



TRAJECTUM

# DESCRIPTION

## TRAJECTWAY

DREAMERS WHO DO. IN ACTION

SPRING 2020

### TRAJECTUM

Hilde Helsen - Partner  
Bosstraat 8 - B-3012 Leuven  
GSM: +32 496 25 27 02  
TEL: +32 16 41 46 56  
[Hilde.Helsen@trajectum.be](mailto:Hilde.Helsen@trajectum.be)

Miet Vanbergen - Operations  
Bosstraat 8 - B-3012 Leuven  
GSM: +32 495 88 36 66  
TEL: +32 16 41 46 56  
[Miet.Vanbergen@trajectum.be](mailto:Miet.Vanbergen@trajectum.be)



## TRAJECTWAY

**Becoming a leader is synonymous with becoming yourself.  
It is precisely that simple, and it is also that difficult.  
Warren G. Bennis, American Scholar and Leadership Author**

TRAJECTWAY, un cheminement intensif et interactif, où vous développerez les compétences essentielles pour réaliser des rêves avec l'aide des autres.

**Our goals should serve as markers, measurements of the progress we make in pursuit of something greater than ourselves.**

**Simon Sinek - trained ethnographer & author of three books:  
Start with Why, Leaders eat Last & Together is Better**

TRAJECTWAY comprend 10 sessions. L'approche intégrale et chronologique de ce parcours assure des résultats durables et de réels changements.

Un parcours de groupe que vous vivrez comme un coaching individuel.

### Contenu

Nous travaillerons ces compétences essentielles pour réaliser des ambitions, des objectifs, des rêves:

#### L'auto-leadership

Celui qui est conscient de soi, qui se connaît et s'accepte tel qu'il est, tient compte de ses points forts et points faibles. Il accepte les feedbacks constructifs, possède une belle confiance en lui, reconnaît que ses pensées influencent ses actions et vit sa vie en fonction de ses valeurs.

Celui qui est dans l'auto-contrôle gère ses forces et son énergie de façon équilibrée. Il peut identifier les signes de stress afin de mieux contrôler sa tension. Il adapte son comportement dans les différentes situations et tient compte des facteurs externes. Il est capable de relativiser et de se responsabiliser.

Celui qui est dans l'auto-motivation vit en phase avec ses talents, valeurs et objectifs. Il est résilient et a la capacité de rebondir après des passages difficiles. Il parvient à déterminer les bonnes priorités et à trouver un équilibre de vie. Il ose être qui il est vraiment.

#### La connexion humaine et le leadership

C'est seulement quand l'on maîtrise les compétences de son propre leadership – personal mastery – que les compétences interpersonnelles peuvent être développées.

Celui qui est empathique est capable d'écouter et de comprendre les autres, il communique de façon intelligente et émotionnelle, il motive ses collègues et travaille de manière constructive en équipe.

Celui qui a le sens du leadership est de nature charismatique et peut inspirer les autres. Il atteint plus facilement et plus souvent les objectifs de l'équipe. Il est capable de renvoyer des feedbacks constructifs et d'éviter les conflits, il parvient également à les résoudre.

En bref, vous êtes un véritable leader si vous combinez votre propre leadership avec la connexion humaine.



## Approche

En toute conscience et avec conviction, nous choisissons une approche pragmatique et non académique. Grâce à des années d'expérience, nous sommes convaincus que les compétences sociales ne peuvent s'acquérir par des techniques de formation traditionnelle. Des études sur le cerveau ont prouvé qu'un changement à long terme se réalise mieux de façon continue par de simples petites étapes que par des changements radicaux (Kaizen-technique) de nos vieilles habitudes et de notre façon d'être... grâce à des «effets de levier».

De la recherche neuroscientifique récente de Prof. Dr. Tania Singer – Max Planck Institute Leipzig – le confirme et démontre que l'on est capable de l'apprendre à chaque âge.

Uniquement par le biais d'une approche structurée spécifique, une personne peut substituer des habitudes bien ancrées et vivre sa transformation. Ces résultats peuvent être garantis grâce au Commitment Learning™. Cette approche, combinant l'autodiscipline, les outils, le self coaching et un encadrement par les pairs peut mener à des changements accélérés et à la croissance continue.

Les résultats d'apprentissage de cet accompagnement sont permanents et visibles pour les participants et leur environnement immédiat.

### [Témoignage Jurgen Mortier](#)

Les résultats de ce parcours sont nettement meilleurs lorsque la taille du groupe est plus importante peu importe la connaissance au préalable, l'expérience ou l'âge de chaque participants. Cette diversité ajoute en général de la puissance au parcours.



## Objectifs

Ce programme offre des réponses à des questions auxquelles est confrontée chaque personne individuellement, en relation avec les autres et en tant que leader. Quelques exemples:

### L'auto-leadership

- Qu'est-ce que je veux vraiment ?
- Quels sont mes rêves ?
- Quelle est mon ambition ?
  
- Comment acquérir une meilleure connaissance de soi ?
- Comment faire face à mes forces/faiblesses ?
- Comment augmenter ma confiance en moi ?
- Comment intégrer mes valeurs personnelles et mes attentes dans ma vie ?
  
- Comment trouver l'équilibre entre ma vie professionnelle et ma vie privée ?
- Comment contrôler mes émotions négatives ?
- Comment puis-je diffuser de l'énergie positive ?
- Comment gérer mes moments de stress ?
- Comment devenir plus enthousiaste ?
- Comment gérer mes sentiments négatifs et mes impulsions ?
  
- Comment établir mes priorités ?
- Comment saisir ma chance ?
- Comment faire face aux obstacles ?
- Comment devenir plus assertif ?
- Comment devenir une personne plus flexible ?
- Comment résoudre les problèmes plus facilement et plus rapidement ?

### La connexion humaine

- Comment devenir plus empathique ?
- Comment mieux m'entendre avec les autres ?
- Comment améliorer ma façon de communiquer ?
- Comment faire preuve de tact et rester diplomate avec les personnes « difficiles » ?
- Comment puis-je mieux écouter ?

### Le Leadership

- Comment puis-je motiver les autres ?
- Comment puis-je mieux guider les autres ?
- Comment devenir plus sociable ?
- Comment mieux travailler en équipe ?
- Comment être plus convaincant ?
- Comment puis-je inspirer les autres ?
- Comment renvoyer un feedback constructif ?



## TRAJECTWAY - COACH

Hilde Helsen accompagne ce parcours depuis des années. C'est un exemple unique de la force d'un groupe.

### HILDE HELSEN

A la base, Hilde est ingénieur et a travaillé dans plusieurs grandes multinationales dans divers postes de management et de direction. Durant cette carrière, elle constatait que le coaching, la transition et le développement personnel prenaient de plus en plus d'ampleur. «J'ai été fascinée par tous les aspects humains qui en découlaient.», explique-t-elle. Elle a développé une approche unique du coaching, plaçant l'individu et sa personnalité au centre de l'accompagnement. Sur cette base elle a fondé TRAJECTUM et est, en tant que manager, responsable de la direction générale, des relations externes et de la sélection de l'équipe de coachs. «La question la plus importante à se poser est dans quel domaine j'excelle?», dit-elle. Sa devise est « Plus est en vous ».

Decouvrez pourquoi elle fait ce qu'elle fait. Regardez cette video [Hilde Helsen's Why](#)

Hilde est auteure du livre DREAMERS who DO.

[www.dreamerswhodo.com](http://www.dreamerswhodo.com)  
[TEDx Talk 03.04.2019](#)

### SUR TRAJECTWAY

Hilde Helsen: «Depuis toujours, j'ai lu énormément, j'ai suivi de nombreux formations/parcours et j'ai constaté que TRAJECTWAY reste de loin le parcours le plus puissant. Ce chemin mène vraiment à des changements sur la durée. TRAJECTWAY est basé sur la biologie de l'Homme et c'est la raison pour laquelle chacun peut le suivre à chaque moment de sa vie. C'est un trajet, un cheminement et je ne pourrais le dire mieux que Simon Sinek :

***The goal is not to be perfect by the end. The goal is to be better today.***

Bienvenue !”



## PRIX

Programme	Durée	Prix par personne EUR ex TVA
TRAJECTWAY Your path to Leadership	35h/10 sessions	3,650.00

## KMO-PORTEFEUILLE (UNIQUEMENT EN RÉGION FLAMANDE)

KMO Portefeuille : TRAJECTUM est prestataire de services reconnu par la Région flamande dans le domaine général dans le pilier 'Opleiding', sous le numéro d'accréditation DV.O214647. Veuillez soumettre votre demande avant le début du programme.

## DATES ET HORAIRES

Session 1	vendredi 06/03/2020
Session 2	vendredi 13/03/2020
Session 3	vendredi 27/03/2020
Session 4	vendredi 24/04/2020
Session 5	jeudi 30/04/2020
Session 6	vendredi 08/05/2020
Session 7	vendredi 15/05/2020
Session 8	vendredi 29/05/2020
Session 9 & 10	vendredi 12/06/2020

Accueil à 08h30, session de 09h00 à 12h30 sauf le 12/06/2020 nous terminerons à 18h00.

## LIEU

### Centrum Eenheid

Aarschotsesteenweg 381  
B-3111 Rotselaar-Wezemaal

### En voiture :

*Via l'autoroute E314 en venant de Bruxelles*

Prendre la sortie 21, Rotselaar. Tourner à gauche en direction de Rotselaar.

Au rond-point prendre à droite en direction d'Aarschot.

Aux feux à Wezemaal, aller tout droit. Le centre se trouve à environ 2 kms plus loin du côté gauche.

*Via l'autoroute E314 en venant du Limbourg*

Prendre la sortie 22 Aarschot. Prendre à droite dans la direction d'Aarschot.

Aux feux prendre à droite et aux feux suivants prendre à gauche.

Le centre se trouve environ 7 kms plus loin du côté droit.

**Avec les transports en commun :** Lignes 334 et 335 Leuven – Aarschot – arrêt "Heidebloem"

## CONDITIONS

Facturation: à l'inscription

Délai de paiement: dès réception de la facture



# CONFIRMATION

## TRAJECTWAY SPRING 2020

### NOM / SOCIÉTÉ

### TRAJECTUM

\_\_\_\_\_

Adresse de facturation:

Hooghuis 27B  
B-3221 Nieuwrode

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

BE 0502.778.813

nr TVA :

BE \_\_\_\_\_

Nom et e-mail du participant :

\_\_\_\_\_  
GSM : \_\_\_\_\_

PO/nr de bon de commande:

\_\_\_\_\_

Description sur la facture:

\_\_\_\_\_

Signature

Signature

Nom:

Fonction :

Nom:

Fonction:

