

## 1 journée de formation aux modèles mentaux : « Cracker vos codes pour éveiller votre singularité ».

Cracker vos codes .... Mais que sont ces codes ? C'est ce qui vous coince dans les mêmes situations répétitives, vous, votre entreprise, le monde.

Pour éveiller votre singularité... C'est ce qui vous pousse depuis toujours, ce qui veut s'exprimer à travers vous et votre entreprise. Ce que vous souhaitez offrir au monde.

Vous êtes unique. Votre entreprise est unique. C'est votre singularité, il n'existe pas deux humains comme vous. Il n'existe pas une entreprise comme la vôtre.

Vous le savez, vous le sentez.

Vous le vivez, on parle de plénitude, de flow.

Vous l'espérez, c'est ce qui vous pousse depuis toujours.

Alors qu'est-ce qui vous rend unique ?

Plus utile, que faites-vous chaque jour pour le vivre activement ? Pour l'éveiller ? Pour l'offrir à soi, à l'autre, aux autres, au monde ?

Pas facile ... Ces questions sont au cœur de cette formation.

En général nous cherchons à comprendre ce qui coince : la psychologie.

Nous cherchons aussi à nous vivre pleinement : la spiritualité.

Et si ce qui bloque et ce qui pousse c'était pareil ?

Derrière cela, un mécanisme : les modèles mentaux. Notre capacité exclusivement humaine à nous représenter et le fonctionnement et la valeur des choses. Vital, nous avons besoin des modèles pour survivre dans ce réel infini, mais cela devient « mortel » lorsque ces modèles se figent en certitudes.

Dans cette formation :

1. Le BOCAL : Vous allez comprendre ce qui vous bloque. Ce sentiment de renfermé, cette impression de tourner en rond.
2. Le PETIT POINT : un petit point et pop le bocal s'ouvre, vous allez dé-couvrir votre singularité, ce qui vous rend unique.
3. Le SOLEIL : vous pouvez alors ensoleiller le monde pleinement et à votre manière, un peu plus chaque jour.

Alors 123 Soleil ☺ Vous y êtes. Venez jouer avec vos modèles au lieu d'être joués par eux. Rien de plus universel que d'oser sa singularité. Au plaisir de vous retrouver dans cette formation, oui de vous re-trouver.

### Finalité / objectifs :

Identifier sa singularité et oser pleinement l'offrir au monde.

Je ne suis plus piégé(e) malgré moi.

Je peux enfin trouver un espace d'action pour moi et mon entreprise pour pleinement offrir au monde ce qui m'anime profondément.

Concrètement, je sais vivre activement ma singularité chaque jour : J'ai une grille de lecture simple et puissante, j'ai des actions, des outils, des réflexes à ma disposition.

### Parcours pédagogique – programme :

Session n°1 : Modèles mentaux : une nouvelle clé de lecture et d'action. C'est quoi ? Pourquoi c'est vital aujourd'hui ? Comment les gérer ?

- Découverte et prise en main de la notion de modèle mental ;
- Manipulation des trois niveaux : individuel, collectif et sociétal ;
- Approche META : Modèles mentaux - Exposer - Tester - Ajuster.

Session n°2 : Les modèles mentaux individuels

- Les participants appréhendent leurs propres modèles mentaux individuels sur deux notions essentielles au processus d'innovation : la collecte d'information (point de départ) et la gestion du but (point d'arrivée).
- Ils participent à des sous-groupes sur la notion d'exploration des possibles.

Session n°3 : Les modèles mentaux collectifs de l'entreprise

- Diverses approches d'exposition des modèles mentaux collectifs ;
- Atelier sur les surprises

Session n°4: *Insight des modèles mentaux des entrepreneurs, MA singularité et temps de capitalisation sur les modèles mentaux. Comment concrètement AGIR?*

- Présentation des 5 modèles mentaux alternatifs des entrepreneurs ;
- Mise en lumière de la singularité de chacun ;
- Mise en pratique.

**FORMATRICE** : Béatrice ROUSSET est auteure, coach, conférencière et formatrice. Elle intervient sur les questions de transformation et de plein épanouissement des possibles. Elle a écrit deux ouvrages sur ce sujet « stratégie modèle mental - cracker enfin le code des organisations pour les remettre en mouvement » et « quels sont vos modèles mentaux ? Décrypter vous pour éveiller votre singularité » (publié le 7 mars 2024). Elle a plus de vingt ans d'expérience dans les entreprises (KPMG, HSBC, AXA).

### MÉTHODE ET OUTILS PÉDAGOGIQUES

Ateliers fondés sur le vécu réel des participants

**PUBLIC** : Toute personne confrontée à une problématique de transformation.

**PRE REQUIS** : Aucun. **DUREE** : 1 journée