

Les raisons de changer et les moyens pour le faire

EP06 – Efficacité professionnelle

DÉTAILS DE LA FORMATION

+ OBJECTIFS

- Découvrir les valeurs qui nous motivent et donnent un sens à notre vie
- Permettre à chacun de déterminer des buts et des objectifs personnels et professionnels réellement satisfaisants

+ PUBLIC

- Toute personne désireuse de changement interne

+ PRÉREQUIS

- Aucuns prérequis

+ DURÉE

- 2 jours, soit 14 heures

+ NOMBRE DE STAGIAIRES PAR SESSION

- de 1 à 8 p. maximum par groupe

+ BUDGET

- Inter-entreprises : 360€ H.T / personne
- Intra entreprise : nous consulter

+ DÉLAI D'ACCÈS

- Nous consulter

+ MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

- Mise en situation par l'étude de cas pratiques vécus au quotidien sur le terrain
- Exercices d'appropriation, simulations et jeux de rôle, réflexion personnelle.
- Remise d'un support contenant le cours du module de formation suivi

+ MODALITÉS D'ÉVALUATION ET FORMALISATION À L'ISSUE DE LA FORMATION

- Enquête de satisfaction stagiaire
- Bilan formateur / formatrice
- Remise d'une attestation individuelle de formation
- Délivrance d'une grille des compétences
- Enquête de satisfaction client

Alliance Form'Action

13 rue de la Maladrerie

Hameau Les Povots

10210 CHAOURCE

] 03 25 40 16 53

] 06 23 96 56 82



Alliance
Form'Action
Former, notre passion... et si nous la partageons ?

jf.lhoret@aformation.fr - www.aformation.fr

OF : N° 21 10 00647 10 - N° SIRET : 508 379 328 00042 - TVA FR : 12508379328

AFA20EP06

PROGRAMME DE FORMATION

+ DÉCOUVRIR SES MOTIVATIONS PROFONDES

- Valeurs,
- Vision du monde,
- Projet de vie....

+ FAIRE LE LIEN AVEC SES BUTS ET SES OBJECTIFS,

+ APPRENDRE DIFFÉRENTS MODÈLES POUR DÉTERMINER SES OBJECTIFS,

+ ACQUÉRIR LES TECHNIQUES DE CHANGEMENT NÉCESSAIRES POUR

- Communiquer et gérer les relations,
- Gérer les conflits internes et utiliser de façon optimale les différentes parties de sa personnalité,
- Comprendre le rôle joué par ses croyances et changer celles qui sont limitantes.

+ MODIFIER LES REPRÉSENTATIONS MENTALES QUI EMPÊCHENT DE FONCTIONNER AU MIEUX DE SES POTENTIALITÉS,

+ RESTRUCTURER LES EXPÉRIENCES QUI SERVENT DE RÉFÉRENCE AUX COMPORTEMENTS INADAPTÉS,

+ FACILITER UN FONCTIONNEMENT MENTAL EFFICACE,

+ UTILISER LA COMMUNICATION POUR EXERCER UNE INFLUENCE POSITIVE AVEC

- Pertinence,
- Efficacité,
- Intégrité