

Formation en intra-entreprise

(dans vos locaux, dates à votre convenance)



Formation en inter-entreprise

(dans un centre proche de chez vous)

OBJECTIF DE LA FORMATION

Cette formation a pour but de faire découvrir aux bénéficiaires les mécanismes de l'estime de soi et de la confiance en soi. Faire prendre conscience qu'il s'agit de deux leviers fondamentaux pour l'équilibre personnel et l'efficacité professionnelle. Identifier ses atouts, ses compétences, ses capacités naturelles permettront de développer de nouveaux réflexes, d'augmenter sa productivité et d'améliorer ses relations interpersonnelles.

PUBLIC

Tout public

COMPÉTENCES DÉVELOPPÉES

- Renforcer sa confiance en soi à travers la relation aux autres
- Impliquer la confiance en soi dans le domaine professionnel
- Réfléchir à l'interaction confiance en soi et performance
- Dynamiser sa confiance en soi au travail

ACCESSIBILITÉ

- Conformément au principe d'égalité de traitement vis-à-vis des personnes en situation de handicap, établi par la loi Handicap du 11 février 2005 et la loi du 5 septembre 2018 pour la liberté de choisir son avenir professionnel, nous accueillons toute personne en situation handicap
- Une accessibilité de tous nos locaux garantie
- L'accès physique aux locaux de formation
- Une information claire sur les modalités de formation adaptées au handicap des personnes

ORGANISATION DE L'ACCOMPAGNEMENT

PRÉREQUIS

Aucun prérequis

DURÉE

7 heures

EFFECTIF

Effectif minimum : 2 apprenants
Effectif maximum : 12 apprenants

LIEUX D'INTERVENTION

Partout en France en intra, Lyon, Oullins, St Etienne, Rive de Gier, Belz, Paris 11ème, Rungis, Boulogne en inter

ATTRIBUTION FINALE

Attestation de fin de formation

ORGANISME DE DÉLIVRANCE

PROJEXIA

TARIF ET FINANCEMENT

1 590 €/groupe en intra - 795 €/ personne en inter
Financement par l'entreprise
via son opérateur de compétence ou non

ENGAGEMENT QUALITÉ PROJEXIA



INTERVENANT(S)

Formateur spécialisé dans la remobilisation de la confiance en soi au service de la productivité et du mieux-être en entreprise



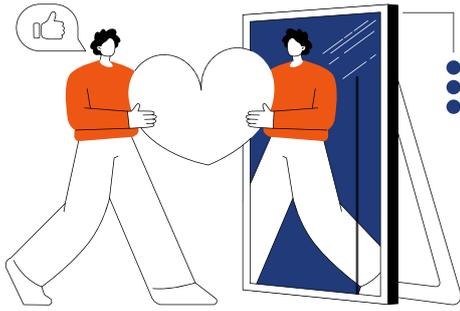
APPROCHE PÉDAGOGIQUE

Ludo pédagogie active.
Expérimentation, outil d'animation théâtrale.
Echanges et cas pratiques



CONDITIONS D'ÉVALUATION

Autoévaluation au démarrage de la formation, évaluation des acquis en fin de formation



PROGRAMME :

PARTIE THÉORIQUE | 30 %

Apport d'expertise

- Distinction entre estime de soi et confiance en soi
- Bâtir les fondations de l'estime de soi
- Repérer ses valeurs profondes, atouts, compétences et capacités pour identifier sa stratégie de réussite

PARTIE PRATIQUE | 70 %

Mise en situation, cas pratique

- Brainstorming
- Exercices pratiques pour développer sa confiance en soi
- Jeux de rôles
- Etudes de cas / Cas pratiques / Partages d'expériences

Bâtir son plan d'action et lâcher prise