



15
Université Sidi Mohamed Ben Abdelaï
Ecole supérieure de technologie de Fès
5 E.S.T.FES 5



thème de l'exposé

le développement personnel



Département:

techniques de vente et
fidélisation de la clientèle

Année universitaire 2007/2008

PLAN

▶ Introduction

I- le développement personnel

1- Définition

2- objectif

II- Les étapes du développement personnel

1- L'étape de l'inconscient

2- La stratégie de la conscience

3- Le développement de la confiance en soi

III- le développement personnel dans le milieu professionnel

1- Pourquoi s'investir dans le développement du personnel ?

2- qui a de l'intérêt?

3- Techniques de développement personnel

▶ Conclusion

▶ Webographie

Chacun d'entre nous avons tous des éléments à amener à notre conscience pour pouvoir s'élever vers la voie de la connaissance. Mieux se connaître pour mieux vivre, mieux vivre pour que le parcours de chacun se déroule le mieux possible, pour que chaque personne puisse se sentir bien tout simplement.

I- Le developpment personel

1- Définition

Développement personnel, épanouissement personnel ou croissance personnelle un ensemble de pratiques ayant pour finalité la redécouverte de soi pour mieux vivre, s'épanouir dans les différents domaines de l'existence .



Le développement personnel est le moyen d'action, de savoir-être et de savoir-faire dont dispose la personne pour mener à bien ses missions .

2-objectif

La finalité est d'accéder à des changements, de réaliser un accord entre l'être et l'avoir. En quelque sorte le développement personnel sert quand on veut modifier sa volonté.

Mon projet de vie prend son sens dans
les groupes auxquels j'appartiens

Ces valeurs déclinent mon identité
(projet de vie, mission)

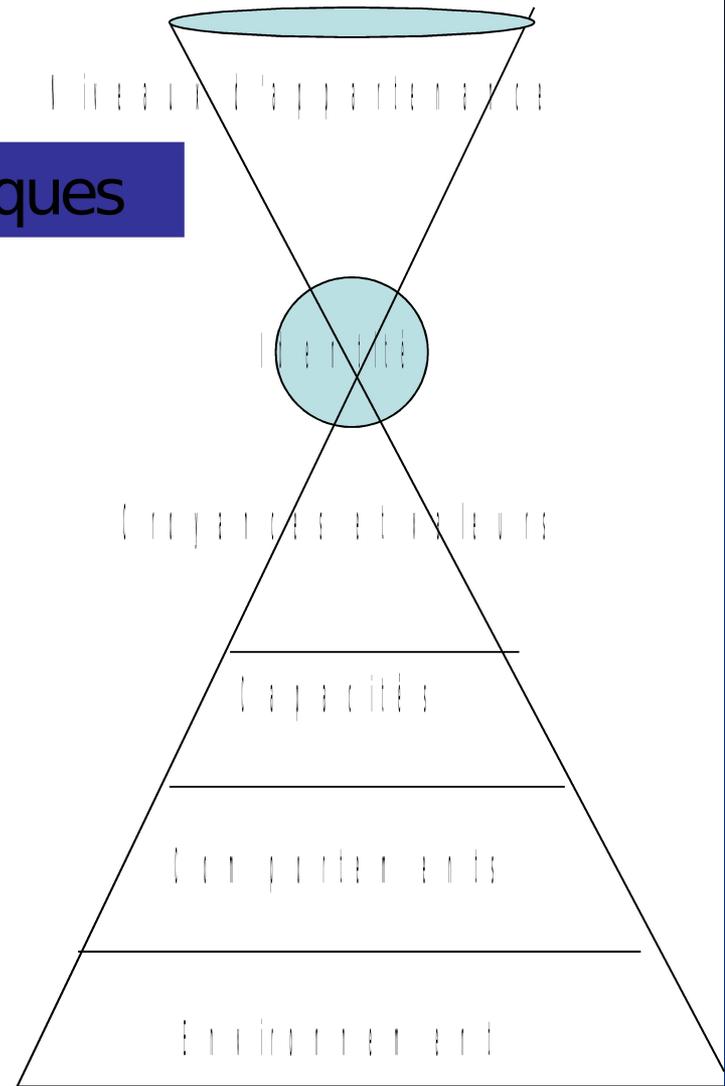
Pour mettre en œuvre des capacités, il
faut qu'une raison ingénieuse me
pousse, que je crois que c'est bien

Pour agir, je dois savoir comment faire

J'agis pour m'adapter

L'adaptation à l'environnement est le
permis de survivre, assurer son
confort, me développer

Niveaux logiques



Comment pourrais je déterminer mes objectifs?

8. Etat présent ?

10. Moyens ?

1. Objectif ?

9. Obstacles ?

7. Avantages ?

Critères de validité :



2. Formulé positivement ?

3. Réalisable ?

4. Dépend de moi ?

5. Précis ?

6. Inconvénients ?

II- Les étapes du développement personnel

1- L'étape de l'inconscient

L'inconscient est la mémoire que nous avons des événements traversés additionné de la valeur affective attribué au moment du vécu.



Exemple

un événement s'étant déroulé par exemple à l'âge de 10 ans chez un individu sera stocké avec une valeur affective plus forte ou tout du moins différente que pour un adulte ayant vécu ce même événement, la dimension des sensations variant avec l'âge et le vécu de chacun.

Faire un travail sur l'inconscient est donc la première étape d'un développement personnel. A partir de cela tous deviendra plus facile votre conscience étant devenue beaucoup plus légère.

2- la stratégie de la conscience

Dans notre vie nous avons tous des objectifs, ces derniers nous font prendre parfois des voies par lesquels des événements indésirables se présentent. Il va de soi que faire marche arrière peut mettre en péril la progression désirée.

Alors nous nous obligeons à effectuer ces tâches malgré nous pour en être libéré le plus rapidement possible.

Exemple

Pour obtenir un avancement lors d'un entretien avec votre patron, il sera parfois nécessaire de faire preuve de stratégie pour en arriver à vos fins. Dire les choses à moitié ou même contourner certains sujets par la mise en place d'autres arguments.

On comprend donc que la stratégie dans nos attitudes et nos comportements quel que soit le domaine envisagé est une règle qui permet d'arriver à ce que l'on désire et ainsi d'atteindre les buts fixés.

3-le développement de la confiance en soi

La confiance en soi, ce n'est pas inné; Un peu plus d'estime de soi, d'expérience peuvent vous permettre de vous affirmer plus facilement.



Vous souhaitez développer votre confiance en vous, et enfin oser affronter le monde ? Les conseils suivants peuvent vous aider :

- 1. Ne fuyez pas les regards !**
- 2. Recyclez votre peur !**
- 3. Créez le contact !**
- 4. Jetez-vous à l'eau !**
- 5. N'imitiez pas !**
- 6. Je suis le meilleur !**
- 7. Affirmez-vous ! Assurer vous**
- 8. Ne choisissez pas des objectifs
irréels !**
- 9. Progressez !**
- 10. Faites du sport !**

L'image : de quoi est-elle

faites ?

- Notre apparence

Les 20 premières secondes d'une rencontre.

- Notre communication non verbale

Posture, sourire, regard, gestuelle...

- Notre communication verbale

Voix, rythme, ton, vocabulaire, langage positif et adapté...

- Notre communication écrite

Courriers, mails, rapports, cartes de visite...

- L'utilisation de nos outils

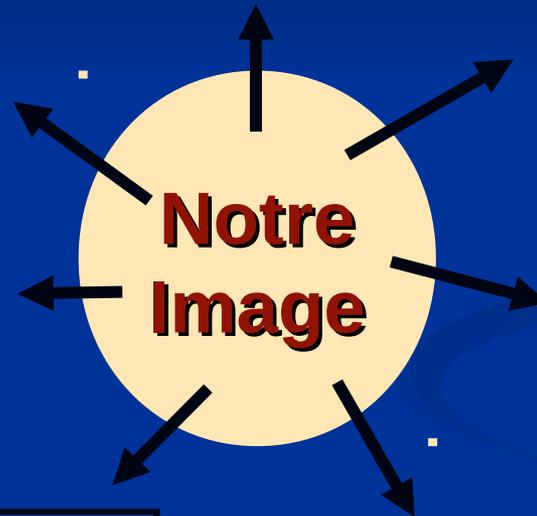
Logiciels et applications spécifiques informatiques, matériels de présentation...

La gestion de notre environnement

Bureau, poste informatique, lieu d'accueil des visiteurs...

- Notre attitude

La valorisation de notre entreprise, de notre équipe ou service, de notre manager et de nous même.



III-le développement personnel dans le milieu professionnel



1- Pourquoi s'investir dans le développement du personnel ?

Depuis quelques années, nous observons un investissement grandissant des entreprises dans le développement de leur personnel. Les raisons sont multiples :

- **l'acquisition de compétences nécessaires pour affronter les défis du marché,**
- **la préparation de la relève,**
- **l'attractivité et l'image de l'entreprise qui développe le potentiel et offre des perspectives,**
- **la responsabilité de l'entreprise qui assure l'employabilité de ses collaborateurs.**
- **la promotion d'un climat de travail constructif**

2- qui a de l'intérêt?

Dans le milieu professionnel, le développement personnel est la source de réussite .donc que ça soit pour la direction ou pour les salariés la mise en place d'un système de développement relève indispensable.

3-Techniques de développement personnel

Voici quelques techniques très
utilisées dans le développement
personnel :

Au niveau personel

- **Mieux connaître sa personnalité**
- **Qui suis-je ?**
- **Surmonter ses peurs**
- **Savoir gérer son stress**
- **Avoir confiance en soi**
- **Apprendre à séduire**
- **Réussir son couple**
- **Se faire des amis**
- **Se libérer de son passé**
- **Se libérer de ses ancêtres**

Au niveau professionnel

- **Développer son autorité**
- **Avoir un moral de vainqueur**
- **Vouloir c'est pouvoir**
- **Le pouvoir est en vous**
- **Développer sa mémoire**
- **Réussir sa carrière**
- **Prendre des responsabilités**
- **Gérer son temps**
- **Apprendre à dire non**
- **Trouver la solution en soi**

La motivation

Cette technique permet de décupler la motivation générée par la détermination d'objectif. Il s'agit de se sentir concerné à tous les niveaux par les objectifs que l'on s'est fixé.

Mission

Ce que je veux

Identité

Qui je suis, est-ce que cela me correspond

Valeurs

Pourquoi ? Pour quoi ?

Capacités

Comment ?

Comportements

Quoi ?

Environnement

Où ? Quand ? Avec qui ? Avec quoi ?

conclusion

L'objectif essentiel de développement personnel est l'amélioration de la performance individuelle, dans le milieu éducatif, dans le monde du travail, dans la société en général, avec le but voilé d'obtenir toujours plus

- www.club-positif.com
- <http://base.club-positif.com/>
- http://fr.wikipedia.org/wiki/D%C3%A9veloppement_personnel

Bibliographie

- DRUCKER, P. (1999). L'avenir du management. Paris : Éditions du Village mondial, 199 pages.
- GRAVEL, M., OUELLETTE, N., ET TREMBLAY, C. (2003). « Plan d'apprentissage personnalisé pour les gestionnaires scolaires ». Alma : Forgescom Éditeur, 230 pages.

MERCI

POUR
VOTRE

ATTENTION

Université SIDI Mohamed Ben Abdellah
École Supérieure de Technologie
Fès

Exposé Orale

Thème:
la proxémique

Réalisé par:

Mr.JAOUAD BENHLIMA

Mr.TAOUFIK EL MATHARI

Année universitaire:

2007-2008