votre activité.

CULTURE POSITIVE DU QUÉBEC

Nos sources sont en grande partie issues de la culture positive du Québec, province particulièrement en avance sur l'étude de la psychologie des comportements en entreprise.

CRÉATIVITÉ ET DYNAMISME

Notre créativité et notre dynamisme rendent nos interventions uniques et percutantes. Notre certification en « Innovation Games® » nous permet d'agrémenter nos interventions par des jeux collaboratifs ludiques et innovants !

TESTEZ ET APPROUVEZ

Testez au préalable l'une de nos conférences ou formations auprès d'un groupe restreint et représentatif de votre cible, afin d'être certain(e) qu'elle corresponde à vos attentes. Une satisfaction garantie pour vous le jour J !

QUELQUES MOTS SUR LA FONDATRICE D'OPTEAMIND...

STÉPHANIE NONCENT

Fondatrice Opteamind - Conférencière - Formatrice - Coach

Fondatrice d'Opteamind, Stéphanie Noncent est conférencière, formatrice et master coach certifiée en Neurosciences Appliquées et en Psychologie Positive.

Praticienne certifiée en cohérence cardiaque et analyste certifiée MPO[1] et DIT[2], Stéphanie accompagne les entreprises et leurs collaborateurs dans l'optimisation de leur performance individuelle et collective !

Titulaire d'un DESS Marketing Opérationnel et International, Stéphanie possède 10 années d'expérience dans la gestion de projet digital, le web marketing et la communication.

[1] MPO : Management et Performance Organisationnelle , + d'infos sur cet outil en page 32
[2] DIT : Dynamiques Interactives au Travail, + d'infos sur cet outil en page 33

Nos **conférences**

Découvrez les différents thèmes de nos conférences qui sauront captiver votre auditoire, quel que soit l'événement d'entreprise que vous souhaitez organiser.

NEUROSCIENCES EXPLIQUÉES

Avoir un cerveau vous donne le droit indéniable de le connaître ! Il est trop précieux pour être uniquement laissé entre les mains des neuroscientifiques.

Stéphanie Noncent vous dévoile ses connaissances sur le cerveau en vulgarisant ses concepts les plus complexes par l'utilisation de métaphores, d'exemples concrets, d'anecdotes et par l'expérimentation.

ADAPTÉES À VOS ÉVÉNEMENTS

Le changement, la communication, le stress et les interprétations sont des thématiques qui nous concernent tous et qui sauront, par conséquent, indéniablement captiver votre auditoire, quel que soit votre événement : colloque, séminaire, assemblée générale, soirée d'entreprise, etc. Nous adaptons la durée de notre intervention en fonction de vos besoins. Un autre thème de conférence vous intéresse ? Parlons-en ensemble !

- Virginie Faillenot

Très belle conférence ! S'adapter au changement est effectivement un enjeu fondamental dans nos métiers. Stéphanie a su nous transmettre des clés concrètes et efficaces pour mieux y faire face.

TESTEZ ET APPROUVEZ

L'une de ces conférences vous intéresse ?

Sachez que vous pouvez la tester auprès d'un groupe restreint représentatif de votre cible avant votre événement afin d'être certain(e) qu'elle corresponde à vos attentes.

Une satisfaction garantie pour vous le jour J !

Si vous le souhaitez, nous pouvons également adapter l'un des thèmes de formation qui vous intéresse le plus, sous le format d'une conférence !

Les **secrets** de votre **cerveau** pour un **mieux-être** et une meilleure **performance**

Les neurosciences constituent l'une des plus grandes découvertes du 21e siècle ! Chaque jour, une nouvelle avancée concernant notre cerveau fait son apparition ! Additionnées les unes aux autres, les découvertes en neurosciences nous livrent progressivement un précieux mode d'emploi d'un fabuleux outil que nous possédons tous !

L'une de ces dernières découvertes démontre qu'il y a 4 neurotransmetteurs indispensables pour obtenir un équilibre physique, physiologique et émotionnel optimal. Un peu comme l'ADN, ils forment le code de notre cerveau.

À travers cette conférence qui se veut passionnante, Stéphanie Noncent vous dévoilera l'importance de ces 4 neurotransmetteurs sur notre santé physique, cognitive et émotionnelle et vous donnera les clés pour maintenir cet équilibre sur la durée.

CE QUE VOUS ALLEZ APPRENDRE

- Quels sont les 4 principaux neurotransmetteurs pour avoir une santé optimale et une bonne gestion du stress ;
- Leurs implications sur notre mémoire, notre concentration ainsi que sur notre condition psychique et physique ;
- Les conséquences néfastes d'une ou de plusieurs carences de l'un de ces 4 neurotransmetteurs ;
- Les actions préventives et correctives à mettre en œuvre pour un équilibre optimal de ces 4 neurotransmetteurs.

CE QUE VOUS ALLEZ EN TIRER

- Une meilleure connaissance du fonctionnement de votre cerveau ;
- Une meilleure gestion de votre stress ;
- Une meilleure gestion de vos émotions ;
- Une meilleure forme mentale et physique ;
- Un moment convivial et privilégié pour vous-même.

DURÉE

1h30
Q/R inclus

PUBLIC

Tout public

Intervenante : Stéphanie NONCENT

Comment bien s'adapter au **changement** ? « **Agir** » plutôt que « **subir** »

Notre vie professionnelle et personnelle est sans cesse en changement. Conscient ou inconscient, voulu ou imposé par des événements extérieurs, le changement est normal et naturel, il est constamment présent autour de nous.

Bien que la majorité d'entre nous soit d'accord avec ce postulat, nous manifestons tout de même de la résistance à son égard. Pourquoi ? Parce que le changement confère un caractère menaçant ou dérangeant en bousculant nos acquis, nos habitudes et en modifiant les équilibres.

Il est important, voire vital, d'apprendre à passer rapidement cette phase de résistance pour vivre le changement plutôt que de le subir. C'est tout l'objet de cette conférence !

CE QUE VOUS ALLEZ APPRENDRE

- Qu'est-ce que le changement ?
- Pourquoi une résistance au changement ?
- Les conséquences d'une résistance au changement sur vous et sur votre efficacité personnelle et professionnelle ;
- Adopter une attitude positive face au changement ;
- Savoir gérer vos émotions et votre stress ;
- Transformer le changement en opportunités.

CE QUE VOUS ALLEZ EN TIRER

- Une identification de vos propres résistances au changement ;
- Une meilleure compréhension de l'impact néfaste d'une résistance sur vous et sur votre efficacité professionnelle ;
- Mieux vous connaître pour mieux gérer vos émotions et votre stress ;
- Des clés pour mieux vous adapter au changement.

DURÉE

1h30
Q/R inclus

PUBLIC

Tout public

Intervenante : Stéphanie NONCENT

La **cohérence cardiaque** pour mieux gérer son **stress** et ses **émotions**

Saviez-vous que le cœur contient 40 000 neurones et qu'il envoie plus d'informations au cerveau que le cerveau ne le lui envoie ?

Saviez-vous qu'en interagissant d'une manière bien précise sur les rythmes de notre cœur, nous obtenons un état interne physiologique et émotionnel optimal ?

Utilisée par les sportifs de haut niveau, par les pilotes de chasse et les astronautes, la cohérence cardiaque est une technique simple, rapide et très efficace pour mieux gérer son stress et améliorer sa performance physique, mentale et émotionnelle.

Découvrez ses bienfaits par une pratique ludique avec un appareil de biofeedback.

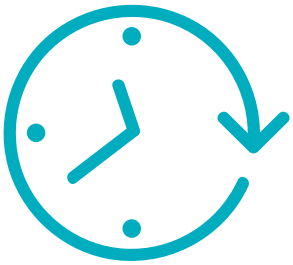
CE QUE VOUS ALLEZ APPRENDRE

- Comment le cœur influe sur notre cerveau et sur la gestion de notre stress ;
- L'importance de l'équilibre du système nerveux sympathique et parasympathique ;
- Les bénéfices physiques, intellectuels, émotionnels et relationnels de la cohérence cardiaque ;
- Les bienfaits de la cohérence cardiaque par une expérimentation collective avec à l'appui, un appareil de biofeedback afin de constater, en un réduit, les bienfaits de cette pratique.

CE QUE VOUS ALLEZ EN TIRER

- Une meilleure connaissance du fonctionnement de votre coeur et de votre cerveau ;
- Une meilleure gestion de votre stress ;
- Une meilleure gestion de vos émotions ;
- Une meilleure forme mentale et physique ;
- Un moment convivial et privilégié pour vous-même.

DURÉE



1h30
Q/R inclus

PUBLIC

Tout public

Intervenante : Stéphanie NONCENT

La **communication positive** au service de l'efficacité relationnelle

Si le choix des mots revêt une importance capitale dans la communication interpersonnelle, la manière de dire est souvent plus importante que ce qui est dit. Nous sommes d'abord vus, avant d'être entendus, puis compris.

Les derniers apports en matière de psychologie positive et de neurosciences démontrent qu'adopter une communication positive, verbale, para-verbale et non-verbale, est la clé pour entretenir de bonnes relations humaines et pour faire passer son message afin qu'il soit entendu et compris.

Cette conférence constitue une occasion unique de bénéficier de clés concrètes et pertinentes pour communiquer de manière positive et efficace avec n'importe quel interlocuteur.

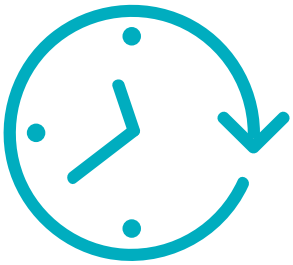
CE QUE VOUS ALLEZ APPRENDRE

- Notre cerveau comprend-il la négation ?
- La communication positive : une des clés de la psychologie positive ;
- Les freins à une communication saine et percutante ;
- Les leviers d'une communication positive et efficace ;
- L'importance de la communication para-verbale et non verbale ;
- S'affirmer tout en préservant la qualité relationnelle.

CE QUE VOUS ALLEZ EN TIRER

- Une meilleure maîtrise de la communication positive ;
- Une amélioration de la qualité de vos échanges relationnels ;
- Une meilleure compréhension de l'impact para-verbal et non-verbal sur les autres ;
- Une meilleure affirmation de soi en toute circonstance.

DURÉE



1h30
Q/R inclus

PUBLIC

Tout public

Intervenante : Stéphanie NONCENT

Déjouer les **erreurs d'interprétation** pour prévenir les conflits internes

Entre observation et interprétation, il n'y a parfois qu'un pas. Et ce pas, aussi petit soit-il, constitue aujourd'hui, la source première des conflits internes en entreprise. Ces conflits ont bien évidement un impact néfaste, non seulement sur la qualité relationnelle, mais aussi sur l'efficacité et la performance individuelle et collective.

Parce que le cerveau n'aime pas les questions sans réponse, bien souvent, face à une incompréhension de communication verbale ou non-verbale, nous préférons répondre par des interprétations, quitte à ce que ces dernières soient erronées, ce qui est malheureusement le cas la plupart du temps.

Par des exemples concrets, percutants et interactifs, vous allez apprendre, au cours de cette conférence, à déjouer les pièges des interprétations pour garantir une meilleure qualité relationnelle dans votre vie professionnelle et personnelle.

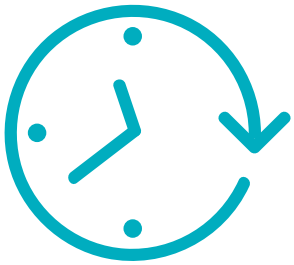
CE QUE VOUS ALLEZ APPRENDRE

- Voyons-nous avec nos yeux ou avec notre cerveau ?
- Bien différencier la réalité de la perception de la réalité ;
- Comment la communication verbale et non-verbale influence-t-elle nos interprétations ?
- Comment notre façon de voir les situations influence-t-elle notre comportement ?
- Les erreurs d'interprétation, sources de conflits internes ;
- Changer de regard sur la réalité qui nous entoure.

CE QUE VOUS ALLEZ EN TIRER

- Une meilleure distinction entre observation et interprétation ;
- Des techniques pour éviter les erreurs d'interprétation ;
- Une prévention et une réduction des conflits internes ;
- Une meilleure qualité relationnelle ;
- Une meilleure concentration et performance.

DURÉE



1h30
Q/R inclus

PUBLIC

Tout public

Intervenante : Stéphanie NONCENT

Nos **formations**

Découvrez toutes les thématiques que nous abordons à travers nos formations qui se veulent dynamiques, interactives et efficaces.

NEUROSCIENCES ET PERFORMANCE

Chaque formation s'appuie sur les dernières découvertes en matière de neurosciences et de psychologie positive et cognitive afin de comprendre et d'apprendre à optimiser nos capacités mentales et émotionnelles et par voie de conséquence, physiques.

L'objectif ? Une meilleure performance individuelle au profit d'une meilleure performance collective.

PRISE DE CONSCIENCE

Acquérir une connaissance n'engendre pas forcément un changement, en revanche, tout changement passe systématiquement par une prise de conscience.

Chaque formation, dynamique et interactive, s'appuie sur des techniques cognitives très efficaces pour amener les participants au-delà de la simple sphère de la connaissance ou compétence, à savoir, vers celle de la prise de conscience.

- Patrick Azincot, gérant, Biocell

La formation sur la gestion du stress a été très bénéfique ! La formatrice a su adapter la formation en fonction de la taille de l'entreprise et surtout aux attentes du personnel, un atout indéniable...

SUR-MESURE

Chaque formation est créée sur-mesure avec vous afin que celle-ci soit en parfaite adéquation avec votre métier et vos attentes.

Nous aimons également échanger sur votre ou vos problématique(s) afin que les exemples que nous citons en formation, soient en totale corrélation avec votre activité et la réalité de ce que vous vivez au quotidien.

Méthodes et **moyens** pédagogiques

FORMATION INTER ET INTRA

L'ensemble de nos formations est disponible en intra-entreprise et en inter-entreprises sur tout le territoire français afin de mieux répondre à vos besoins.

INTERACTIVE ET DYNAMIQUE

Une pédagogie interactive et dynamique qui alterne des exposés didactiques, des mises en situation réelles sur des cas vécus par les stagiaires, des discussions-débats ainsi que des exercices percutants.

EXPÉRIENCES DE TERRAIN

Ayant acquis une expertise depuis plus de 10 ans en milieu professionnel, nos apports sont directement issus de nos expériences de terrain, garantissant une efficacité accrue.

SUPPORT DE TRAVAIL

Un document pédagogique complet est remis en fin de formation à chaque participant. Une plateforme collaborative vient également enrichir le contenu des interventions.

AXES DE PROGRÈS

Un document de travail portant sur les axes individuels de progrès est donné en fin de stage.

ÉVALUATION

Un test d'évaluation de la formation est remis en fin de séance parce que l'amélioration continue de nos interventions est au cœur de nos préoccupations !

Comment bien s'adapter au **changement** ? « **Agir** » plutôt que « **subir** »

Notre vie professionnelle et personnelle est sans cesse en changement. Conscient ou inconscient, voulu ou imposé par des événements extérieurs, le changement est normal et naturel, il est constamment présent autour de nous.

Bien que la majorité d'entre nous soit d'accord avec ce postulat, nous manifestons tout de même de la résistance à son égard. Pourquoi ? Parce que le changement confère un caractère menaçant ou dérangeant en bousculant nos acquis, nos habitudes et en modifiant les équilibres.

Il est important, voire vital, d'apprendre à passer rapidement cette phase de résistance pour vivre le changement plutôt que de le subir.

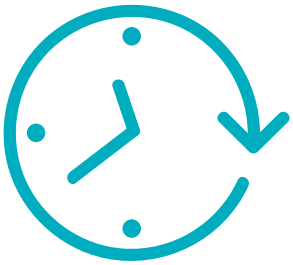
OBJECTIFS

- Identifier ses propres résistances au changement ;
- Comprendre l'impact néfaste sur soi et sur son efficacité professionnelle ;
- Changer son comportement pour s'adapter au changement ;
- Devenir acteur du changement : mettre en place sa stratégie d'action.

PROGRAMME

- Qu'est-ce que le changement ?
- Pourquoi une résistance au changement ?
- Changement et neurosciences ;
- Les conséquences d'une résistance au changement sur soi et sur son efficacité professionnelle ;
- Adopter une attitude positive face au changement ;
- Savoir gérer ses émotions et son stress ;
- Apprendre à lâcher prise ;
- Identifier ses objectifs personnels et les opportunités qui peuvent se présenter ;
- Développer ses compétences pour s'adapter au changement.

DURÉE



2 jours

PUBLIC

Tout salarié, cadre ou dirigeant de votre entreprise

De 5 à 15 participants

Formation intra-entreprise

Formation inter-entreprises

Dates à consulter sur : www.opteamind.com

Renforcer la **cohésion d'équipe**

La performance d'une équipe ne prendrait-elle pas racine dans la dynamique du groupe, dans son esprit de coopération, d'entraide, de solidarité et d'émulation positive ? La cohésion d'équipe est un formidable levier de performance collective. Il constitue le terreau indispensable à une croissance rapide et durable d'un groupe.

La force de cette formation réside sur des techniques efficaces de cohésion d'équipe renforcées par des exercices de team building ludiques, originaux et dynamiques. Cette formation est entièrement créée sur-mesure afin de répondre précisément à vos besoins.

OBJECTIFS

- Renforcer la dynamique et la synergie d'une équipe ;
- Développer un esprit d'équipe par la confiance, la coopération et la solidarité ;
- Améliorer la performance collective ;
- Fédérer l'équipe autour d'une vision commune et de valeurs communes ;
- Meilleure connaissance et compréhension de soi et des autres.

PROGRAMME

- Exercice qui nous enseigne que nous sommes plus efficaces en groupe que tout seul ;
- Exercice : sans performance individuelle, il n'y aurait pas de performance collective ;
- Qu'est-ce qu'une équipe performante ?
- Définir la pyramide des pouvoirs de l'équipe ;
- Mieux se connaitre soi et les autres par les Dynamiques Interactives au Travail (DIT)[1], une solution permettant d'identifier sa personnalité dominante représentée par 4 profils ;
- Développer une communication positive au sein de l'équipe ;
- Développer sa confiance en soi et son assertivité ;
- Les interprétations, sources de tension au sein d'une équipe : comment les contourner ?
- L'impact des émotions sur l'efficience du groupe : génératrices de tensions ou de performance ?
- Quels outils efficaces utiliser pour renforcer la cohésion de son équipe ?

DURÉE

À définir avec le client

PUBLIC

Tout salarié, cadre ou dirigeant de votre entreprise

De 5 à 15 participants

Formation intra-entreprise

[1] DIT : Dynamiques Interactives au Travail
+ d'infos sur cet outil en page 33

La **communication positive** au service de l'efficacité relationnelle

Tout est communication !

Chaque comportement, chaque interaction, même le silence est une forme de communication ! La communication revêt une importance capitale au sein de l'entreprise, elle est au cœur de chaque relation, que ce soit avec ses collègues, ses clients, ses fournisseurs ou bien avec ses partenaires.

Or, il est très fréquent d'entendre les personnes communiquer entre elles par la forme négative qui est souvent source d'incompréhension, d'interprétations, voire de conflits relationnels.

Les derniers apports en matière de psychologie positive et de neurosciences démontrent, au contraire, qu'adopter une communication positive est la clé pour une efficacité relationnelle.

OBJECTIFS

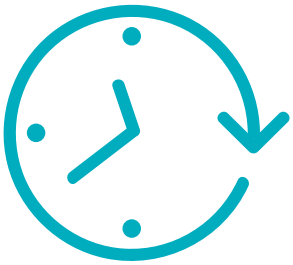
- Maîtriser les clés d'une communication positive et efficace ;
- Améliorer la qualité des échanges pour mieux coopérer ;
- Apprendre à s'affirmer en respectant la qualité relationnelle ;
- Adapter sa communication aux différents types de personnalité.

PROGRAMME

- Notre cerveau comprend-il la négation ?
- La communication positive : une des clés de la psychologie positive ;
- Les freins à une communication saine et efficace ;
- Les interprétations dans la communication : perception ou réalité ?
- Les clés d'une communication positive et efficace ;
- L'importance de la communication para-verbale et non verbale ;
- Les 3 leviers de communication et les positions de communication ;
- Connaître son mode de communication par un exercice d'affirmation de soi ;
- Apprendre à s'affirmer pour bien communiquer ;
- Comment communiquer des messages difficiles tout en préservant la qualité relationnelle ?
- Identifier sa personnalité dominante à l'aide de la solution DIT[1] afin d'apprendre à adapter sa communication à ses différents interlocuteurs.

[1] DIT : Dynamiques Interactives au Travail
+ d'infos sur cet outil en page 33

DURÉE



2 jours

PUBLIC

Tout salarié, cadre ou dirigeant de votre entreprise

De 5 à 15 participants

Formation intra-entreprise

Formation inter-entreprises

Dates à consulter sur : www.opteamind.com

Développer la **confiance en soi** pour oser **se réaliser** et se **dépasser** !

L'entreprise d'aujourd'hui évolue dans un contexte fluctuant, concurrentiel et innovant où défis et challenges corroborent avec solutions et innovations. Croire en soi et en ses capacités permet non seulement une meilleure résilience au changement, mais permet surtout de se réaliser pleinement, d'offrir un potentiel jusque-là inexploité et de construire des relations professionnelles plus harmonieuses.

Développer sa confiance en soi, c'est apprendre à se dépasser en osant être soi-même ! Oser être soi-même, c'est cultiver sa différence !
Et c'est la somme de toutes ces différences qui permet à une entreprise d'être plus performante !

OBJECTIFS

- Développer sa confiance en soi et en les autres ;
- Apprendre à s'affirmer en respectant la qualité relationnelle ;
- Identifier les clés de sa réussite en mobilisant ressources et talents ;
- Acquérir les capacités nécessaires pour faire face aux défis ;
- Renouer avec son authenticité.

PROGRAMME

- La confiance en soi, l'une des composantes de l'estime de soi ;
- Comprendre l'impact qu'exerce son image sur soi et sur les autres ;
- L'importance de la communication para-verbale et non verbale ;
- Les positions et les 3 leviers de communication ;
- Comment avoir une image plus juste de soi-même ?
- Développer sa confiance en soi par une attitude intérieure positive ;
- Apprendre à transformer ses échecs en expériences ;
- Savoir s'appuyer sur ses forces, talents et compétences ;
- Renouer avec son authenticité et savoir l'exprimer ;
- Connaître son mode de communication par un exercice d'affirmation de soi ;
- Apprendre à s'affirmer pour bien communiquer ;
- Utiliser la confiance en soi comme levier de progression personnelle.

DURÉE

2 jours

PUBLIC

Tout salarié, cadre ou dirigeant de votre entreprise

De 5 à 15 participants

Formation intra-entreprise

Formation inter-entreprises

Dates à consulter sur : www.opteamind.com

Libérez votre **créativité** !

Notre cerveau est doté d'une puissance fantastique qu'aucune technologie à ce jour, parmi les plus avancées, n'est capable de surpasser ! Il a le pouvoir de créer ! Et ce potentiel créatif n'est pas uniquement réservé aux génies, nous l'avons tous en nous ! Il suffit d'apprendre à l'activer et à le développer par des techniques mentales incroyablement efficaces issues des dernières découvertes en neurosciences !

Dans un contexte de plus en plus concurrentiel et très fluctuant, stimuler une culture créative au sein de vos équipes devient un atout majeur de compétitivité. Aujourd'hui, les entreprises leaders sont celles qui anticipent les besoins de leurs clients et sont celles qui transforment rapidement leurs problématiques en solutions innovantes et pérennes. Elles y parviennent en s'appuyant sur une valeur ajoutée solide : la créativité de leurs équipes !

Devenez également une entreprise leader sur votre marché en instaurant au sein de votre entreprise, une culture de la créativité !

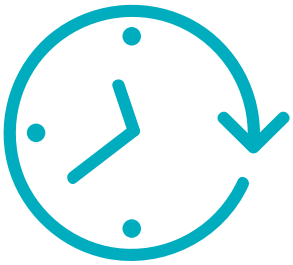
OBJECTIFS

- Comprendre son propre fonctionnement créatif et mieux l'exploiter ;
- Lever les freins et blocages personnels à la créativité ;
- Développer son potentiel créatif grâce à des techniques innovantes, motivantes et efficaces ;
- Améliorer son efficacité professionnelle ;
- Faciliter l'agilité et l'innovation des équipes ;
- Anticiper les besoins des clients ;
- Améliorer sa compétitivité.

PROGRAMME

- La créativité, comment ça marche ?
- Quel est votre profil créatif ?
- Quels sont les freins à la créativité et comment les contourner ?
- La créativité : une gymnastique mentale à développer chaque jour ;
- Des techniques créatives très performantes pour produire une abondance d'idées ;
- Des techniques efficaces de tri et de sélection des idées ;
- Comment mettre à profit votre créativité dans votre quotidien professionnel ?

DURÉE



2 jours

PUBLIC

Tout salarié, cadre ou dirigeant de votre entreprise

De 5 à 15 participants

Formation intra-entreprise

Formation inter-entreprises

Dates à consulter sur : www.opteamind.com

Développer la **culture** et la **pratique** du **feedback constructif**

Élément essentiel d'une communication efficace, le feedback donne à chacun l'opportunité d'offrir ou de solliciter un retour d'information bienveillant et constructif, en vue de progresser et d'améliorer le futur.

Résolument centré sur les actes, le feedback ne juge pas la personne, il a comme objectif d'agir sur ses actes futurs, soit en les maintenant, en les renforçant, ou en les modifiant et ce, dans une démarche d'amélioration continue.

Sa pratique régulière en entreprise permet une meilleure communication, une qualité relationnelle renforcée et rend chaque collaborateur, acteur de sa performance individuelle et collective. Cette formation, résolument tournée vers la pratique, apporte les clés essentielles afin que chaque participant puisse réaliser des feedback de manière régulière et efficace.

OBJECTIFS

- Acquérir et mettre en pratique les fondements essentiels de la communication positive ;
- Acquérir une technique simple et efficace pour réaliser un feedback ;
- Apprendre à transmettre tout type de message dans un objectif constructif ;
- Améliorer son assertivité pour une meilleure qualité relationnelle.

PROGRAMME

- L'importance de développer une communication positive dans la pratique du feedback grâce aux derniers apports en neurosciences ;
- Jeu collaboratif pour identifier les leviers et lever les croyances limitantes ;
- Les différentes composantes d'une communication positive réussie ;
- Les différentes positions de communication par un jeu collaboratif.
- Mise en pratique de la communication positive avec des jeux de rôle ;
- La méthode DESC pour réaliser un feedback ;
- Les clés de réussite d'un feedback efficace et mise en pratique ;
- L'importance de l'écoute active dans la pratique du feedback.

DURÉE

2 jours

PUBLIC

Tout salarié, cadre ou dirigeant de votre entreprise

De 5 à 15 participants

Formation intra-entreprise

Formation inter-entreprises

Dates à consulter sur : www.opteamind.com

[1] MPO : Management et Performance Organisationnelle
+ d'infos sur cet outil en page 32

Développer **ses forces** pour faire décoller son **plein potentiel** !

Nous sommes bien plus conscients de nos faiblesses que de nos forces et bien souvent, nous nous évertuons à vouloir les combler. Or, plusieurs études ont démontré que les collaborateurs qui exploitent au mieux leurs forces au sein de leur entreprise, augmentent leur productivité de 38 % et leur motivation et épanouissement au travail s'en trouvent également fortement développés.

En comparaison à une faiblesse, l'énergie demandée pour développer une force est bien moindre pour un résultat bien supérieur ! Une force ou un talent peut se développer jusqu'à un niveau d'excellence, ce qui n'est généralement pas le cas pour une faiblesse.

Identifier ses forces, les développer et les excellentiser, c'est faire ressortir le meilleur de nous-même pour une meilleure performance individuelle et collective et une motivation accrue. Les plus grandes ressources d'un individu se retrouvent dans ce qu'il fait de mieux !

OBJECTIFS

- Identifier et développer ses propres forces ;
- Identifier les talents et les forces des autres ;
- Booster sa motivation ;
- Renforcer sa confiance en soi ;
- Développer son authenticité et sa différence ;
- Améliorer la performance individuelle et collective ;
- Manager ses équipes par leurs forces.

PROGRAMME

- Les derniers apports en psychologie positive sur le développement des forces ;
- Cartographie des forces ;
- Identifier ses propres forces à l'aide de plusieurs outils efficaces, dont MPO[1] ;
- S'appuyer sur ses forces et les développer dans son activité professionnelle ;
- Identifier et développer les forces de ses collaborateurs ;
- Apprendre comment élaborer des équipes fondées sur les forces ;
- Exercices ludiques et efficaces grâce à l'outil des cartes des forces.

DURÉE

2 jours

PUBLIC

Tout salarié, cadre ou dirigeant de votre entreprise

De 5 à 15 participants

Formation intra-entreprise

Formation inter-entreprises

Dates à consulter sur : www.opteamind.com

[1] MPO : Management et Performance Organisationnelle
+ d'infos sur cet outil en page 32

Les **secrets** de notre **cerveau** pour mieux gérer notre **stress**

Un salarié sur trois se dit être stressé au travail et ce chiffre augmente à un salarié sur deux pour les cadres supérieurs. Un stress répété et mal géré a des conséquences très néfastes sur la santé et le bien-être du salarié et est également une source réelle de perte de performance pour le salarié concerné ainsi que pour l'entreprise.

Apprendre à bien maîtriser son stress, c'est gagner en qualité de travail, en bien-être des salariés et en efficacité individuelle et collective. Le retour sur investissement est considérable !

Avec l'arrivée des imageries cérébrales, les neurosciences nous ont permis de faire un bond considérable en matière de compréhension du cerveau. C'est ce qui rend cette formation aussi riche et passionnante !

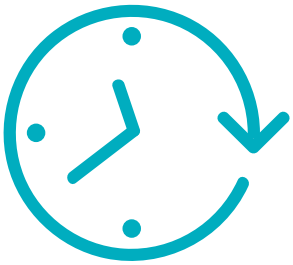
OBJECTIFS

- Identifier ses propres facteurs déclencheurs au stress ;
- Apprendre à mieux gérer son stress et ses émotions par des techniques simples et efficaces issues des neurosciences et de la psychologie positive ;
- Optimiser sa performance physique et mentale grâce aux neurotransmetteurs du bien-être ;
- Apprendre à se ressourcer par des techniques utilisées par les pilotes de chasse, le GIGN ou les astronautes.

PROGRAMME

- Jeu d'intelligence collective pour identifier les facteurs de stress internes et externes et les stratégies de ressource déjà mises en place.
- Comprendre le stress : signaux d'alerte et conséquences vues par les neurosciences ;
- L'importance de l'équilibre de 4 neurotransmetteurs sur notre santé physique, cognitive et émotionnelle. Bilan pour identifier ses éventuelles carences et actions correctives et préventives pour pouvoir les combler.
- Faire la distinction entre la réalité et la réalité perçue par notre cerveau et comprendre l'impact sur la gestion de nos émotions ;
- Derniers apports en neurosciences en termes de gestion mentale et gestion du stress ;
- Expérimenter plusieurs techniques efficaces de gestion du stress utilisées par le GIGN, les pilotes de chasse et les astronautes, telles que la cohérence cardiaque, le geste signal, etc.
- Techniques pour apprendre à se ressourcer rapidement et notamment comment récupérer en 5 minutes, 1h30 de sommeil.

DURÉE



2 jours

PUBLIC

Tout salarié, cadre ou dirigeant de votre entreprise

De 5 à 15 participants

Formation intra-entreprise

Formation inter-entreprises

Dates à consulter sur : www.opteamind.com

Favoriser le développement de **l'intelligence collective**

L'intelligence collective pourrait se résumer par cette équation : 1+1 ≥ 3, c'est-à-dire qu'une intelligence collective produit un résultat bien supérieur à la somme des intelligences individuelles qui la compose.

Chaque salarié possède des connaissances, des expériences, des compétences, des talents, des idées, une énergie, une motivation qui, additionnés les uns aux autres par le biais d'une démarche d'interrelation, de co-réflexion, de co-création et de co-construction, aboutit à une synergie où les collaborateurs réussissent à faire ensemble ce qui est impossible de faire seul et dont les résultats finaux émergent sur quelque chose de nouveau et d'inattendu, dont personne n'en a préalablement connaissance.

Dans un environnement en permanente mutation, où la concurrence est exacerbée, développer une intelligence collective au sein de son entreprise permet d'être plus efficients collectivement et d'obtenir de meilleurs résultats.

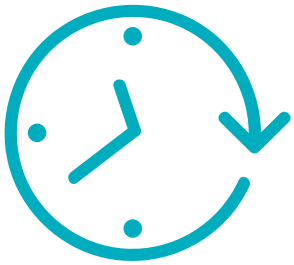
OBJECTIFS

- Acquérir une posture et une éthique pour la mise en œuvre d'une intelligence collective ;
- Acquérir des outils efficaces de co-réflexion, co-création et co-construction ;
- Trouver des solutions innovantes ;
- Améliorer l'implication et la motivation des salariés ;
- Améliorer la performance individuelle et collective.

PROGRAMME

- Qu'est-ce que l'intelligence collective et quels en sont les bénéfices ?
- Activer l'intelligence collective avec les neurosciences ;
- Comment mettre en place et accompagner une démarche d'intelligence collective ? Toutes les étapes indispensables ;
- Les clés de réussite pour un développement de l'intelligence collective ;
- Intègrer vision, mission et ambition dans ses objectifs ;
- Apprendre à encourager l'apprentissage d'équipe ;
- Techniques et outils de co-réflexion, de co-création et de co-construction ;
- Comment favoriser le consensus collectif ?
- Mise en place d'un processus de régulation individuel et collectif en mode agile .

DURÉE



2 jours

PUBLIC

Tout salarié, plus particulièrement manager, cadre, dirigeant ayant la responsabilité d'une équipe

De 5 à 15 participants

Formation intra-entreprise

Formation inter-entreprises

Dates à consulter sur : www.opteamind.com

Développer son **intelligence émotionnelle** pour une meilleure **efficacité relationnelle**

Aujourd'hui, nous savons avec certitude que nos émotions, positives ou négatives, régissent nos comportements quotidiens. Or nos émotions, ne sont pas toujours identifiées, assumées et bien gérées, surtout dans le milieu professionnel et peuvent être à la source de nombreux conflits relationnels.

Développer son intelligence émotionnelle, c'est apprendre à mieux se comprendre, à mieux gérer ses émotions et celles des autres pour in fine, adopter une attitude et un comportement le plus adéquat possible face à une situation donnée.

En développant son intelligence émotionnelle, chaque collaborateur améliore considérablement son épanouissement et son efficacité professionnelle !

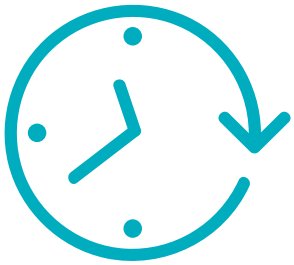
OBJECTIFS

- Comprendre l'impact des émotions sur la performance individuelle et collective ;
- Maîtriser et utiliser ses émotions pour une meilleure performance et qualité relationnelle ;
- Insuffler une dynamique positive en capitalisant sur ses émotions positives ;
- Agir de manière adaptée face aux émotions de ses collaborateurs.

PROGRAMME

- Identifier les différentes composantes de l'intelligence émotionnelle ;
- Les dernières découvertes en neurosciences et psychologie positive ;
- Autodiagnostic de son quotient émotionnel ;
- Agir sur ses représentations mentales pour agir sur ses émotions ;
- Développer ses émotions positives et capitaliser dessus ;
- Apport des neurosciences en termes de gestion mentale des émotions ;
- Techniques de préparation mentale utilisées par les sportifs de haut niveau ;
- Toutes les autres techniques efficaces de gestion des émotions ;
- Détecter les émotions des autres par la communication verbale, para-verbale et non verbale ;
- Gérer et accompagner les émotions collectives.

DURÉE



2 jours

PUBLIC

Tout salarié, manager, cadre, dirigeant ayant la responsabilité d'une équipe

De 5 à 15 participants

Formation intra-entreprise

Formation inter-entreprises

Dates à consulter sur : www.opteamind.com

Développer son **leadership positif**

Chacun d'entre nous est avant tout leader de soi-même !

Développer son leadership positif, c'est développer une posture et une attitude qui se caractérisent par une grande conscience de soi et des autres, une capacité à gérer ses émotions, à être tourné vers une démarche « solutions » versus « problèmes » et à garder un état d'esprit positif et adaptatif quels que soient les obstacles à surmonter.

En invitant chaque collaborateur à développer son propre leadership positif, c'est toute votre entreprise qui s'inscrit dans une démarche vertueuse, positive et performante !

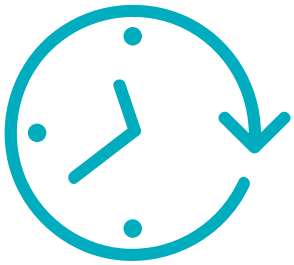
OBJECTIFS

- Mieux se connaître pour développer une attitude et un comportement de leader inspirant ;
- Développer son intelligence émotionnelle ;
- Capitaliser sur ses forces et talents ;
- Acquérir des outils concrets de leadership positif ;
- Se motiver et motiver les autres sur la durée ;
- Construire un climat positif de collaboration et d'enthousiasme collectif ;
- Améliorer sa performance individuelle et collective.

PROGRAMME

- Dernières découvertes en neurosciences et psychologie positive ;
- Les bénéfices d'un leadership positif ;
- Quelles sont les compétences et les attitudes du leadership positif ?
- Autodiagnostic sur son style de leadership à partir de la solution MPO[1] ;
- Renforcer la connaissance de soi pour mieux agir ;
- Développer ses forces et ses talents plutôt que ses faiblesses ;
- Développer sa créativité, sa curiosité et son ouverture d'esprit ;
- Comment communiquer de manière assertive et positive ?
- Accroître son intelligence émotionnelle et capitaliser sur ses émotions positives ;
- Techniques et outils efficaces pour développer son leadership au quotidien.

DURÉE



2 jours

PUBLIC

Tout salarié, plus particulièrement manager, cadre, dirigeant ayant la responsabilité d'une équipe

De 5 à 15 participants

Formation intra-entreprise

Formation inter-entreprises

Dates à consulter sur : www.opteamind.com

[1] MPO : Management et Performance Organisationnelle
+ d'infos sur cet outil page 32

Management motivationnel : la clé du succès !

Le management motivationnel est avant tout un management d'excellence qui pourrait se résumer par cette maxime : « Plus de performance, plus de satisfaction, moins de stress ! »

Le véritable rôle du manager est de motiver ses équipes afin qu'elles aient envie de faire de leur mieux, quelle que soit la situation contextuelle dans laquelle elles évoluent et ce, en favorisant un cadre de travail agréable et convivial.

En instaurant une dynamique motivationnelle, le manager renforce la cohésion de ses équipes et améliore, par conséquent, leur performance !

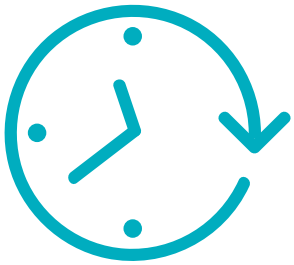
OBJECTIFS

- Manager ses collaborateurs en développant leur motivation ;
- Développer les potentiels individuels et collectifs pour une meilleure performance ;
- Faire adhérer en communiquant efficacement sa vision ;
- Maitriser les outils du management motivationnel.

PROGRAMME

- Donner du sens pour mettre en mouvement ;
- Découvrir son style de management : autodiagnostic sur son style de management à partir de MPO[1], une solution très performante, simple et efficace ;
- Les différents styles de management ;
- Le leadership positif ;
- Manager par des challenges SMART ;
- Favoriser les boucles de réussite et définir des plans de progrès individuels ;
- Apprendre à détecter les signes de démotivation dans son équipe ;
- Les leviers de motivation pour une équipe enthousiaste et performante ;
- Les leviers de l'autorité ;
- Communiquer avec assertivité et positivité ;
- Reconnaître et gérer ses émotions ;
- La prise de décision ;
- Des outils clés et efficaces de management motivationnel.

DURÉE



2 jours

PUBLIC

Manager, cadre, dirigeant ayant la responsabilité d'une équipe

De 5 à 15 participants

[1] MPO : Management et Performance Organisationnelle
+ d'infos sur cet outil en page 32

Formation intra-entreprise

Formation inter-entreprises

Dates à consulter sur : www.opteamind.com

Nos **coachings**

Opteamind, véritable optimisateur de talents et accélérateur de réussites, intervient en entreprise par le biais de séances de coaching individuel et/ou des séances de coaching d'équipe.

COACHS CERTIFIÉS

Tous nos coachs sont certifiés et sont issus du monde de l'entreprise pour un accompagnement plus adéquat et efficace.

Certifiés en neurosciences, nous enrichissons nos méthodes de coaching avec les dernières découvertes en matière de neurosciences et de psychologie positive et cognitive.

UNE DÉONTOLOGIE FORTE

Toutes nos séances de coaching reposent sur une déontologie forte comprenant un haut niveau d'intégrité, de confidentialité, de fiabilité et d'honnêteté vis-à-vis de nos clients.

Notre qualité relationnelle : l'écoute active, l'empathie, le non-jugement et une communication bienveillante et sans détour.

PERSONNALISÉES

Nos séances de coaching sont entièrement personnalisées en fonction de la personne à coacher et de son objectif à atteindre.

L'objectif de cette démarche est d'apporter une réponse ciblée et concrète et d'obtenir des résultats rapides, efficaces, mesurables et pérennes dans le temps.

- Marianne Feltin

Stéphanie est une personne fondamentalement à l'écoute des besoins de son client. Elle sait adapter merveilleusement son savoir ainsi que des outils personnalisés à chaque problématique de coaching, de manière humaine et chaleureuse.

- Coaching individuel
- Coaching d'équipe

ACTIONS ET RÉSULTATS

Notre approche du coaching est résolument orientée actions et solutions et vise des résultats tangibles pour un développement individuel et collectif.

Entre chaque séance, une mise en place et un suivi d'actions sont planifiés.

DÉROULEMENT

Une réunion tripartite précède la mise en route du programme. Elle permet de bien statuer sur le(s) objectif(s) à atteindre. La durée du programme sera déterminée après analyse du besoin. La fréquence des séances s'effectue généralement de manière hebdomadaire (1h environ). Les séances de coaching peuvent s'effectuer soit en entreprise, soit dans un lieu externe, soit par téléphone ou par skype.

Développez le **potentiel** de vos collaborateurs par un **coaching individuel** performant !

Le coaching est un véritable levier de performance individuel et collectif !

À travers un accompagnement professionnel sur-mesure très efficace, le coaching permet au bénéficiaire d'exploiter pleinement son potentiel en s'appuyant sur des ressources jusqu'alors inexploitées afin d'atteindre les objectifs qu'il s'est fixés et ce, sur une durée préalablement définie.

À travers le processus de coaching, le bénéficiaire développe ses compétences, son savoir-être, approfondit ses connaissances et améliore ses résultats de manière significative et rapide !

Que ce soit pour une prise de fonction, pour un développement des potentiels individuels, des compétences managériales ou relationnelles, adopter cette approche avec Opteamind, c'est capitaliser sur les capacités de développement de vos collaborateurs !

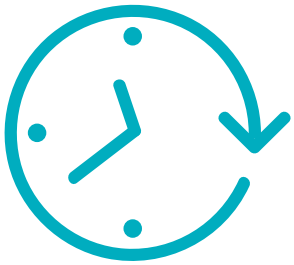
OBJECTIFS

- Développer et optimiser les potentiels d'un collaborateur : ses qualités, ses compétences, ses forces, ses ressources ;
- Transformer ce qui peut freiner la progression d'un collaborateur ;
- Élargir le champ de vision d'un collaborateur par un questionnement efficace ;
- Faire émerger des solutions ou des idées nouvelles.

EXEMPLES D'INTERVENTION

- Affirmer son leadership ;
- Communiquer avec assertivité ;
- Prendre la parole en public ;
- Mieux gérer ses émotions ;
- Mieux gérer son stress ;
- Améliorer la confiance en soi ;
- Augmenter sa motivation ;
- Mieux gérer son temps ;
- Mieux équilibrer vie professionnelle et vie personnelle, etc.

DURÉE



Selon diagnostic

PUBLIC

Tout salarié, cadre ou dirigeant de votre entreprise

Coaching réalisé en entreprise, à l'externe, par téléphone ou par Skype

Développez la **performance collective** par un **coaching d'équipe** efficace !

Une équipe performante est composée de personnes différentes qui se complètent et collaborent dans un même objectif. Or, nous ne communiquons pas tous de la même manière et n'avons pas tous les mêmes besoins.

Le coaching d'équipe s'attache à identifier les différences individuelles par le biais de leurs points forts, de façon à ce que le groupe apprécie sa propre richesse. Il vise également à développer la qualité des relations, de coopération et de co-construction entre les membres d'une même équipe.

Chaque succès collectif sera modélisé par le coach afin d'inscrire l'équipe dans une dynamique de réussite positive et constructive. Cette démarche, orientée actions et solutions, a pour objectif final, une meilleure maturité collective ainsi qu'une meilleure performance collective.

OBJECTIFS

- Renforcer les relations interpersonnelles entre ses membres ;
- Renforcer l'esprit d'équipe et la solidarité entre ses membres ;
- Capitaliser sur la valeur ajoutée de l'ensemble des collaborateurs qui composent l'équipe ;
- Fédérer une équipe autour d'un projet commun ;
- Surmonter les éventuelles crises ponctuelles émanant d'un changement d'organisation (fusion, absorption, délocalisation) ;
- Développer l'intelligence collective ;
- Faire émerger des solutions ou des idées nouvelles ;
- Développer la maturité de l'équipe ;
- Développer la performance collective de l'équipe.

EXEMPLES D'INTERVENTION

- Développer l'intelligence collective au sein d'une équipe en utilisant les jeux d'innovation collective ;
- Renforcer la cohésion d'équipe autour d'une vision, de valeurs et d'objectifs communs ;
- Faire émerger en équipe de nouvelles idées, de nouvelles solutions ;
- Renforcer la cohésion d'équipe suite à un changement d'organisation ;
- Transformer ce qui peut freiner une performance collective optimale.

DURÉE

Selon diagnostic

PUBLIC

Équipe commerciale, projet, fonctionnelle, administrative ou dirigeante

Coaching réalisé en entreprise ou à l'externe

Nos **outils**

MPO

Si vous pouviez disposer d'une solution qui soit simple, rapide à utiliser, fiable, efficace, valide et utilisant les toutes dernières technologies informatiques afin de choisir la bonne personne au bon poste, de développer le potentiel de vos équipes ainsi que leur performance ?

Cette solution efficace existe !
Elle vient du Québec et s'appelle MPO : Management et Performance Organisationnelle.

Qu'est-ce que MPO ?

Capable de cerner la personnalité d'un individu en moins de 20 minutes, l'inventaire de personnalité MPO se démarque de ses concurrents par sa simplicité d'utilisation, la rapidité à laquelle il est possible d'obtenir un rapport et des résultats de grande qualité et d'une extrême finesse !

Habiliter les collaborateurs à mieux se connaître et à mieux se comprendre permet une nette amélioration dans la qualité des échanges et dans la performance des équipes de travail. C'est toute la vocation de MPO et de ces analystes.

Le fonctionnement de MPO

À partir d'un questionnaire de qualité, rapide (moins de 20 minutes), multilingue et remis sous format électronique ou papier, des graphiques et un rapport écrit d'une grande finesse sont élaborés.

Un analyste-consultant certifié MPO restitue, lors d'un entretien, son analyse permettant de décrire les grands traits de personnalité mis en évidence par l'inventaire, le mode de fonctionnement de la personne, ses points forts et ses axes de progrès.

Pour quels bénéfices ?

- Faciliter la sélection et l'embauche
- Faciliter la mobilité interne
- Cerner et stimuler les compétences potentielles de vos collaborateurs
- Comprendre la perception des salariés dans leur poste
- Saisir les besoins et motivations des collaborateurs
- Favoriser le développement des compétences
- Perfectionner le style de management et de leadership
- Faciliter la résolution des conflits

+ d'infos sur le site :
www.opteamind.com

DIT

Si vous pouviez savoir quelles sont les bonnes façons de communiquer et d'agir avec vos collaborateurs pour les motiver et améliorer les qualités relationnelles entre eux ? Si vous possédiez un outil permettant à vos équipes de mieux se connaître et de mieux se comprendre pour améliorer la communication interpersonnelle, la cohésion et la performance collective ? Si vous pouviez mieux cerner les profils de vos clients pour améliorer leur satisfaction ? C'est ce que vous permet le programme québécois DIT : Dynamiques Interactives au Travail.

Qu'est-ce que la solution DIT ?

Les études en psychosociologie démontrent que les traits de personnalité ont une influence majeure sur nos comportements et qu'ils restent relativement stables au cours de notre vie. Définir le profil DIT de vos collaborateurs permet d'identifier leur personnalité dominante représentée par une couleur.

Le DIT permet une meilleure connaissance de soi et des autres pour une communication plus efficace. Atout majeur dans une relation clientèle de qualité.

Le fonctionnement du DIT

DIT est la solution idéale à utiliser pour mieux communiquer auprès de vos clients mais aussi pour renforcer la cohésion de vos équipes !

Les participants répondent au questionnaire MPO pour recueillir des données sur sa personnalité. Chaque participant reçoit un rapport personnalisé de plusieurs pages décrivant son style DIT représenté par une couleur : vert, rouge, bleu et jaune.

Tous les membres de l'équipe sont positionnés sur une matrice collective.

Pour quels bénéfices ?

- Identifier vos besoins motivationnels et leur impact
- Découvrir votre mode de communication naturel et votre façon d'interagir avec les autres
- Prendre conscience de votre style de leadership
- Connaître les caractéristiques et les dynamiques de vos collègues
- Prendre conscience de la perception qu'ont vos collègues de votre propre dynamique
- Reconnaître rapidement les dynamiques des gens autour de vous, notamment celles de vos clients.

+ d'infos sur le site :
www.opteamind.com

Contactez-nous
et collaborons ensemble

+33 6 13 64 48 48

contact@opteamind.com

facebook.com/opteamind

opteamind-stephanie-noncent

Scannez
et gardez nos contacts

Scannez et naviguez sur
www.opteamind.com

www.opteamind.com

Opteamind
Optimiser vos capacités