DÉVELOPPEZ VOTRE EFFICACITÉ PROFESSIONNELLE ET VOTRE LEADERSHIP

Durée : 15 jours soit 85 heures estimées
Modalité : 100 % en ligne ou en présentiel
Inter /Intra entreprisde

PUBLIC :

Toute personne souhaitant développer leur efficacité personnelle et professionnelle.

OBJECTIFS :

(**Être capable de** :)

Analyser son profil personnel et son rapport au temps, ainsi que déterminer une méthode de gestion du temps adaptée ; Identifier et gérer les tâches urgentes et importantes ; Comprendre et évaluer son profil de stress, et maîtriser les techniques de gestion du stress ; Développer son intelligence créative et renforcer sa résilience ; Améliorer sa flexibilité et son agilité, et amorcer un processus d'adaptation efficace ; Identifier son profil de communication, ses freins, et mettre en place des actions pour optimiser ses relations avec autrui ; Développer et renforcer les compétences clés en matière de leadership et d'assertivité

PRÉREQUIS :

Être motiver et autonome
Aucune connaissance spécifique n'est exigée

METHODES MOBILISES ET MODALITES D'EVALUATION :

Utilisation d'outils interactifs, vidéos, documents. Alternance de cours théorique et de travaux pratiques. Pédagogie participative et affirmative, mise en situation. Un QCM de validation des acquis de connaissances en ligne est réalisé en cours et en fin de formation. Des quiz en ligne ponctuent la formation pour valider vos acquis, tandis que le questionnaire de satisfaction en fin de formation et des évaluations formatives et sommatives garantissent un suivi continu de votre progression. Attestation de fin de formation.

INTERVENANT(S) :

Jennifer TOMPOUCE, Présidente, Coach-Consultante-Formatrice

INDICATEURS DE RÉSULTATS :

Taux de satisfaction : 0%
Taux de retour d'enquête : 0%
Taux de réussite : 0%
Taux d'abandon : 0%
Nombre de stagiaires : 0

ACCESSIBILITÉ :

Nos formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap. Chaque situation étant unique, nous vous recommandons de nous contacter avant votre inscription.

TARIF : **NOUS CONTACTER**
DATES : A déterminer

MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCES :

Inscription : Tout au long de l'année, avec une inscription et une sortie possible à tout moment.
Lieu : A déterminer ; **Délais d'accès :** 1 mois
Modalité de formation : En individuel, inter et intra entreprise
Effectif : 1 à 6 personnes

PROGRAMME :

MODULE 1 : Comprendre sa relation au temps

Déterminer son profil et son rapport au temps
Comprendre les principes d'organisation du temps

MODULE 2 : Organiser son temps travail

Identifier les tâches urgentes et importantes
Déterminer une méthode de gestion du temps adapter à soi

MODULE 3 : Repérer son stress

Comprendre les principes et les lois du stress
Connaitre les trois niveaux de stress
Identifier son profil et son rapport au stress

MODULE 4 : Apprendre à gérer son stress

Identifier son type de stress
Déterminer ses propres facteurs de stress
Connaitre les techniques de gestion de stress
Mettre en œuvre des actions pour gérer son stress

MODULE 5 : Développer votre créativité

Développer son intelligence créative
Identifier les actions à mettre en place pour apprivoiser sa capacité de résilience

MODULE 6 : Développer votre capacité d'adaptation

Mettre en place des actions pour développer sa flexibilité et son agilité
Identifier les clés pour amorcer un processus d'adaptation

MODULE 7 : Développer sa capacité de communication

Identifier son profil et son rapport aux autres
Déterminer les freins à la communication

MODULE 8 : Développer son aisance relationnelle

Mettre en place des actions pour optimiser ses relations avec autrui
Déterminer les clés essentielles pour bâtir des relations de qualité avec ses collaborateurs

Module 9 : Développer son Leadership et son Assertivité Habilement

Comprendre les Principes du Leadership et de l'Assertivité
Identifier les Compétences Clés pour Améliorer son Leadership et son Assertivité
Déterminer les Techniques pour Exercer un Leadership Efficace et Assertif
Développer sa posture de Leadership
Développer des Stratégies pour Maintenir un Leadership Assertif Durable