

Méthode de Problem Solving



Objectifs

- ✓ Comprendre et appliquer la méthode de résolution de problème permettant de transformer un cercle vicieux en cercle vertueux.
- ✓ Apprendre à se servir des injonctions paradoxales



Publics

Tout Public



Prérequis

Aucun

1- Découvrir les principes des solutions tentées

- Les solutions tentées alimentent le problème : schématisation du cercle vicieux
- Le contrôle, l'évitement, la « peur » de déléguer, la procrastination... autant de tentatives de solutions inconscientes à débloquer
- Les modes de communication dysfonctionnels : s'attaquer à la forme et non pas au fond
- Découvrir ses propres mécanismes de solutions tentées au travers de situations réelles jouées et débriefées en atelier

MISE EN SITUATION :

Atelier d'improvisation mettant en situation les solutions tentées

2 - Appliquer de la « Méthode non normative de Résolution de Problèmes »

- Les 3 clés pour passer d'un cercle vicieux à un cercle vertueux :
 - Le lâcher-prise : le contrôle alimente le problème
 - Technique d'auto-résolution de problème
 - La prescription paradoxale

MISE EN SITUATION :

Atelier d'improvisation :

- Exercices d'improvisation de mise en énergie positive
- Improvisations impliquant : des inversions de rôles, des retournements de situation au regard de la solution tentée vers une autre solution (souvent paradoxale), des exercices permettant la conscientisation de la manière dont on est perçu et dont on perçoit l'autre également.

Conseils et inscription : contact@sismiik.com - 06 09 74 62 40

Financement

Formation éligible aux prises en charge des formations budgets OPCO et CPF (formations certifiantes)



Inscription à une formation

Par email
contact@sismiik.com

Par téléphone
06 09 74 62 40

Votre entreprise

Raison sociale de l'entreprise

Adresse

N° SIRET

N° TVA intracommunautaire

RESPONSABLE DE L'INSCRIPTION Mme M.

Prénom Nom

Fonction E-mail

Téléphone fixe Téléphone mobile

La formation

Nom de la formation :

Nombre de stagiaires :

Demande d'éligibilité

Nom de l'OPCO

Souhaitez-vous nous confier la relation avec l'OPCO : Oui

Non

Mode de financement souhaité : Plan de développement des compétences

CPF pendant temps de travail

CPF hors temps de travail