

CONFIANCE EN SOI, ESTIME DE SOI, DEUX LEVIERS POUR REUSSIR

En résumé

Un parcours de formation action personnalisé pour assumer sa personnalité, avoir confiance en soi et rester soi-même permettent des relations professionnelles de confiance sereines et valorisantes. L'efficacité professionnelle repose sur les compétences mais également sur le savoir-être.

Objectifs

À l'issue du parcours, vous serez en capacité de :

- Mettre en perspective son savoir-être avec les comportements attendus par l'entreprise,
- Capitaliser sur ses atouts et développer d'autres soft skills,
- Optimiser ses performances individuelles et collectives,
- Mettre en perspective mes soft skills et celles attendues dans ma sphère professionnelle (JOUR 1),
- Monter en puissance au niveau comportemental, humain et relationnel (JOUR 2).

» Participant

Toute personne souhaitant cultiver sa confiance pour augmenter son efficacité professionnelle

» Pré-requis

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.

Programme

Apprendre à être soi-même et à s'assumer :

- Découvrir son profil de personnalité et son identité professionnelle
- Reconnaître son importance et sa singularité
- Comprendre quels sont ses atouts et ses points de vigilance
- Savoir tirer parti de ses forces naturelles
- Identifier sa stratégie de réussite
- Apprendre à assumer son profil.

Renforcer sa confiance en soi :

- Comprendre les mécanismes de la confiance en soi
- S'appuyer sur ses succès
- L'art du recadrage : apprendre à transformer le négatif en positif
- La relation aux autres, source de confiance en soi
- Savoir gérer les comparaisons
- Bâtir les fondations de l'estime de soi

La confiance en soi dans le contexte professionnel :

- Identifier ses critères de motivation et ses valeurs profondes pour s'épanouir
- Savoir prendre des risques et rebondir face aux échecs
- Savoir gérer son stress, ses peurs et ses angoisses.

Les plus de la formation :

- Chaque participant repart avec un plan d'actions daté qu'il peut immédiatement mettre en œuvre.

CONFIANCE EN SOI, ESTIME DE SOI, DEUX LEVIERS POUR REUSSIR

Méthodes, moyens et suivi

» Méthodes pédagogiques

- Nombreux exercices pratiques et cas de synthèse pour acquérir les bons réflexes.
- Alternance d'apports théoriques et d'applications pratiques.
- Pédagogie active : échanges, analyses de pratiques, mises en situation, cas réels d'entreprises
- Support de formation remis aux participants.

» Moyens techniques

» Moyen d'appréciation de l'action

Lors de la formation, les participants sont soumis à des mises en situation, des exercices pratiques, des échanges sur leurs pratiques professionnelles permettant un contrôle continu de leur progression et du développement de connaissances et de compétences acquises conformément aux objectifs visés.

» Suivi de l'action

Les acquis sont évalués en cours et en fin de formation notamment au travers de QCM, mises en situations, mises en pratiques, présentations ... qui feront l'objet d'une analyse/correction et d'un retour du formateur.

Une évaluation de satisfaction est complétée par les participants et un tour de table collectif est réalisé avec le formateur en fin de formation.

» Accessibilité

Nos locaux sont accessibles aux personnes à mobilité réduite.

CCI Formation est un relais auprès des acteurs du handicap pour répondre le mieux possible à votre demande de formation.

N'hésitez pas à prendre contact avec notre référent Handicap pour que nous étudions votre demande.

Un conseiller formation vous répondra sous 48h.

CONFIANCE EN SOI, ESTIME DE SOI, DEUX LEVIERS POUR REUSSIR

Évaluations de la formation

Une évaluation des acquis sera réalisée en fin de formation par le formateur.
Elle permettra d'attester de l'acquisition des connaissances et développement des compétences par le stagiaire à l'issue de la formation.

Intervenant

Cette formation est animée par un consultant professionnel formateur spécialisé dans les domaines de formation.

Tous nos formateurs répondent aux normes exigées par notre système qualité.

Formation en InterIntra

1400€ net de taxe / personne certification
non comprise

Durée

2 jour(s)
14 heure(s)

Autres détails