

> TRANSFORMEZ VOS FREINS EN RESSOURCES

Objectifs :

- > Reconnaître ses freins et les transformer en ressources : mode d'emploi
- > Développer la confiance en soi
- > Découvrir qui vous êtes, vos talents, vos défauts, vos challenges personnels et vos "allergies"
- > Mettre vos relations professionnelles en perspectives et découvrir de façon stupéfiante comment les améliorer...

Le but est de rester très pratique afin que vous reveniez avec la satisfaction d'avoir appris quelque chose qui vous servira dans votre travail de tous les jours.

Points abordés :

Qui suis-je et comment suis-je perçu(e)

- > Ombre et lumière : expressions authentiques
- > Qualités et freins : comment suis-je perçu(e) ?
- > Mes qualités peuvent devenir des défauts. Les défauts des autres peuvent cacher des qualités : le quadrant d'Ofman
- > Mes challenges pour devenir plus efficace dans ma vie professionnelle

Outils de Communication

- > Oser exprimer ses demandes et obtenir du feedback
- > Développer la complémentarité pour une meilleure collaboration entre collègues et avec la hiérarchie.

Développer plus de confiance en soi

- > Estime de soi, confiance en soi, affirmation de soi, image de soi : qu'en est-il pour moi ?
- > Kasala : l'éloge de ses talents

Public :

Assistant(e)s de direction

Intervenant

Formatrice et coach praticienne en communication non violente, et en self leaership responsabilisant

Durée :

1 jour.

Lieu :

Get Training Asbl, 4 rue d'Arlon L-8399 Windhof.

Dates :

Pour plus de détails, **reportez-vous au calendrier** sur www.get-training.org . Possibilité de formation en entreprises, contactez-nous.

Horaires : 8H30 à 17h30
Prix : 520 € HT/Personne
Code : 004-01FR

Session de minimum 5 personnes

Le prix comprend la documentation, le lunch et les boissons.

formation offerte par:

Samskara
TransMission