



Be Enjoy Attitudes

*L'art de l'intelligence émotionnelle
pour cultiver son sourire*

Be Enjoy Attitudes

Sourire. S'épanouir. Réussir

Siret : 911 043 784 00014

bea.fornari@be-enjoy.fr

06 03 998 066

“LE VOYAGE DU HEROS :

12 étapes pour conduire favorablement le changement »

Séminaire créé et animé par Béatrice Fornari

12 et 13 avril 2025 – Ile de la Réunion

14h de formation + 1 webinaire de 2h

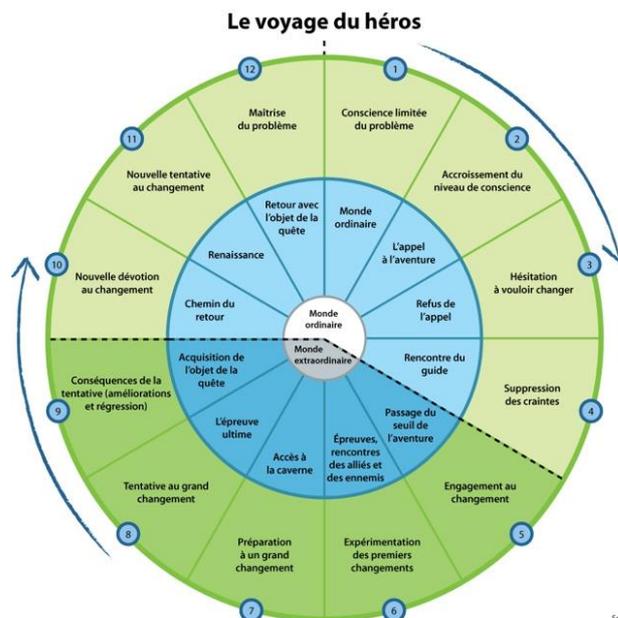


Schéma par Nicole Fodale - 2011
Inspiré du schéma de Nancy Duarte et du monomythe de Joseph Campbell

OBJECTIF

OSER ET GERER FAVORABLEMENT LE CHANGEMENT

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- *Maitriser les 12 étapes du processus de changement pour donner du sens à chacune*
- *Développer son intelligence émotionnelle pour dépasser ses peurs et avancer*
- *Identifier ses compétences et ses qualités pour devenir plus agile*
- *Clarifier le sens et les objectifs d'une transformation pour ajuster ses stratégies*
- *Surmonter les blocages émotionnels pour gagner en plans d'actions et en motivation*
- *Prendre conscience de ses points forts pour cultiver « l'auto feed-back »*

VOS BESOINS :

- Clarifier vos parcours personnel et/ou professionnel
- Elargir votre « zone de confort »
- Devenir plus indépendant émotionnellement et plus acteur de votre parcours
- Déployer le changement avec plus de fluidité et de légèreté
- Gérer le stress de l'inconnu, de la nouveauté et de l'imprévisibilité
- Faire face à tous les types de changement avec une forte stabilité émotionnelle
- Oser prendre votre place et prendre des risques
- Développer des stratégies de réussite
- Impulser le changement pour gagner en bien-être

Samedi matin : 9h/12h30

OBJECTIF

Découvrir la structure narrative du « Voyage du Héros » et son lien avec la croissance personnelle

- Historique de l'outil du « Voyage du Héros »
 - ◆ Histoire et structure narrative universelle
 - ◆ Du monde ordinaire au monde extraordinaire
 - ◆ Références du parcours initiatique des héros

- Présentation des 12 étapes du processus
 - ◆ Définition de chaque « temps » du changement
 - ◆ Rôle de l'émotionnel dans chacune des étapes
 - ◆ Focus sur le retour au quotidien

Bénéfices pour les participant.e.s

- Une vision claire du schéma du « Voyage du Héros »
- Une prise de conscience des liens entre étapes du changement et émotions
- Une base pour mesurer les conditions du changement

Samedi après-midi : 14h/17h30

OBJECTIF

Travailler le STRATEX et les indicateurs de succès

- Analyse de nos process de « réussite »
 - ◆ Prises de conscience de nos stratégies de « réussite »
 - ◆ Rôle de l'intuition dans la prise de décision
 - ◆ Réactions émotionnelles face à inconnu et l'imprévu

- Analyse de nos process « d'échec »
 - ◆ Mise en évidence de schémas répétitifs négatifs
 - ◆ Rôle des ancrages émotionnels et des croyances associées
 - ◆ Mise en évidence des peurs dans nos doutes et nos blocages

Bénéfices pour les participant.e.s

- Une valorisation des compétences émotionnelles
- Une meilleure connaissance de ses capacités et aptitudes individuelles
- Une amélioration du nouveau de confiance et d'estime de soi

Dimanche matin : 9h/12h30

OBJECTIF

Explorer les 15 compétences émotionnelles utiles à la transformation personnelle

- Principes d'intelligence émotionnelle et de gestion du stress
 - ◆ Les émotions au cœur du changement pour stabiliser
 - ◆ Les composantes de l'IE pour valider ses choix et agir
- Cadre de sa quête personnelle ou professionnelle
 - ◆ Focus sur le sens du changement entre nos importants et nos besoins
 - ◆ Définition des objectifs du changement et résultats attendus

Bénéfices pour les participant.e.s

- Une prise en compte des émotions dans nos décisions
- Une clarification de la relation entre motivation, joie et prise de risques
- Une intelligence émotionnelle au service de ces actions

Dimanche après-midi : 14h/17h30

OBJECTIF

Mettre en avant plusieurs solutions et s'engager dans l'action

- Pratiques de coaching en intelligence collective
 - ◆ Partage de son futur « Voyage du héros »
 - ◆ Gestion des feed-back individuels et collectifs
- Jeux d'improvisation théâtrale pour « bouger les lignes »
 - ◆ Engagement individuel et collectif dans la créativité et l'audace
 - ◆ Construction collective pour aller « au bout » d'un projet

Bénéfices pour les participant.e.s

- L'acceptation du « c'est possible ... même pour moi »
- La force et l'impulsion du collectif au service de projets individuels
- La découverte des bénéfices de l'improvisation théâtrales

LES BÉNÉFICES – A l'issue de la formation, vous aurez appris à :

- *Mieux vous connaître et comprendre vos mécanismes de croissance*
- *Entreprendre votre propre « Voyage du Héros » dans un plan d'action clair et précis*
- *Analyser vos résistances internes face au changement*

- *Décrypter vos facteurs de stress et les réguler*
- *Oser exprimer vos ambitions et prendre conscience de vos désirs*
- *Exprimer ce qui est important pour vous et accepter de le vivre*
- *Mettre votre intelligence émotionnelle au service de vos projets*
- *Prendre des décisions plus éclairées et assumées*
- *Renforcer votre résilience émotionnelle et cultiver une attitude positive*
- *Communiquer avec plus d'impact, d'assurance et d'empathie*
- *Inspirer la confiance et valoriser votre leadership*

Une formation **unique en France** basée sur l'outil du « Voyage du Héros »,
avec des contenus neuroscientifiques d'intelligence émotionnelle et la pratique du coaching.

Entre jeux d'improvisation théâtrale et compréhension de vos fonctionnements,
ce séminaire va changer votre vie !

Création pédagogique, organisation et animation :

Béatrice FORNARI



Titulaire d'un DU de Neuro-psychopédagogie à Lyon 1
Certifiée EQi 2.0 au Centre de l'Intelligence
émotionnelle
Coach professionnelle RNCP – Praticienne PNL
Auteure du livre « *L'alchimie des émotions* »

Contact :

bea.fornari@be-enjoy.fr

Site Internet : www.be-enjoy.fr