



Soft Skills

Autoévaluation et développement

Mieux se connaître, interagir, décider, s'adapter

Durée : 21h (3 jours)

Format : présentiel

Tarifs :

- Inter : 1 470 € par participant
- Intra : sur devis

*TVA non applicable - Collectivité de Saint-Pierre et Miquelon

Réf : FRF-DP01

OBJECTIF GÉNÉRAL

Cette formation vous permet de développer vos soft skills clés pour gagner en confiance, en efficacité relationnelle et en posture professionnelle



Public cible

- Toute personne souhaitant renforcer ses compétences interpersonnelles



Prérequis

- Aucun

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

A la fin de cette formation, vous serez en mesure de :

- Identifier vos atouts et leviers de progression grâce à un travail d'introspection
- Renforcer des soft skills spécifiques selon votre profil et vos priorités
- Mettre en œuvre des outils concrets pour vous adapter, coopérer, décider et mieux communiquer
- Construire votre plan d'action personnel pour développer durablement vos soft skills

PROGRAMME

- **Jour 1 : mieux se connaître pour mieux progresser**
 - Identifier ses soft skills prioritaires grâce à l'auto positionnement
 - Mieux comprendre ses forces, faiblesses et réflexes de fonctionnement
 - Prendre conscience de ses schémas limitant
- **Jour 2 : renforcer ses compétences clés au travail**
 - Renforcer la confiance en soi, l'assertivité et la communication interpersonnelle
 - Travailler l'adaptabilité, la créativité et l'intelligence émotionnelle
 - Prendre la parole, exprimer ses idées, coopérer efficacement
- **Jour 3 : consolider et activer son potentiel**
 - Travailler sur ses leviers de motivation
 - Se fixer des objectifs de développement personnel et professionnel
 - Construire son plan d'action, concret et durable

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Apports méthodologiques et outils pratiques
- Mises en situation d'animation et d'observation
- Etudes de cas et analyse de pratiques
- Utilisation d'outils collaboratifs et visuels
- Feedbacks personnalisés et debriefs collectifs
- Supports remis : kit participant, grilles d'analyse, plan d'action

ÉVALUATION DES ACQUIS

- Evaluation de la progression pédagogique du participant tout au long de la formation au moyen de QCM, mises en situation, travaux pratiques
- Evaluation des compétences acquises au moyen d'un test final

ACCESSIBILITÉ

- Pour toute question ou besoin relatif à l'accessibilité, contacter Francine Roverch par mail à l'adresse : contact@frformation.net

MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS

- Inscription soumise à la signature préalable d'un contrat ou d'une convention
- Délai légal minimum de 14 jours suivant la contractualisation
- Délai porté à 30 jours en cas de demande d'ingénierie renforcée (adaptations aux outils internes, demandes spécifiques, ...)

Modalités pratiques :

- Emargement par demi-journée
- Attestation de participation remise à l'issue de la formation

Et si votre meilleur levier de progression professionnelle,
c'était vous-même ?

POURQUOI DEVEZ-VOUS PARTICIPER À CETTE FORMATION ?

- Parce que les compétences comportementales sont aujourd'hui autant recherchées que les compétences techniques
 - Parce que mieux on se connaît, plus on a un socle personnel solide
 - Parce que formation vous offre un temps de réflexion personnelle sur et pour vous-même
- Osez plus, doutez moins, avancez mieux !

CONTACTER FR FORMATION

 contact@frformation.net

 www.frformation.net

 +508 55 90 53 ou 06 35 60 39 39

