

Renforcer son efficacité professionnelle

Formation de 2 jours

Réf : EFF

Note : 4,7/5

Renforcer son efficacité professionnelle en développant la connaissance de soi, la confiance, la gestion des émotions, la communication interpersonnelle et les compétences relationnelles afin de mieux collaborer, mieux gérer les situations complexes, et accroître sa performance individuelle et collective.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

À l'issue de la formation l'apprenant sera en mesure de :

- Mieux se connaître pour renforcer son leadership personnel et son efficacité professionnelle
- Renforcer sa confiance en soi et sa capacité à gérer ses émotions dans un cadre professionnel
- Adapter sa communication interpersonnelle aux différents profils pour faciliter les échanges professionnels
- Collaborer efficacement en adoptant une posture assertive et constructive

TRAVAUX PRATIQUES

Nombreux exercices et jeux de rôles avec analyse individualisée. Mises en situation comportementale

LE PROGRAMME

1) Conscience et connaissance de soi

- Introduction au leadership personnel et fonctionnement du cerveau humain
- Découverte des forces et faiblesses
- Comprendre les principes de « mindset » de croissance

Exercice : Tour de table pour partager les prises de conscience sur son propre fonctionnement et son potentiel

2) Renforcement de soi

- Développer une meilleure confiance en soi
- Gestion des émotions
- Savoir lâcher prise

Exercice : Moment de réflexion individuelle pour noter les apprentissages clés et comment les intégrer dans son quotidien.

3) Améliorer sa communication interpersonnelle

- Les bases de la communication.
- Découverte des personnalités avec le test DISC
- Adapter les canaux de communication à ses collaborateurs.

Exercice : Cartographie Débriefing sur les différents profils et premières pistes pour mieux adapter sa communication.

4) Collaborer avec efficacité

- Assertivité et positions de vie.
- Gestion des conflits.
- Donner un feedback efficace.

PARTICIPANTS

Toute personne souhaitant développer son efficacité professionnelle

PRÉREQUIS

Aucun prérequis.

COMPÉTENCES DU FORMATEUR

Les experts qui animent la formation sont des spécialistes des matières abordées. Ils ont été validés par nos équipes pédagogiques tant sur le plan des connaissances métiers que sur celui de la pédagogie, et ce pour chaque cours qu'ils enseignent. Ils ont au minimum cinq à dix années d'expérience dans leur domaine et occupent ou ont occupé des postes à responsabilité en entreprise.

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Le formateur évalue la progression pédagogique du participant tout au long de la formation au moyen de QCM, mises en situation, travaux pratiques...

Le participant complète également un test de positionnement en amont et en aval pour valider les compétences acquises.

MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

La formation alterne apports théoriques, mises en situation pratiques, études de cas et échanges interactifs pour favoriser l'acquisition des compétences. Les moyens pédagogiques et les méthodes d'enseignement utilisées sont principalement : aides audiovisuelles, documentation et support de cours, exercices pratiques et théoriques.

- À l'issue de chaque stage ou séminaire, THE BEST ME fournit aux participants un questionnaire d'évaluation du cours qui est ensuite analysé par nos équipes pédagogiques.
- Une feuille d'émargement par demi-journée de présence est fournie en fin de formation ainsi qu'un certificat de réalisation si le stagiaire a bien assisté à la totalité de la session.

MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS

L'inscription doit être finalisée 48 heures avant le début de la formation par email à l'adresse suivante : swann@thebestme.life.

ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES HANDICAPÉES

Vous avez un besoin spécifique d'accessibilité ? Contactez M. XERRI, à l'adresse suivante swann@thebestme.life pour étudier au mieux votre demande et sa faisabilité. Le cas échéant, un échange téléphonique sera effectué afin d'évaluer les besoins spécifiques et la mise en place des adaptations

Mise en situation : Bilan des compétences acquises pour une meilleure collaboration

