

PLAN DE COURS
LEADERSHIP D'EXCEPTION



*FORMATIONS EN SALLE
FORMATIONS EN ENTREPRISE
FORMATIONS WEBINAIRE INTERACTIF
SERVICES DE CONFÉRENCE
SERVICES DE COACHING*



LES EXPERTS EN DÉVELOPPEMENT

LE GROUPE MP-PLUS EST EXPERT DANS LE DÉVELOPPEMENT DU SAVOIR-ÊTRE AINSI QUE DANS LE SECTEUR DE LA FORMATION CONTINUE.

PLUS 3200 PARTICIPANTS SUIVENT NOS FORMATIONS ANNUELLEMENT.

SOYEZ DU NOMBRE !

À PROPOS DU GROUPE MP-PLUS

Le Groupe MP-Plus est un chef de file dans le domaine de la formation et du développement des professionnels, dont la vision consiste à faire du Québec une référence mondiale en matière de leadership, d'accomplissement et de plaisir au travail. D'ailleurs, notre mission est « Contribuer à l'essor des professionnels en optimisant leur potentiel humain »

Notre marque de commerce est certes l'impact que nos formations produisent sur les résultats des organisations, et ce, à tout coup. Notre engagement total, notre expertise et nos processus très rigoureux nous permettent d'y arriver.

Depuis plus de 25 ans, Groupe MP-Plus a formé et mobilisé le personnel de grandes corporations ayant eu un impact direct sur plus de 250 000 personnes.

À titre de consultant externe, le Groupe MP-Plus a encadré le virage client entrepris par le Mouvement Desjardins et a aidé plusieurs des 100 plus grandes entreprises au Québec à connaître une croissance fulgurante.

Groupe MP-Plus doit sa réputation à la qualité exceptionnelle de ses interventions et de ses formateurs. Elle compte notamment dans son équipe des sommités comme, Sylvain Guimond, docteur en psychologie du sport et chroniqueur à RDS Christian Martineau, figure réputée dans le domaine du langage non verbal en affaires, et anciennement Mme Monique Jérôme-Forget, ex-vice-première ministre du Québec.

Chaque formation MP-Plus est un pas de plus vers la meilleure version de votre organisation.



François Trachy, Directeur du développement



Contexte :

Depuis quelques décennies, le domaine du sport professionnel est quelques années en avance sur le domaine des affaires pour tout ce qui a trait à la gestion de la confiance et de la performance. C'est normal parce que lorsque l'on parle de sport professionnel, l'on parle d'athlète fortement rémunéré pour pratiquer leur sport. Ils sont souvent jeunes, pleins d'énergie, adulés et de l'argent plein les poches. Bref tous les pièges sont réunis pour perdre l'accent.

Pourtant la majorité garde le cap sur ce qu'ils ont de meilleur à offrir à leur équipe et à leurs partisans, des conseillers de haut niveau voient à la gestion de la performance et surtout à maintenir la confiance, le focus et l'énergie nécessaire aux performances de haut niveau. Sylvain Guimond, fais partie de ces rares individus qui côtoient cet univers. Il livrera dans cette formation d'une journée les secrets pour maximiser encore plus votre confiance, votre potentiel, votre énergie et votre volonté de réussir, outil essentiel à la maximisation de votre influence.

Objectifs de la formation :

AU TERME DE CETTE FORMATION, VOUS SAUREZ :

- ✓ Comment maximiser votre énergie et celle des gens autour de vous.
- ✓ Comment préciser vos attentes et votre direction afin d'être intègre avec vous-même.
- ✓ Les seize différents styles de personnalité et leur façon de penser et de communiquer.
- ✓ Comment s'adapter et communiquer avec les différents styles de personnalité.
- ✓ Comment le plein engagement et la pleine responsabilité se reflètent de façon positive sur votre énergie.
- ✓ L'importance énergétique de faire grandir les gens autour de vous.
- ✓ Pourquoi est-il important d'être axé sur ses forces et celles des autres.
- ✓ Les moyens que se donnent les meilleurs athlètes pour gérer leurs réactions émotives afin d'être au sommet de leur art.
- ✓ Plusieurs exercices qui vous aideront à mieux vous connaître et à découvrir votre plein potentiel.

Détail sur le plan de cours

Contenu

✓ Mieux se connaître

Les grands athlètes et les grandes personnalités, sont-ils vraiment différents de nous?

Ils ont tous leur propre personnalité qui se reflète tant par leur posture physique que par l'orientation de leur énergie, leur façon de prendre l'information, leur prise de décision et leur attitude. De cette façon d'être découlent 16 grands types de personnalités. Dans cette section vous découvrirez qui vous êtes et comment tirer le meilleur de votre personnalité tout comme le font les athlètes de haut niveau.

✓ Pourquoi pas faire des P.A.S de géants ?

Être 100% présent dans le moment présent, c'est l'apanage de toutes grandes performances. Si vous agissez dans le moment présent et profitez de chaque instant au moment où il passe, votre vie va se transformer. En êtes-vous capable ? Et pourquoi P.A.S. ? Vous apprendrez comment développer cette approche dans votre vie quotidienne, avec vous-même et les gens qui vous entourent.

✓ Pourquoi pas faire des P.A.S vers soi ?

La gestion du stress et des émotions fait partie intégrante du succès des meilleurs. Lors de cette formation, vous prendrez conscience des situations qui provoquent un état de stress chez vous et vous découvrirez comment mieux les gérer. L'approche utilisée est celle employée par les psychologues sportifs avec les athlètes de haut niveau.

✓ Pourquoi pas gérer encore mieux son énergie physique ?

Dans tout sport, il existe un positionnement idéal pour maximiser son énergie physique et sa puissance énergétique. Le docteur Guimond vous fera découvrir comment votre posture peut influencer vos résultats au travail.

En résumé, lors de cette formation, avec une sommité mondiale, vous explorerez sous un angle complémentaire :

- ✓ Comment pensent et agissent les grands de ce monde en passant par Mario Lemieux, Sydney Crosby, Bill Clinton, Tiger Woods.
- ✓ Comment maximiser votre énergie et celle des gens autour de vous.
- ✓ Comment préciser vos attentes et votre direction afin d'être intègre avec vous-même.
- ✓ Les seize différents styles de personnalité et leur façon de penser et de communiquer.
- ✓ Comment s'adapter et communiquer avec les différents styles de personnalité.
- ✓ Comment le plein engagement et la pleine responsabilité se reflètent de façon positive sur vous.
- ✓ L'importance énergétique de faire grandir les gens autour de vous.
- ✓ Pourquoi est-il important d'être axé sur ses forces et celles des autres.
- ✓ Les moyens que se donnent les meilleurs athlètes pour gérer leurs réactions émotionnelles afin d'être au sommet de leur art.
- ✓ Plusieurs exercices qui vous aideront à mieux vous connaître et à découvrir votre plein potentiel.

À la fin de cette session, chaque participant aura en main tous les outils pour aller encore plus loin avec son Leadership d'Exception.

Sylvain Guimond, D.O., Ph. D.

Auteur, consultant, formateur et conférencier

Le docteur Guimond est un **conférencier et auteur de réputation mondiale**. Il a été conférencier invité aux Jeux olympiques d'Atlanta. Il agit à titre de **consultant en psychologie du sport pour le Canadien de Montréal** et agit comme conseiller spécial auprès de Michel Therrien, l'entraîneur-chef.



Sylvain Guimond, le docteur en psychologie du sport, depuis plus de 20 ans, il est également le président fondateur de Bionix. Cette compagnie de renommée internationale lui valut, en 2010, d'être finaliste pour Le Grand Prix de l'Entrepreneur d'Ernst & Young.

Sylvain Guimond, le consultant, a aidé plus de 1000 athlètes d'élite tels que Mario Lemieux, Tiger Woods, John Smoltz, Greg Norman et Marc Gagnon à améliorer leur performance. Il a également prêté son expertise à titre de consultant à 5 équipes de la NHL ainsi qu'à la NBA et à la NFL.

Sylvain Guimond, la personnalité publique, contribue au succès de plusieurs émissions de télévision à TVA, TQS, V, Radio-Canada et RDS.