



DEVELOPPER SON SELF LEADERSHIP POUR AUGMENTER SON IMPACT.

QU'EST-CE QUE L'IFS ?

Créé par le Dr Richard Schwartz aux Etats-Unis, l'IFS, Internal Family System, est un modèle puissant de connaissance de soi et de résolution des tensions internes, vecteur de cohérence dans la conduite des individus. Cette approche systémique reconnue aux Etats-Unis depuis 25 ans pour son efficacité à libérer des comportements limitants, se révèle aussi être une puissante pratique pour développer le Self-leadership, qui se caractérise par la capacité à mobiliser nos ressources, un leadership générateur de confiance dans la collaboration et le management de projets, et de l'efficacité dans leur réalisation.

QUELS SONT LES DOMAINES D'APPLICATION ?

L'IFS offre la possibilité à chacun de développer de la clarté et de la cohérence dans les situations suivantes :

- la conduite de projets
- la prise de décision
- l'écoute des interlocuteurs internes et externes
- l'encadrement et le management
- les entretiens de collaboration
- la gestion des conflits et la médiation
- les réunions d'équipe
- l'éducation
- le coaching et l'accompagnement.

Durée: 63.00 heures (9.00 jours)

Profils des apprenants

- Cette formation s'adresse à tout professionnel désireux d'apprendre comment augmenter son impact extérieur par un alignement de son équipe intérieure. Les dirigeants, managers, chefs de projet, cadres, responsables d'équipe, DRH, animateurs de réseau, éducateurs, avocats, médiateurs, formateurs, coaches, ... trouveront dans l'IFS des outils pour incarner une posture de leader inspiré et inspirant.

Prérequis

- Avoir suivi le stage "Introduction à l'IFS, un pas vers le Self-Leadership" animé par un.e formatrice validé par Self Gouvernance : Isabelle Desplats ou Emmanuelle Mertian de Muller.
- S'engager à se faire accompagner par un.e psycho praticien.ne en IFS pendant la durée du cursus.
- Les modules (A, B et C) de ce parcours sont progressifs. Pour participer au module supérieur, le stagiaire devra valider les modules précédents.

Objectifs pédagogiques

Isabelle Desplats Formation - Turquoise consult | 48 avenue de Rome MONTPELLIER 34080 | Numéro SIRET: 52118055400045

Numéro de déclaration d'activité: 9134 0730334 (auprès du préfet de région de: Occitanie)

Cet enregistrement ne vaut pas l'agrément de l'Etat.

Secrétariat et inscriptions : Delphine FERRARA, Coustarras – 11160 LESPINASSIERE - secretariatidf@gmail.com – Tel 06 27 77 69 57

- Dans cette formation de 9 jours en 3 modules, le stagiaire apprendra comment amplifier son impact professionnel par l'alignement de son équipe intérieure autour d'un leader inspirant : le Self. Il développera des compétences dans les 3 domaines suivants : 1. Relation à soi-même : vision, intuition, conception 2. Relation aux autres : communication, collaboration, coopération 3. Relation à l'action : engagement, concrétisation, réalisation
- Développer une connexion à soi-même qui ouvre une plus grande présence à son environnement
- Amplifier le contact avec le Self et ses qualités pour conduire son équipe intérieure
- Approfondir sa connaissance des membres de son équipe intérieure : rôles et qualités
- Apprendre à créer une relation de confiance avec les membres de son équipe intérieure
- Prendre des décisions écologiques et cohérentes
- Poser des actions pour concrétiser ses décisions
- Faire appel aux ressources de son équipe intérieure pour faire face aux défis
- Installer une coopération intérieure qui optimise le fonctionnement global
- Reconnaître les mécanismes de protection générateurs de tensions ou d'inhibitions
- Résoudre les tensions internes et externes
- Repérer les zones de fragilités et soutenir leur évolution par des moyens adaptés
- Communiquer et agir avec clarté, compassion et courage
- Créer dans son environnement un climat de travail propice à la coopération pour transformer les tensions en occasions d'évolution
- Accompagner son entourage dans le développement du Self leadership

Contenu de la formation

- Module A : Self Création – 3 JOURS Apprendre à développer les qualités du Self leadership et à les mettre en œuvre pour initier un projet et relever les défis.
 - Rappel des bases du modèle IFS et son objectif : le Self leadership
 - Le Self leadership dans les trois plans de la conduite de projet : - la Vision - la Relation - l'Action
 - Vision : concevoir un projet à partir d'une écoute intuitive ("Self led Vision")
 - Reconnaissance des parties motrices et de leurs qualités
 - Accueil des parties résistantes et de leur intention positive cachée pour en faire des alliées
 - 2 voies de transformation des résistances (Self coaching vs Self thérapie)
 - Repères pour choisir entre les 2 voies
 - Pratique du Self coaching
 - + Mise en place des binômes de travail inter-modules .
- Module B : Le Self Empowerment – 3 JOURS Expérimenter des outils de pilotage intérieur pour fluidifier la concrétisation
 - La place du corps pour amplifier l'écoute intuitive et l'ancrage du Self leadership
 - Repérer des parties polarisées et réduire les ambivalences par le dialogue intérieur
 - La pratique du Conseil d'Administration Intérieur pour - élaborer une proposition pertinente - prendre une décision acceptable par tous

- Pratique du Self coaching, approfondissement
- Elaborer une stratégie d'action concrète qui mette en mouvement
- Module C : Le Self Relationship – 3 JOURS Développer une écoute et une ouverture propices au dialogue et à la coopération, même en cas de tension ("Self-led Relationship"). Intégrer les changements pour les pérenniser et développer le Self leadership au sein d'un groupe ou d'une équipe.
 - Un outil de diagnostic : la boussole relationnelle
 - Apprendre à discerner d'où viennent les réactions toxiques et leurs conséquences pour la coopération
 - Etablir un dialogue intérieur et identifier les enjeux véritables révélés par la situation
 - Retrouver clarté et ouverture en cas de tension relationnelle en décollant des parties activées
 - Développer une écoute empathique à partir du Self : vers l'intérieur comme vers l'extérieur
 - S'exprimer à partir du Self pour une partie versus depuis une partie
 - Préparer et vivre un dialogue constructif à partir du Self
 - Remarquer les similitudes systémiques (intérieur / extérieur)
 - Intégrer les transformations dans le système intérieur
 - Augmenter la présence du Self dans un groupe ou une équipe
 - La pratique du cercle pour aborder des enjeux délicats
 - Sujets divers apportés par les participants en fin de cursus
 - Bilan des acquis et perspectives

Organisation de la formation

Equipe pédagogique

Isabelle DESPLATS - Après un parcours de management en entreprise puis de conseil auprès de porteurs de projets innovants, Isabelle Desplats est depuis 15 ans formatrice en communication, relations humaines et intelligence collective et psycho praticienne. Elle accompagne les personnes et les équipes dans le développement d'une posture de leadership coopératif.

Elle est certifiée formatrice en Communication Non violente CNV© depuis 2005, formée à la sociocratie (EIDC 2008), à l'HolocratieTM (praticien 2012) et certifiée depuis 2015 au modèle IFS (Internal Family System), puissant outil de développement du potentiel individuel. Sa formation pluridisciplinaire lui permet de former et d'accompagner aux trois niveaux : personnel, interpersonnel et collectif.

Co-fondatrice de Colibris, l'association citoyenne initiée par Pierre RABHI, elle en a assuré la présidence puis la direction jusqu'en 2015. Elle y a accompagné le déploiement d'une gouvernance participative au sein des principaux organes de décision du mouvement dont elle reste une membre active.

Formation initiale

1985 - DESCAF à l'Ecole supérieure de commerce d'Amiens-Picardie

1986 : DESS Gestion des Ressources Humaines – Paris 2

Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des apprenants dans une salle dédiée à la formation.

- Chaque stagiaire reçoit : • Un livret comprenant l'essentiel sur les différents thèmes abordés, complété à chaque module par : • L'envoi des paper-boards du module • Des fiches techniques permettant de s'exercer seul à l'aide d'exercices concrets. • Une feuille d'évaluation de fin de module et en fin de formation.
- Apports théoriques
- Exemples concrets tirés de l'expérience de la formatrice
- Démonstrations par la formatrice
- Analyses et méta communication sur ce qui se passe en formation, la formation étant elle même un champ d'application des acquis de formation
- Analyses et études de cas issus de la vie professionnelle des stagiaires
- Ateliers de réflexion ayant pour but la prise de recul et la préparation des exercices pratiques
- Exercices pratiques
- Jeux de rôles et mises en situation
- Matériel pédagogique varié : • Paper board • Musiques • Objets • Fiches techniques d'exercices • Jeux pédagogiques • Outils de gestion du cadre de formation (outils de gestion du temps, de la circulation de la parole...) • Mobilier mobile de la salle de formation et des salles de travaux en petits groupes pour favoriser la dynamique de formation (chaises faciles à déplacer)

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence.
- Observation du travail dans les groupes de travail
- Mises en situation.
- Chaque module de formation se termine par une évaluation orale individuelle, en petits groupes ou en grand groupe, complétée si besoin par le formateur, qui permet à chaque stagiaire de : • Evaluer les acquis du module de formation • Évaluer les difficultés rencontrées et réactualiser ses objectifs de progression • Mettre en perspective les acquis de la séquence pour application dans son environnement professionnel, dans le respect de la confidentialité créée dans chaque sous groupe.
- Quizz en ligne
- Formulaire d'évaluation de la formation.
- Certificat de réalisation de l'action de formation

Accessibilité et délais d'accès

Formulaire d'inscription en ligne à compléter via le site www.isabelledesplatsformation.com. Nous vous adresserons un contrat ou une convention de formation. Pour les particuliers, les inscriptions sont validées dans l'ordre d'arrivée des contrats et du règlement des arrhes. Pour les entreprises, les inscriptions sont validées à réception de la convention signée.

Les inscriptions sont ouvertes dans la limite du nombre de places disponibles. Si le stage est complet, nous vous proposerons une place en liste d'attente.

Clôture des inscriptions 7 jours avant le stage.

Personnes en situation de handicap

Isabelle Desplats Formation - Turquoise consult | 48 avenue de Rome MONTPELLIER 34080 | Numéro SIRET: 52118055400045

Numéro de déclaration d'activité: 9134 0730334 (auprès du préfet de région de: Occitanie)

Cet enregistrement ne vaut pas l'agrément de l'Etat.

Secrétariat et inscriptions : Delphine FERRARA, Coustarras – 11160 LESPINASSIERE - secretariatidf@gmail.com – Tel 06 27 77 69 57



Nous avons à cœur de favoriser l'inclusion des personnes en situation de handicap. Si vous êtes dans cette situation, nous sommes à votre écoute pour faciliter votre formation. Merci de nous consulter au préalable afin de prévoir une salle accessible aux personnes à mobilité réduite ou d'aménager le contenu et le support de formation à votre handicap.

Delphine Ferrara : secretariatidf@gmail.com - 06 27 77 69 57