



Sandrine JOURDAIN,
Formatrice et coach, spécialisée dans
l'accompagnement et la relation d'aide,
diplômée en travail social et sciences de
l'éducation

DEVIS ET INSCRIPTIONS

✉ jourdaincoachingetformation@gmail.com

🌐 www.coaching-et-formation17.com

📍 3 rue de l'écourt 17230 VILLEDOUX

☎ 06 09 84 00 20

Référent Pédagogique / Qualité / Handicap :
Sandrine JOURDAIN

PUBLIC

Toute personne qui cherche à développer sa confiance en soi pour en faire un atout en milieu professionnel

PRÉREQUIS

Aucun

ACCESSIBILITE PERSONNE EN SITUATION DE HANDICAP

Nous étudions l'ensemble des adaptations nécessaires, qu'elles soient liées à un handicap reconnu ou non.

Contactez le référent handicap

MODALITÉS/DÉLAIS ACCÈS

En présentiel, 3 jours
3 x 7 heures soit 21 heures de formation
3 à 12 participants

En Intra et Inter entreprises et en individuel
1 formation réalisée minimum /an
Inscriptions par mail, acceptées jusqu'à 15 jours avant le début de la formation

MOYENS PÉDAGOGIQUES

Exposés, Diaporama, Vidéos, Brain storming, travail en sous-groupes, travail de réflexion personnel, mises en situation, jeux de rôles, support de formation

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Évaluation pédagogique progressive, recueil des attentes et des besoins à l'inscription, tests de positionnement avant et après la formation, évaluation des acquis par QCM

MODALITÉS DE SANCTION

Remise d'un certificat de réalisation

FINANCEMENTS

- Individuel
- Autres / OPCO / Pole emploi : se rapprocher de votre référent formation

TARIFS 2024

- Inter : 1280€ HT (hors frais d'hébergement, de restauration, de transport)
- Intra / individuel : Nous contacter

DÉVELOPPER SA CONFIANCE EN SOI,

LE LEVIER DE LA RÉUSSITE PROFESSIONNELLE

Au travail, nous sommes exposés à de nombreuses situations professionnelles, parfois bien différentes. Et il n'est pas toujours facile de se sentir confiant et de garder le cap en toutes circonstances !

Nos ressources peuvent être perçues comme insuffisantes et notre manque de confiance devient un frein à la réussite professionnelle.

N'oubliez jamais, **vous êtes votre meilleur atout !**

Cette formation vous permettra d'identifier vos compétences pour développer des attitudes de réussite.

OBJECTIF PROFESSIONNEL

- Développer ses compétences relationnelles au travail

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Identifier ses propres fonctionnements pour améliorer ses relations professionnelles
- Distinguer les mécanismes de la confiance en soi
- Développer ses perceptions pour passer à l'action

PROGRAMME DE FORMATION

- Identifier ses compétences et ses qualités : repérer ses propres fonctionnements, ses valeurs, ses besoins, travailler l'image de soi, préserver son capital confiance
- Développer des attitudes de réussite : les mécanismes de la confiance en soi, travailler ses objectifs, faire face aux situations professionnelles déstabilisantes
- Faire de sa confiance en soi son levier de réussite : travailler sa posture, développer son leadership, transformer l'échec en tremplin

Cette formation nécessite une implication personnelle.

DATES DE FORMATION À LA ROCHELLE

Du 13 au 15 mai 2024

Autres dates et lieux sur demande



Tél. 06 09 84 00 20 / Site : www.coaching-et-formation17.com / E-mail: jourdaincoachingetformation@gmail.com
Coaching & Formation est une entreprise individuelle déclarée auprès de l'URSSAF - 3 rue de l'écourt 17230 VILLEDOUX
SIRET : 908 609 944 00016 / code APE : 8559A / **Déclaration d'activité** enregistrée sous le numéro 75170280717
auprès de la préfète de région Nouvelle Aquitaine. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État.
Société de médiation professionnelle : 24 rue Albert de Mun 33000 BORDEAUX