



Programme de formation : DÉVELOPPER SES SOFT SKILLS

2 Jours en présentiel

FORMATION



Objectifs

Objectifs pédagogiques :

A l'issue de la formation, les participants auront acquis :

- De nouvelles habiletés comportementales pour dépasser leurs propres obstacles
- Des réflexes clés pour s'adapter aux enjeux professionnels de notre époque

Objectifs opérationnels :

A l'issue de la formation, les participants seront capables :

- De s'adapter en toute autonomie à des réorganisations du jour au lendemain
- De trouver des solutions efficaces et concrètes pour répondre aux besoins de l'entreprise (management, solution client, etc...)

Publics concernés et pré requis

Tous ceux qui souhaitent acquérir les compétences clés pour rebondir et s'adapter en période de changement.

Tous ceux qui ont envie d'évoluer dans leur poste ou leur prise de responsabilités.

Pré requis : aucun.

Modalités d'accès

Entretien préalable sur les besoins spécifiques des participants.

Pour s'inscrire, me contacter par mail ou par téléphone.

contact@laurenceroumilhac.fr - Tel.: 07.51.63.76.38

Dates, Lieux, Tarifs et Durée

Dates : à définir ensemble

Lieux : à mon bureau ou dans vos locaux (France entière)

Tarifs : à définir ensemble selon le nombre de participants (cf. consulter les tarifs sur la page formation du site www.leducationpersonnelle.com)

Durée : 14 heures soit 2 jours de formation



Accessibilité aux personnes handicapées

Accessible à toute personne apte à suivre une formation.

Pour des besoins particuliers de logistique, n'hésitez pas à me contacter :
07-51-63-76-38

Modalités techniques

La formation est réalisée à en présentiel ou en distanciel selon vos besoins, elle allie, réflexion et mise en application, à travers du contenu inspirant, des exercices et des outils opérationnels à appliquer en situation.

Tout au long de la formation, la formatrice assure un accompagnement individuel inter-session via des échanges écrits avec l'apprenant.

Au début de la formation, un questionnaire de positionnement est utilisé pour réaliser un bilan de situation de chaque participant.

A la fin de la formation, un questionnaire d'évaluation des acquis est utilisé.

Un entretien de fin de formation est proposé à chaque participant pour faire le point sur les compétences acquises et celles restant à acquérir.

Moyens et supports pédagogiques

- Cours théoriques
 - Exercice pratique en intersession
 - Support de présentation sur power point
 - Technique de questionnement du coaching
 - Travail de réflexion sur du contenu spécifique
 - Remise de fiche technique
-

Évaluation des acquis

- Évaluation de pré-formation > Quizz 15 points
- Evaluation de fin de formation > QCM et mini rédactionnel



Financement

Formation professionnelle continue éligible au remboursement selon les conditions du Droit à la Formation.

Délai d'accès

15 Jours

Matériel remis aux participants

- Un cahier de travail personnel et un stylo
 - Les fiches mémo des supports théoriques
 - Une boîte de valeurs, compétences, qualités, forces, clignotants
 - Une feuille de route personnalisée pour mesurer les axes de progrès dans le futur
-

Encadrement

La formation est dispensée par moi-même, formatrice professionnelle et coach certifiée.

Forte de plus de 15 années d'expérience en entreprise, j'ai exercé en tant que formatrice auprès du personnel hospitalier dans plusieurs Laboratoires médicaux et possède une réelle expérience des comportements humains en contexte de stress professionnel.

J'apporte aujourd'hui mon expertise auprès d'une association de parents d'élèves dont je suis un des administrateurs et supervise mes pairs dans leurs activités d'accompagnements et de coachings professionnels.

Je suis formée à la programmation neuro linguistique (PNL), aux scénarios relationnels de Mr Karpman, aux techniques de la Process Com par l'institut KHALER communication, ainsi qu'aux thérapies cognitives et comportementales (TCC), adaptée aux adultes en proie à des remises en question d'ordre personnels et/ou professionnels.



Contenu de la formation

Évaluation de pré-formation > Quizz 15 points

SESSION 1 : LES PILIERS DE LA CONFIANCE

- Jeu des étiquettes
- Les 7 Peurs
- Mindset et estime de soi
- D'un moi à l'autre
- Attention, écoute, concentration

SESSION 2 : PILOTER LE CHANGEMENT

- Les clés pour s'adapter
- Adulte et autonomie
- Gestion du temps et des priorités
- Assertivité et communication
- Déjouer les conflits

SESSION 3 : ATTEINDRE SES OBJECTIFS

- Faire appel à sa créativité
- Dédramatiser et simplifier des situations délicates
- Poser un objectif et l'atteindre
- Feuille de route

Évaluation des acquis en fin de formation > QCM et mini rédactionnel



Notez ici toutes les questions que vous avez envie de me poser !
Et contactez-moi, A bientôt.
Laurence

Tel. : 07 51 63 76 38 | contact@laurenceroumilhac.fr

Laurence Roumilhac

ORGANISME DE FORMATION ET CONSEIL EN ACCOMPAGNEMENT PROFESSIONNEL