



FORMATION

VALORISER SA POSTURE PROFESSIONNELLE



OBJECTIFS PROFESSIONNELS

Découvrir les codes en entreprise et apprendre à se positionner vis à vis de ces collègues de travail mais également face à sa hiérarchie.

OBJECTIFS

- **Comprendre la place des savoir-être** dans son quotidien et les répercussions dans le monde professionnelle
- **Identifier nos forces et nos faiblesses** à travers nos savoir-être
- **Avoir confiance en soi** pour mieux se valoriser



6 à 12
participants



de 7 à 14h
de formation



Tarif
Sur devis

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Méthodes actives : Inspirées de différents jeux cadres de Thiagi, d'une diversité de supports interactifs.

Sport transfert : Mise en situation pratique et sportive afin de transmettre les valeurs transférables du sport.

SUIVI ET ÉVALUATION

- Pour le module : feuille de présence.
- À la fin du module : attestation de participation à la formation, évaluation du niveau de satisfaction des participants, évaluation des capacités d'animation.

PROGRAMME

- Perception et communication : Qui suis-je ? Et comment suis-je perçu ?
Méthode DISC
- **La confiance en soi pour gérer sa posture** au quotidien
- Estime de soi et confiance en soi, quelles différences ?
- Nos forces et nos faiblesses évoluent-elles au fil des années ?
- A chaque entreprise son organisation.
- **Comprendre les codes et la hiérarchie** de son milieu professionnel.
- **Gérer ses émotions** au sein d'un collectif dans un environnement extérieur
- Quels sont **les liens entre un salarié et un sportif** ?