

DIDASCALIS



Didascalis

2 rue des Arts et Métiers 38000 Grenoble

04 76 23 22 79

Mon chemin de croissance

Formation Coach & Team

Nom :

30 avril 2019

www.didascalis.com

SOMMAIRE

MODULE 1	4
MODULE 2	8
MODULE 3	12
MODULE 4	16
MODULE 5	20
MODULE 6	24
MODULE 7	28
MODULE 8	32

PREAMBULE

Vous participez à une formation qui favorise de nouvelles réflexions. Vous repartez avec de nouvelles perspectives qui vous donnent envie de changer des choses dans votre pratique.

Et dès votre retour dans vos activités professionnelles, vous êtes repris par votre quotidien au risque d'oublier tout ce qui vous avait touché et que vous aviez décidé de mettre en œuvre.

Ce document est un outil pour vous guider dans votre processus d'apprentissage. Veuillez utiliser les pages ci-dessous pour structurer vos impressions et soutenir votre engagement vers un changement durable.

Ce document vous appartient, il vous accompagnera tout au long de cette formation pour

Tracer vos acquis ou les points clés de vos apprentissages, vos prises de conscience et les évolutions de vos pratiques et de votre posture de coach professionnel. En cela, il vous sera précieux pour préparer l'épreuve VIP de votre certification.

Noter vos réflexions.

Elaborer votre propre chemin de croissance : les actions que vous souhaitez entreprendre ; les expériences que vous vous proposez de tenter ; les décisions que vous prenez pour vous-même et pour vos collaborations.

Collecter les feedbacks que vous demandez, que vous recevez.

Nous vous souhaitons plaisir et succès dans la mise en œuvre de ce que vous avez appris !

Christine BUORS
christine.buors@didascalis.com
06 78 99 85 02



Cette image vous propose un dicton pour sourire et/ou méditer ... Ces citations vous accompagneront tout au long de votre chemin de croissance.

"Ce n'est pas parce que les choses sont difficiles que nous n'osons pas, c'est parce que nous n'osons pas qu'elles sont difficiles." Sénèque

MODULE 1

Ce que je retiens :



Les points clés du module, ce qui m'a surpris, ce qui fait sens dans ma pratique professionnelle



« Nous nous réjouissons de la beauté du papillon, mais nous nous rappelons rarement les changements qu'il a traversés pour arriver à cette beauté » - Maya Angelou, poétesse

Les décisions que je prends :



*Les pratiques que je vais expérimenter d'ici le prochain module.
Les actions que je vais conduire auprès de mon équipe et/ou avec mes partenaires et collègues, les expériences que je décide de faire, les points que je vais observer / vérifier.*

Questions en suspens, points à approfondir :



"Si tu veux construire un bateau, ne rassemble pas tes hommes et femmes pour leur donner des ordres, pour expliquer chaque détail, pour leur dire où trouver chaque chose... Si tu veux construire un bateau, fais naître dans le cœur de tes hommes et femmes le désir de la mer." Antoine de Saint-Exupéry

Sur le thème de ce module :

Mes points forts, mes ressources personnelles	Mes axes d'amélioration, mes points de vigilance

Intersession

Les feedbacks :



Les feedbacks que j'ai demandés, reçus, donnés

Les mises en pratique :



Les expérimentations concrètes que j'ai menées et les enseignements que j'en tire (mes réussites, mes difficultés, mes prises de conscience, mes besoins pour la suite, etc)



" L'exemplarité n'est pas une façon d'influencer, c'est la seule. "

Albert Schweitzer, médecin philosophe

MODULE 2

Ce que je retiens :



Les points clés du module, ce qui m'a surpris, ce qui fait sens dans ma pratique professionnelle



"Face au monde qui bouge, il vaut mieux penser le changement que changer le pansement !" Francis Blanche, humoriste

Les décisions que je prends :



*Les pratiques que je vais expérimenter d'ici le prochain module.
Les actions que je vais conduire auprès de mon équipe et/ou avec mes partenaires et collègues, les expériences que je décide de faire, les points que je vais observer / vérifier.*

Questions en suspens, points à approfondir :



"Celui qui déplace une montagne commence par déplacer de petites pierres." Confucius, philosophe

Sur le thème de ce module :

Mes points forts, mes ressources personnelles	Mes axes d'amélioration, mes points de vigilance

Intersession

Les feedbacks :



Les feedbacks que j'ai demandés, reçus, donnés

Les mises en pratique :



Les expérimentations concrètes que j'ai menées et les enseignements que j'en tire (mes réussites, mes difficultés, mes prises de conscience, mes besoins pour la suite, etc)



"Attendre d'en savoir assez pour agir en toute lumière, c'est se condamner à l'inaction."

Jean Rostand, écrivain

MODULE 3

Ce que je retiens :



Les points clés du module, ce qui m'a surpris, ce qui fait sens dans ma pratique professionnelle



"Le danger, ce n'est pas ce qu'on ignore, c'est ce que l'on tient pour certain et qui ne l'est pas." Mark Twain, écrivain (les aventures de Tom Sawyer)

Les décisions que je prends :



*Les pratiques que je vais expérimenter d'ici le prochain module.
Les actions que je vais conduire auprès de mon équipe et/ou avec mes partenaires et collègues, les expériences que je décide de faire, les points que je vais observer / vérifier.*

Questions en suspens, points à approfondir :



*"Changer, c'est d'abord changer de point de vue."
Jean-Bertrand Pontalis, philosophe*

Sur le thème de ce module :

Mes points forts, mes ressources personnelles	Mes axes d'amélioration, mes points de vigilance

Intersession

Les feedbacks :



Les feedbacks que j'ai demandés, reçus, donnés

Les mises en pratique :



Les expérimentations concrètes que j'ai menées et les enseignements que j'en tire (mes réussites, mes difficultés, mes prises de conscience, mes besoins pour la suite, etc)



"Dans la vie, rien n'est à craindre, tout est à comprendre."

Marie Curie, physicienne chimiste

MODULE 4

Ce que je retiens :



Les points clés du module, ce qui m'a surpris, ce qui fait sens dans ma pratique professionnelle



"L'expérience, ce n'est pas ce qui nous arrive, c'est ce que nous faisons avec ce qui nous arrive." Aldous Huxley, écrivain

Les décisions que je prends :



*Les pratiques que je vais expérimenter d'ici le prochain module.
Les actions que je vais conduire auprès de mon équipe et/ou avec mes partenaires et collègues, les expériences que je décide de faire, les points que je vais observer / vérifier.*

Questions en suspens, points à approfondir :



"Il n'y a pas d'autre révolution possible que d'essayer de s'améliorer soi-même. Si chacun tente quelque chose, le monde ira mieux".

Georges Brassens, artiste

Sur le thème de ce module :

Mes points forts, mes ressources personnelles	Mes axes d'amélioration, mes points de vigilance

Intersession

Les feedbacks



Les feedbacks que j'ai demandés, reçus, donnés

Les mises en pratique :



Les expérimentations concrètes que j'ai menées et les enseignements que j'en tire (mes réussites, mes difficultés, mes prises de conscience, mes besoins pour la suite, etc)



"Un pessimiste voit la difficulté dans chaque opportunité, un optimiste voit une opportunité dans chaque difficulté". Winston Churchill, homme d'état

MODULE 5

Ce que je retiens :



Les points clés du module, ce qui m'a surpris, ce qui fait sens dans ma pratique professionnelle



"Pour ce qui est de l'avenir, il ne s'agit pas de le prévoir mais de le rendre possible."

Antoine de Saint-Exupéry, écrivain aviateur

Les décisions que je prends :



*Les pratiques que je vais expérimenter d'ici le prochain module.
Les actions que je vais conduire auprès de mon équipe et/ou avec mes partenaires et collègues, les expériences que je décide de faire, les points que je vais observer / vérifier.*

Questions en suspens, points à approfondir :



"Un arbre qui s'abat fait beaucoup de bruit ; une forêt qui germe, on ne l'entend pas."

Gandhi, guide spirituel

Sur le thème de ce module :

Mes points forts, mes ressources personnelles	Mes axes d'amélioration, mes points de vigilance

Intersession

Les feedbacks



Les feedbacks que j'ai demandés, reçus, donnés

Les mises en pratique :



Les expérimentations concrètes que j'ai menées et les enseignements que j'en tire (mes réussites, mes difficultés, mes prises de conscience, mes besoins pour la suite, etc)



Nous ne voyons pas les choses comme elles sont, nous les voyons comme nous sommes."

Anaïs Nin, écrivaine

MODULE 6

Ce que je retiens



Les points clés du module, ce qui m'a surpris, ce qui fait sens dans ma pratique professionnelle



"Chaque homme doit inventer son chemin."

Jean-Paul Sartre, écrivain philosophe

Les décisions que je prends :



*Les pratiques que je vais expérimenter d'ici le prochain module.
Les actions que je vais conduire auprès de mon équipe et/ou avec mes partenaires et collègues, les expériences que je décide de faire, les points que je vais observer / vérifier.*

Questions en suspens, points à approfondir :



"La chose importante à garder en tête est qu'il ne faut jamais attendre une minute pour commencer à changer le monde". Anne Frank, écrivaine

Sur le thème de ce module :

Mes points forts, mes ressources personnelles	Mes axes d'amélioration, mes points de vigilance

Intersession

Les feedbacks :



Les feedbacks que j'ai demandés, reçus, donnés

Les mises en pratique :



Les expérimentations concrètes que j'ai menées et les enseignements que j'en tire (mes réussites, mes difficultés, mes prises de conscience, mes besoins pour la suite, etc)



"Il se pourrait que les seules limites à l'esprit humain soient celles auxquelles nous croyons." - Willis Harman, ingénieur

MODULE 7

Ce que je retiens :



Les points clés du module, ce qui m'a surpris, ce qui fait sens dans ma pratique professionnelle



"Eduquer, ce n'est pas remplir des vases mais allumer des feux."

Montaigne, écrivain

Les décisions que je prends :



*Les pratiques que je vais expérimenter d'ici le prochain module.
Les actions que je vais conduire auprès de mon équipe et/ou avec mes partenaires et collègues, les expériences que je décide de faire, les points que je vais observer / vérifier.*

Questions en suspens, points à approfondir :



« Un sourire coûte moins cher que l'électricité, mais il donne autant de lumière »

L'Abbé Pierre

Sur le thème de ce module :

Mes points forts, mes ressources personnelles	Mes axes d'amélioration, mes points de vigilance

Intersession

Les feedbacks



Les feedbacks que j'ai demandés, reçus, donnés

Les mises en pratique :



Les expérimentations concrètes que j'ai menées et les enseignements que j'en tire (mes réussites, mes difficultés, mes prises de conscience, mes besoins pour la suite, etc)



"Lorsqu'un seul homme rêve, ce n'est qu'un rêve. Mais si beaucoup d'hommes rêvent ensemble, c'est le début d'une nouvelle réalité." F. Hundertwasser , artiste architecte

MODULE 8

Ce que je retiens :



Les points clés du module, ce qui m'a surpris, ce qui fait sens dans ma pratique professionnelle



Ma cristallisation :

Ma boîte à feedbacks 😊