



Développer **potentiel** et **confiance** en soi pour son projet professionnel



FORMATEUR

Gilles GRILLARD, coach, consultant

PÉDAGOGIE

- Ecoute active
- Échange de groupes
- Exposés, illustration
- Expérimentation
- Cahier de suivi du stage

ÉVALUATION

- Mises en situation
- Exercices

PUBLIC & PRÉREQUIS

Entretien préalable

LIEU & DATES

Du 23 au 25 fév. 2022

3 journées

Le Val d'Ajol

TARIFS

195 € HT pour un adhérent au CEGESTI

Responsable de stage :
Frédéric ZIMMER

▶ VOS OBJECTIFS

- Définir ses priorités, se fixer des objectifs atteignables
- Oser des challenges réalistes et avancer par étapes
- Dépasser ses freins, positiver, aller de l'avant
- Envisager avec succès des situations difficiles ou inhabituelles
- Faire face aux échecs et savoir rebondir
- Repartir avec un plan d'action d'après stage

▶ NOTRE PROGRAMME

Confiance en soi et réussite professionnelle

- Représentation de son projet professionnel à court ou moyen terme
- Fixation des objectifs professionnels (technique SMART)
- Expérimentation : réalisation d'un défi
- Expression des objectifs prioritaires

Les étapes de construction d'un projet professionnel

- Le challenge « marshmallow »
- Les dimensions d'un projet
- La boucle de création d'un projet

Dépasser ses freins et rentrer dans l'action avec dynamisme

- Savoir mobiliser sa confiance en soi en mettant en évidence tous ses atouts
- Identification des freins et obstacles
- La fiche SCORE appliqué au projet professionnel

L'échec, savoir rebondir

- Le plan B
- La posture du gagnant qui envisage l'échec

La force de la relation au travail

- Le creuset de la relation
- Les éléments-clés de la communication interpersonnelle

Plan d'action personnalisé





Informations

Le CEGESTI, fidèle à ses valeurs et à ses principes

1 La gratuité

*Vous êtes adhérent à CEGESTI ?
Les formations dans nos locaux sont **gratuites**, sans renoncer à leur **qualité**.*

2 La proximité

*Chaque fois que le nombre d'inscriptions le permet, nous vous proposons des formations **au plus près de chez vous**.*

3 L'échange

*Nos formations s'adressent à **des professionnels de divers horizons** qui partagent pourtant **des problématiques communes**.*

*Nous garantissons la **confidentialité** des échanges.*

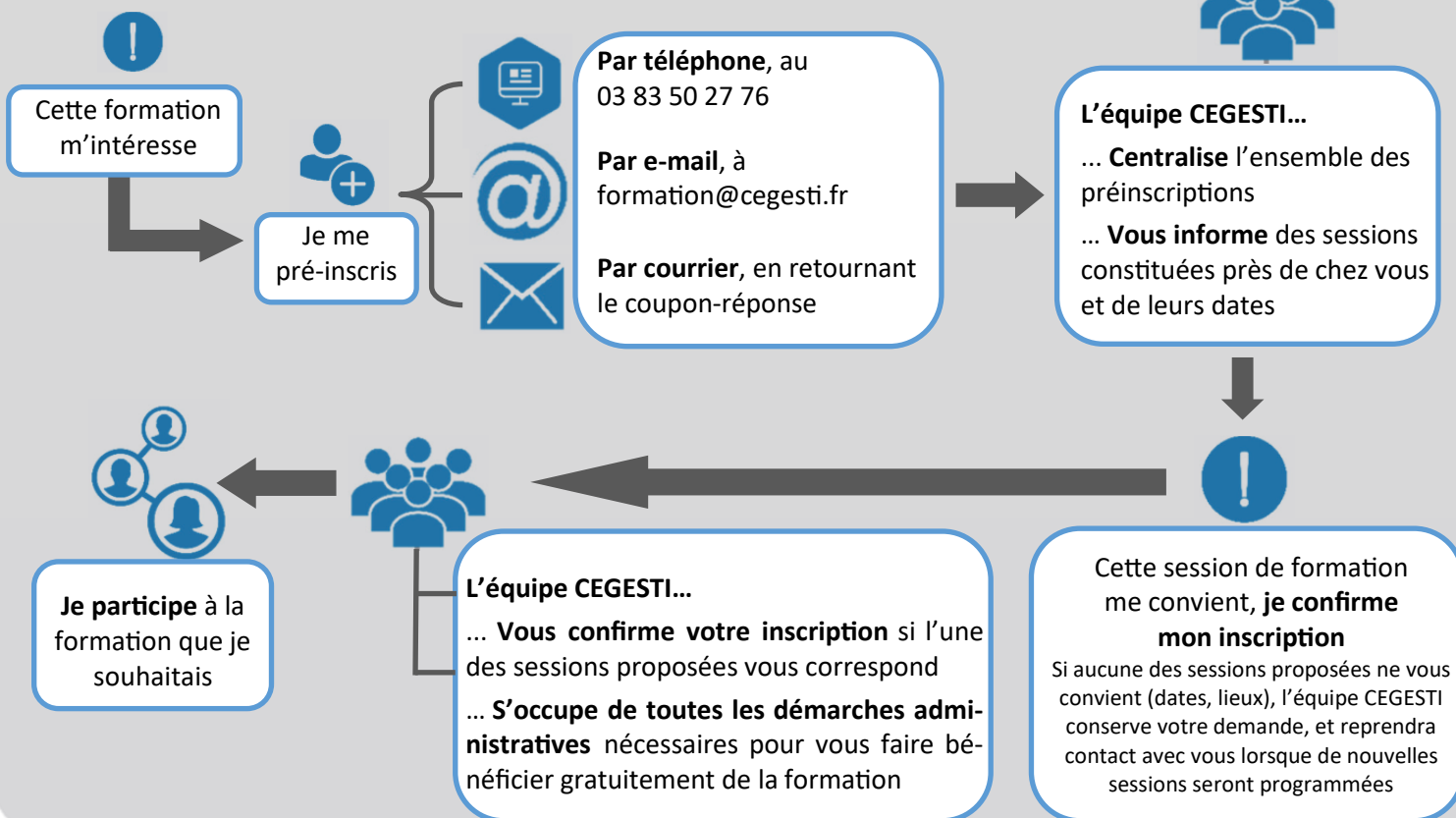
4 Du concret

*Nous partons de **votre situation et de vos besoins concrets**.*

*Pendant la formation, nos méthodes accordent une **place centrale à la mise en pratique**.*



L'une des formations vous intéresse ? Suivez le guide !



Vous êtes en situation de handicap, merci de nous contacter aux coordonnées ci-dessus. Frédéric ZIMMER ou Xavier LECOMTE, référents handicap, analyseront votre situation pour vous proposer une adaptation de nos formations ou vous ré-orienter vers une structure compétente.

L'organisme est certifié pour les formations réalisées à destination des contributeurs et ayant-droits VIVEA

