



Ouvrez la porte du possible,

Libérez vos talents !

FORMATION

ESTIME DE SOI ET CONFIANCE EN SOI

DECOUVRIR ET ACTIONNER LES CLES DE SES PROPRES MECANISMES

« Le coaching professionnel certifié au service de la formation »

2 journées en présentiel (14h)

PUBLIC VISE :

Tout public entreprise - inter ou intra - Groupe 6 personnes maximum

Prérequis : Aucun prérequis n'est nécessaire pour suivre cette formation en revanche l'implication personnelle est un élément central de l'acquisition des compétences. Le stagiaire inscrit en formation aura choisi de venir.

TARIF :

En inter : tarif unique quel que soit le nombre de stagiaires et dans la limite de 6 personnes - 2400 euros net

En intra : 850 euros net par personne - 2 à 3 sessions annuelles

Fourniture salle dédiée à la formation, passation et résultats tests, supports administratifs et supports de formation inclus

OBJECTIF PEDAGOGIQUE :

- Faire prendre conscience aux stagiaires de leurs fonctionnements internes et externes.
- Fournir aux stagiaires les outils de développement personnel associés à ces fonctionnements pour optimiser leur posture professionnelle.

CONTENU & OUTILS :

Avec l'AT (analyse transactionnelle) et la PNL (programmation neurolinguistique),

- En amont (J-15 jours) : passation test de positionnement TRICAM®
- 1. Découvrir et se reconnecter à soi : processus internes (limitants et aidants), valeurs et talents naturels
- 2. Développer un dialogue intérieur motivant et positif
- 3. Apprivoiser ses émotions
- 4. Incarner l'instant présent et oser
- 5. Définition d'un plan d'action personnalisé

COORDINATION PEDAGOGIQUE - FORMATEUR :

Madame Charlotte NOEL - Formatrice et Coach professionnelle certifiée RNCP niveau I - Ex-responsable juridique grands groupes.

MOYENS PEDAGOGIQUES, TECHNIQUES ET D'ENCADREMENT MIS EN ŒUVRE :

- Supports de formation projetés (slides, vidéos...) et remis aux stagiaires
- Exposés théoriques - Etudes de cas pratiques - jeux de rôle - mises en situation
- Supports créatifs : cartes « Emotions » et cartes « Besoins » Comitys®
- Test de positionnement TRICAM®

DISPOSITIF DE SUIVI ET D'EVALUATION DES RESULTATS DE LA FORMATION :

- Feuille de présence et d'émargement
- Questions orales (QCM)
- Formulaire d'évaluation du stage
- Attestation de stage

