

Le mythe de l'équilibre : accepter l'impermanence... ... c'est la clé du succès de vos équipes dans la durée

On nous parle d'équilibre, d'harmonie entre nos piliers de vie tels que le privé et le professionnel. On nous propose des formules magiques, des cadres, des cases, en étant persuadés que nous sommes des funambules capables de marcher en permanence sur un fil. Ces dernières années, l'équilibre vie privée-vie professionnelle est devenu le Graal à atteindre. Que d'énergie et de moyens dépensés dans une quête inatteignable. Parce qu'il est temps de le dire, **l'équilibre de nos piliers c'est un mythe !**

La réalité, c'est que nous sommes en permanence en déséquilibre et que c'est OK ✓
A partir du moment, où ce déséquilibre ne s'étend pas sur une longue durée et ne qu'il ne concerne pas systématiquement le même pilier.

Cette quête inatteignable de l'équilibre fait perdre de l'énergie, du temps et de l'argent. L'erreur est de combattre les déséquilibres au lieu d'accepter les flux et l'impermanence.

Un des secrets, c'est de réaliser que l'environnement de travail est fondamentalement changeant et dynamique et que cela peut être vu par chacun.e soit comme une menace, soit comme une opportunité.

Ce parcours offre des outils pour avoir conscience de ce qui se joue pour soi-même et pour l'équipe. Il est construit de façon interactive, ludique et pratique. Vous expérimentez divers outils. L'intelligence collective du groupe et des participants se met au service de votre projet.

C'est l'acceptation et la gestion du déséquilibre et l'impermanence qui est la clé du succès pour les équipes et l'entreprise.

Au programme :

- baromètre de l'équilibre de vos équipes
- découvrez et libérez le potentiel de votre équipe : profilage, styles et préférences
- une équipe qui communique mieux, décide mieux, s'organise mieux.
- goal mapping : formuler et formaliser ses objectifs
- les cinq clés pour une équipe performante et collaborative
- comprendre, détecter et prévenir l'épuisement professionnel

Dans votre boîte à outils après la formation :

- une méthode d'auto-évaluation de son niveau d'équilibre sur huit dimensions
- un plan d'action précis et personnel mis en carte par un outil inspiré des neurosciences
- Une équipe plus agile qui adopte naturellement les bons réflexes.
La cohésion est plus grande dans le respect de chacun



- ✓ Parcours de 5 jours établi après un diagnostic
- ✓ 8 à 10 participants
- ✓ En présentiel
- ✓ FR ou NL
- ✓ Prix sur demande