

INTO

Institut de
Neurosciences pour la
Transformation des
Organisations

Introduction aux Neurosciences pour les coachs

www.institut-into.com



Le but de cette formation :

Comprendre les fondamentaux des neurosciences, acquérir un nouveau langage scientifique et appliquer ces connaissances au coaching.



Introduction aux Neurosciences :

Le domaine des neurosciences est très vaste et passionnant. Il nous éclaire sur le fonctionnement de notre système nerveux, sur ce que nous ressentons, pensons et la façon dont nous nous comportons.

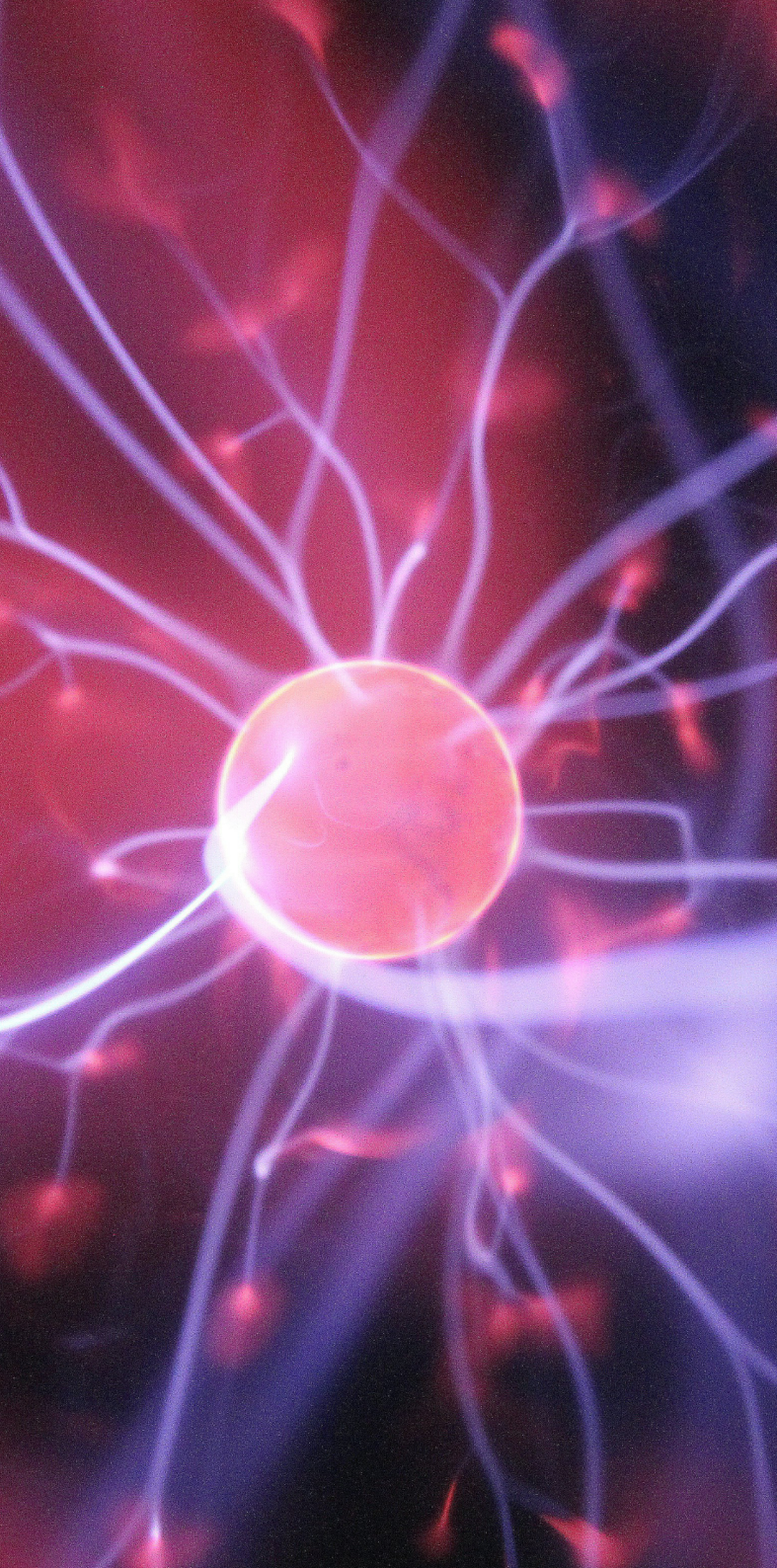
Ces connaissances sont indispensables pour bien accompagner les individus et les organisations. Leur vulgarisation permet à chacun de s'en emparer, d'en parler et de l'appliquer à sa façon.

Dans l'océan des informations à notre portée, sur les réseaux ou les publications : quelles sont celles qui reflètent la réalité scientifique ? Lesquelles sont utiles aux métiers de l'accompagnement ?

Les objectifs de cette formation :

- *Comprendre le fonctionnement du système nerveux*
- *Parler le langage du système nerveux*
- *Comprendre comment appliquer les neurosciences au coaching*
- *Acquérir du vocabulaire neuroscientifique et savoir l'utiliser à bon escient*
- *Trouver les mots pour expliquer les neurosciences à vos prospects et clients*
- *Apprendre les outils utiles dans les actes de coaching*
- *Revisiter vos outils de coaching à l'aune des neurosciences*
- *Comprendre les mécanismes sous-tendants les émotions, l'apprentissage, le changement, les croyances et les traumas*





Cette formation est faite pour vous si vous voulez :

- *Continuer à vous développer*
- *Acquérir des connaissances utiles à votre métier*
- *Ajouter des compétences à votre offre de coaching*
- *Proposer à vos clients un référentiel scientifique pour interpréter les comportements de leurs collaborateurs et leur donner les clés pour changer*
- *Offrir à vos clients une nouvelle voie pour leur développement*



Une double formation :

La formation INTO allie coaching et neurosciences dans un double programme. Les deux apports de méthode se nourrissent et se complètent.

Programme de formation pour les coachs :

Experts en neurosciences et coachs professionnels, nous avons créé ce programme en sélectionnant les connaissances neuroscientifiques adaptées au coaching. Ainsi pour les différents domaines des neurosciences abordés nous proposerons des applications pratiques relatives :

- A la conscience de soi et à la posture de coach
- Au coaching individuel
- Au coaching d'équipe
- Au coaching d'organisation





Programme de formation en neurosciences :

La théorie polyvagale de Stephen Porges servira de fil conducteur aux apports théoriques neuroscientifiques car elle explique simplement le fonctionnement de notre système nerveux et comment le « remodeler » si nécessaire.

Les apports de neurosciences porteront sur :

- Le système nerveux : anatomie, grands principes de communication et neuroplasticité
- Le fonctionnement de notre système nerveux autonome d'après la Théorie Polyvagale
- La sensibilité et les traitements sensoriels
- Les fonctions cérébrales complexes : la mémoire, les émotions, les croyances et les valeurs

Le programme :

La formation se compose de 5 modules.

Durée : 1 jour par module en présentiel pour expérimenter

Lieu : Paris

Tarif : 3500€ HT





5 modules de formations :

Module 1 : Le système nerveux dans tous ses états

Module 2 : Les traitements sensoriels

Module 3 : La co-régulation

Module 4 : Système d'engagement social

Module 5 : Les croyances

Module 1 :

Le système nerveux dans tous ses états

Apports théoriques :

- Définition et histoire des neurosciences
- Anatomie du système nerveux (SN) : les cellules nerveuses, les nerfs, les ganglions, les noyaux et le cerveau
- Communication du SN et neurotransmetteurs
- Neuroplasticité
- Etats du SN autonome d'après la théorie polyvagale

Expérimentation :

- Questions / Réponses sur les apports théoriques
- Apprivoiser ses états autonomes
- Créer les conditions de sécurité psychophysologiques
- Activités d'auto-régulation



Module 2 :

Les traitements sensoriels

Apports théoriques :

- Les traitements sensoriels : extéroception, intéroception et proprioception
- Définition et rôle de la neuroception d'après la théorie polyvagale
- L'attention

Expérimentation :

- Questions / Réponses sur les apports théoriques
- Identifier les états de neuroception de sécurité / de menace
- Intervention polyvagale avec les 3 N
- Expérimenter les connexions / déconnexions en coaching
- Pratiques de régulation avec différents sens



Module 3 :

La co-régulation

Apports théoriques :

- Mémoires
- Traumas
- Réguler et co-réguler son système nerveux

Expérimentation :

- Questions / Réponses sur les apports théoriques
- Créer son lieu de ressource
- Emergence d'un trauma en coaching
- Co-régulation



Module 4 :

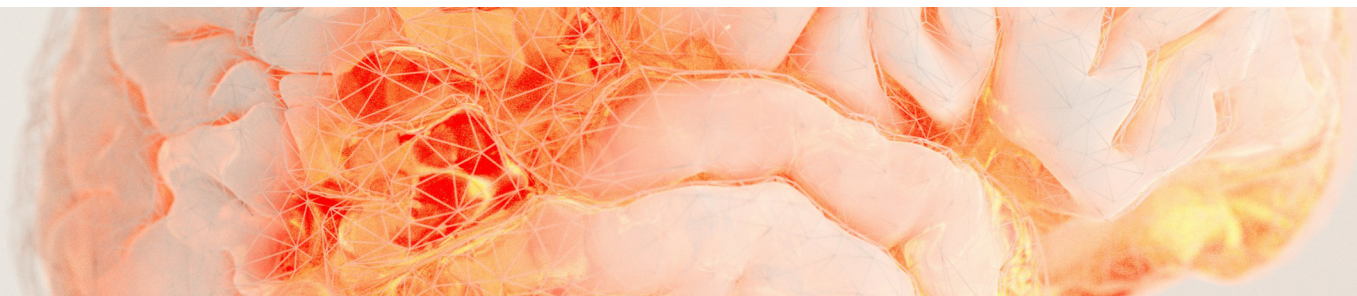
L'engagement social

Apports théoriques :

- Synchronisation des cerveaux et des systèmes nerveux
- Les émotions et l'intelligence émotionnelle
- Le système d'engagement social

Expérimentation :

- Questions / Réponses sur les apports théoriques
- Expérimenter la boucle rétroactive corps-esprit avec la cohérence cardiaque
- Apprivoiser ses émotions
- Dessiner sa fenêtre de tolérance
- Pratiquer la régulation



Module 5 :

La biologie des croyances

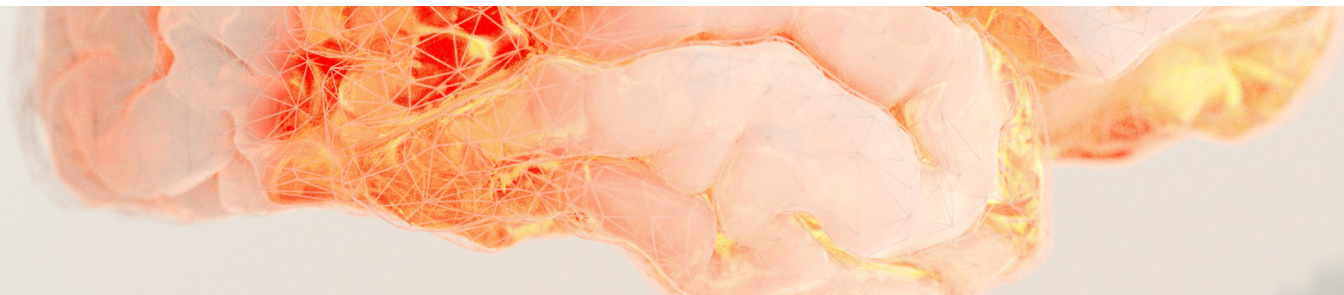
Apports théoriques :

- La biologie des croyances
- Les biais cognitifs

Expérimentation :

- Questions / Réponses sur les apports théoriques
- Se réapproprier des projections
- Dissoudre des croyances limitantes

- Faire avec les biais cognitifs



Intervenants :



Docteur en Neurosciences, coach & superviseur certifiée HEC et co-fondatrice d'INTO, Delphine Dépy Carron accompagne depuis 2002 les dirigeants, leurs équipes et leurs organisations dans la réussite de leur transformation. Elle a mené des recherches sur l'évolution de l'intelligence au CNRS. Passionnée par l'innovation et l'intelligence collective, elle a participé à des programmes de transformation d'organisation et la création d'écosystème favorisant l'innovation. Delphine intervient dans plusieurs programmes de formation à HEC Paris.



Coach et superviseur certifié HEC. Après avoir dirigé plusieurs entreprises dans l'industrie, la logistique et le conseil, Yann Sonneck accompagne, depuis 2007, les dirigeants à élaborer de nouvelles stratégies, à formaliser leurs projets et à engager durablement leurs équipes dans cette démarche. Ses expertises s'orientent vers la compréhension des systèmes d'organisations et des thématiques d'accompagnement aux changements.

La mission INTO :

Delphine et Yann ont créé INTO, l'Institut de Neurosciences pour la Transformation des Organisations. L'Institut est dédié à la création d'un nouveau paradigme inspiré des neurosciences pour simplifier la transformation des organisations.

INTO a trois missions principales :

- Mener la recherche appliquée en entreprise
- Accompagner les entreprises grâce à ces nouvelles connaissances
- Former les coachs, les dirigeants, les managers à la mise en pratique de ces méthodes afin de modifier les comportements dans les organisations de façon durable

