



- Formation
- Conseil
- Coaching

Formation

N° de référence : BSN

Niveau 1 - Révéler la puissance du cerveau pour soi, au travers des relations et de systèmes - Praticien Brain-Switch

Un parcours innovant de cinq jours vous permettant d'acquérir les bases de l'Approche NeuroCognitive et Comportementale !

Issue de 25 années de recherches menée par l'Institut de Médecine Environnementale à Paris, l'Approche NeuroCognitive et Comportementale permet une optimisation du potentiel de chacun par une connaissance fine de nos mécanismes cérébraux et des outils efficaces directement liée à notre biologie. L'Approche NeuroCognitive et Comportementale est globale et agit à trois niveaux : individuel, relationnel et systémique, pour des changements profonds et durables.

Prochaine session

BSN121 - Prix (particuliers/non-marchands): 1,100 €, Prix (entreprises): 1,650 €

- 18/01/2021
- 19/01/2021
- 22/02/2021
- 23/02/2021
- 15/03/2021





- Formation
- Conseil
- Coaching

Contenu

Ce parcours comporte 4 temps :

- Passation du VIP2A : Inventaire de Personnalité, Adaptabilité, Assertivité
- Debriefing individualisé de 1 h 30
- Parcours de 5 x 1 jours incluant des exercices et lectures entre les journées
- Epreuve certifiante

Etape 1 : Passation du VIP2A

Le VIP2A est un questionnaire informatisé développé par l'Institut de Médecine Environnementale à Paris. Issu de 25 années de recherches, il permet d'identifier nos dynamiques comportementales spontanées et apprises et nos axes de développement. Point de départ du parcours, il permet une formation individualisée.

Etape 2 : Debriefing personnalisé

Le VIP2A sera individuellement débriefé avec Chantal Vander Vorst. Lors de ce debriefing, nous identifierons les axes sur lesquels vous souhaitez plus particulièrement travailler durant le parcours. Un compte-rendu vous sera envoyé le jour même du debriefing.

Etape 3 : Parcours de 5 jours

Le programme Brain-Switch comporte 5 journées thématiques, incluant de nombreux exercices et outils réutilisables facilement en toute situation.

Journée 1 : le dépassement des automatismes

Nous avons toutes et tous deux façons d'appréhender les situations, ces deux façons étant sous-tendues par des structures cérébrales différentes :

- L'une, Automatique, adaptée aux situations routinières, simples et connues
- L'autre, Adaptative ou Préfrontale, adaptée pour aborder de façon optimale les situations difficiles, complexes et inconnues

Notre hypothèse est que le Mode Mental Automatique prend souvent, trop souvent la main, car il est plus rapide et plus bruyant que le Mode Mental Adaptatif.

Objectifs :





- Formation
- Conseil
- Coaching

- Comprendre la notion de gouvernance cérébrale
- Apprendre à identifier les signaux d'alarme et facteurs de risques humains
- Stimuler l'usage de l'intelligence adaptative ou préfrontale
- Apprendre à rester serein, constructif et à dépasser nos automatismes même sous pression

Journée 2 : l'activation de nos moteurs

Nous avons tous en nous des sources d'énergie extraordinaires et parfois enfouies. Cette journée sera consacrée à la libération de nos dynamiques spontanées. La finalité de cet atelier est de mettre en place un cadre motivationnel intégrant la notion de tempérament.

Objectifs :

- Apprendre ce qu'est la personnalité et l'importance d'être en accord avec soi
- Apprendre les 8 tempéraments
- Apprendre à manager selon les tempéraments
- Apprendre à connaître l'autre et enrichir notre vision
- Gérer la personne hyper-investie, risque majeur dans la survenue d'un burn-out

Journée 3 : l'assouplissement des freins et conditionnements

Cette journée sera consacrée au dépassement de nos conditionnements : hyper-investissement, tabous et déceptions.

Objectifs :

- Identifier nos conditionnements
- Augmenter le niveau notre de conscience sur nos conditionnements
- Apprendre à progressivement s'en libérer, à retrouver des libertés perdues

Journée 4 : l'intelligence relationnelle

La finalité est d'apprendre le déploiement de l'intelligence collective, et à gérer les situations de communication difficile en adaptant notre façon de communiquer et en nous adressant à la zone cérébrale activée chez notre interlocuteur.

Objectifs :





- Formation
- Conseil
- Coaching

- Apprendre à communiquer face à un interlocuteur anxieux, en colère ou découragé
- Améliorez notre capacité à ne pas entrer dans une dynamique de rapport de force et à désamorcer ces dynamiques
- Favoriser la communication ouvrante avec notre interlocuteur

Journée 5 : l'intelligence systémique

La bio-systémique est une discipline simple et efficace, permettant de fluidifier un système, qu'il soit familial, professionnel ou autre. Elle permet de rendre un système compatible avec notre réalité biologique, d'intégrer cette réalité dans la vie de tous les jours.

Objectifs :

- Rendre un système plus fluide et performante
- Diagnostiquer et résoudre un dysfonctionnement systémique
- Améliorer la qualité et la productivité
- Identification des facteurs de risques systémiques et les moyens de remise en cohérence

Etape 4 : Epreuve certifiante

Le parcours se termine par une épreuve certifiante écrite, si le participant le souhaite.

Méthodologie

Nous adopterons la ludo-pédagogie permettant un apprentissage durable et dans la détente. Nous faisons usages de vidéos, et les participants recevront des fiches pragmatiques reprenant les concepts et exercices.

