

COMMENT ALIMENTER LE SENS DE VOTRE MÉTIER ?

PUBLIC

Cette formation s'adresse à toute personne souhaitant dynamiser leur sens au travail.

Accessible aux personnes en situation de handicap.

PRÉREQUIS

Aucun prérequis demandés

OBJECTIFS DE FORMATION

Être capable de :

- Valoriser son travail et ses missions
- Se valoriser
- Trouver ses satisfactions personnelles pour se dynamiser

PROGRAMME DE FORMATION

Trouver ce qui valorise mes missions et mon métier

- Quelle image j'ai de mon métier ?
- Comment mon métier est-il perçu ?
- Comment rentrer en relation avec mes interlocuteurs ?
- Mettre en avant les compétences et softskills
- Mes talents et ma vocation : comment les communiquer ?

Comment me valoriser ?

- Réalisations et rêves
- Les composantes de l'estime de soi
- Mieux me connaître pour me faire reconnaître
- Connaître mes compétences et mes sources de satisfaction
- Mes besoins et leur degré de satisfaction
- Draineurs et carburants d'énergie

Techniques pour me dynamiser et trouver mes satisfactions

- Grille des socles de compétences de l'estime de soi selon G. Duclos
- Fiche d'aide à la décision
- Méthode de résolution de problèmes
- Mes kiffs – m'accorder 10 min par jour
- Prendre soin de soi
- Définir mes priorités – mes rituels



Durée : 1 Jour / 7 heures

Groupe : 12 personnes

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Évaluation avant la formation ou tour de table

Évaluation à chaud des stagiaires

Évaluation à chaud de la formation par les stagiaires

Évaluation à froid (4 mois) de la formation

MÉTHODES MOBILISÉES

Alternance de phases théoriques et d'illustrations par le traitement de cas pratiques + mise en place d'un cahier de coaching individuel pour mesure de l'application des connaissances sur le poste de travail.

Le déroulement participatif et impliquant (démarche de résolution de problème), créativité (mise en situation).

SIRET : 834 506 875 0030

OF N°117 884 688 78