



# COUP DE PROJET

Formation – Conseil - Gestion

REALISEZ VOS PROJETS  
JE VOUS ACCOMPAGNE

Responsable : Suzanne CHALHOUB  
Numéro d'activité : 93 84 042 79 84  
Siret 842 103 939 00018

Adresse : 7 rue Mourre  
84000 Avignon  
Téléphone : 06 25 61 64 77  
Email : coupdeprojet@gmail.com

## FORMATION DEVELOPPER UN ETAT D'ESPRIT DU SUCCES



### Pourquoi cette formation

Les personnes qui réussissent sont celles qui ont appris à développer un état d'esprit du succès. Cet état d'esprit, qu'ils ont su adopter, leur donne la possibilité de voir grand dans tout ce qu'ils entreprennent, et mener ainsi à bien leurs objectifs personnels ou professionnels. Ainsi, les capacités et le talent ne suffisant pas pour atteindre nos objectifs, le succès est donc avant tout une affaire d'état d'esprit.

La démarche de cette formation, ne porte donc pas sur la gestion du projet en lui-même, mais relève plus d'un « accompagnement » des individus pour le développement de leurs potentiels, afin de devenir la meilleure version d'eux même.

Cette formation est un véritable entraînement dans le but d'apprendre à développer une psychologie du succès, et à mettre en place une véritable stratégie mentale de la réussite.

### Objectif pédagogique de la formation :

#### Tout au long de la formation, les participants apprendront :

- À reconnaître les bonnes pratiques et les stratégies mentales des personnes à succès
- À repérer les routines à adopter au quotidien, pour améliorer leur état d'esprit et leur confiance en eux, et leurs chances de réussite
- À s'entraîner à développer une psychologie, pouvant agir sur leurs schémas de pensée, et développer ainsi en eux la culture du succès, la confiance, et un état d'esprit de gagnant
- À découvrir et expérimenter les différents outils et méthodes permettant de se poser les bonnes questions pour définir leurs ambitions et leurs rêves avec précision (Le pourquoi, l'IKIGAI..)

#### Objectifs opérationnels :

##### A l'issue de la formation, les participants disposeront de toutes les clés pour :

- Développer les mécanismes, les pensées, les habitudes et les comportements qui les aideront à réussir leurs projets
- S'entraîner à améliorer leur état d'esprit, croire en eux, en leurs rêves, en leur réussite, afin d'atteindre la meilleure version d'eux-mêmes
- Définir leurs objectifs avec précision et planifier leurs projets, et s'appropriier les différents outils de pilotage d'un plan d'action
- Pratiquer les techniques de visualisation afin d'ancrer leurs objectifs et favoriser ainsi leur réalisation
- À établir un véritable plan d'action, comme outil de pilotage de leur vie, et à suivre leur feuille de route personnelle

# COUP DE PROJET

Formation – Conseil - Gestion

## Méthodes, moyens pédagogiques, évaluation des résultats

- La méthode pédagogique est basée sur une formation en physique ou en FOAD (Zoom)
- Des supports informatiques en vidéo projection
- Des apports théoriques et méthodologiques, des exercices de mise en application, des cas pratiques
- Une approche participative, questions orales ou écrites, individuelles ou collectives
- Feuilles de présence des participants à la demi-journée
- Mises en situations, applications pratiques
- Évaluation individuelle à chaud
- Remise d'un livret de stagiaire

**Prérequis :** Pas de prérequis

**Public :** Tout porteur de projet, personnel ou professionnel, qui souhaite changer d'état d'esprit, améliorer les chances de réussites de ses objectifs, et intégrer ainsi le cercle vertueux des personnes à succès.

**Durée et tarif de la formation :** 1 jours – 7 heures / 350 € HT – 350 € TTC

## Les modalités de suivi et d'évaluation :

- Tout au long de sa formation, l'apprenant est accompagné avec des ateliers pratiques suivis des corrections, des exemples, et des séances de questions réponses.
- **Attestation de suivi de formation délivrée en fin de formation**

**Lieu de la formation :** Sur Montpellier – Avignon ou toute ville en France à partir d'un minimum de participants.

**Moyens pédagogiques :** En début de formation un support de cours est remis à l'apprenant ainsi que le programme détaillé.

## Organisation de la journée de formation

9h00 : Début de la formation  
11h00 : Pause café / thé – 15 mn  
13h00 : Pause déjeuner – 1h  
14h00 : Reprise de la formation  
16h00 : Pause café / thé – 15 mn  
18h00 : fin de la formation

## Les points forts de la formation :

- **Prise en charge possible avec son OPCO**, CPF, ou autres financeurs de la formation professionnelle selon situation
- Le formateur dispose de la double compétence technique et pédagogique. en Gestion des Ressources. Humaines
- **Accompagnement du stagiaire sur la semaine qui suit la formation.**

# COUP DE PROJET

Formation – Conseil - Gestion

## DEVELOPPER UN ETAT D'ESPRIT DU SUCCES

### PROGRAMME

1. Présentation des participants et formulation des attentes (animation participative)
2. Définitions de l'état d'esprit et de la notion de succès (exercice souvenir d'un succès)
3. Les 7 clés de la réussite

#### *Clé 1. Adopter une psychologie de la réussite au quotidien*

- La pensée positive
- Briser les chaînes du passé
- Se concentrer sur l'instant présent (exercice)
- Se libérer des influences négatives
- La positive attitude, faire comme si..
- S'ouvrir aux opportunités, et rester un étudiant

#### *Clé 2. La confiance*

- Renforcer la confiance en soi
- Surmonter la peur de l'échec
- Capitaliser sur l'échec
- Étendre sa zone de confort

#### *Clé 3. Les croyances*

- Les croyances limitantes (exercice)
- Se construire des croyances aidantes
- Pratiquer les affirmations positives

#### *Clé 4. Oser formuler ses rêves et trouver son pourquoi*

- Le cerveau, machine à transformer ses rêves en réalité
  - Penser à ce que l'on veut et non à ce que l'on ne veut pas
- Définir son pourquoi (exercice)

**Atelier général : révision de toutes les fonctionnalités étudiées dans une étude de cas**

Organisme ayant la certification DATADOCK



**Financement :** Plan de développement des compétences pour les salariés, OPCO pour les indépendants

#### **Animation :**

Intervenante Amira BRUNGARD formatrice (Master2 en Gestion Stratégique des Ressources Humaines)