

Programme de formation :

CONFIANCE EN SOI ET IDENTITE PROFESSIONNELLE

[Efficacité Professionnelle]

Public :

Professionnel(-le)s du secteur social et médicosocial – En inter ou en intra

Prérequis : Communiquer en langue française

Objectifs

- Améliorer sa confiance en soi dans l'exercice professionnel
- Savoir différencier l'identité personnelle et les compétences professionnelles
- Prendre conscience de ses compétences, ses qualités et de ses limites

Contenu

- Les notions d'estime de soi et de confiance en soi.
- L'affirmation de soi dans les relations.
- Les composantes de l'identité professionnelle: savoirs être, savoirs faire, savoirs
- La confiance en soi et l'aptitude au changement
- La place de nos émotions dans le quotidien professionnel

Méthodes pédagogiques :

- Apports théoriques (exposé ; diaporama)
- Analyse de situations (et autres méthodes participatives)
- Echanges entre stagiaires et travaux en sous-groupes

Intervenant

Psychomotricienne (diplômée) ou psychologue (diplômé)

Durée :

1 journée (7 h)

Suivi / évaluation :

- Une attestation de suivi de la formation est délivrée à chaque stagiaire ayant suivi l'intégralité du programme.
- Un questionnaire d'évaluation / satisfaction est rempli à la fin de chaque session par chaque stagiaire.

Prix :

Sur devis. Nous contacter