



OBJECTIFS

Identifier et comprendre les croyances limitantes qui vous empêchent d'atteindre vos objectifs.

Grâce aux principes de la méthode Dale Carnegie, développez votre confiance et votre leadership.

Découvrir la puissance de la demande pour obtenir ce que vous voulez.

Utiliser la banque de fierté pour renforcer votre estime de soi.

Comprendre la spirale positive du succès pour atteindre vos objectifs.

POUR QUI ?

Toute personne qui souhaite gagner en confiance et en qualité de contact avec les autres.

PRÉ-REQUIS

Aucun pré-requis nécessaire.

DURÉE

1 JOURNÉE

EVALUATION DE LA FORMATION

Un questionnaire sera remis aux participants à la fin de la formation pour évaluer la qualité de la formation et la satisfaction des participants.

Un bilan individuel sera proposé à chaque participant pour l'aider à mettre en place les actions concrètes pour poursuivre sa progression.

LES PLUS / MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

Exposés théoriques avec des exemples concrets.

Exercices individuels et en groupe pour appliquer les concepts et méthodes.

Mise en pratique à travers des mises en situation et jeux de rôle.

RESPONSABLE PÉDAGOGIQUE



Sébastien MARGUIN

Ingénieur de formation. Enseignant en BTS. 23 ans d'expérience

04 86 80 41 99

contact@gest-com.fr / www.gest-com.fr

PROGRAMME

Matinée

- Introduction à la formation et présentation des objectifs.
- Identification des croyances limitantes : comment elles se manifestent et comment elles nous limitent.
- Exercice pratique avec un outil pour briser ses croyances limitantes.
- La méthode Dale Carnegie pour développer la confiance en soi : les bonnes pratiques pour gagner en qualité de contact.

Après-midi

- Découvrir la puissance de la demande : comment formuler une demande efficace.
- Exercice pratique « osez demander ».
- Utiliser la banque de fierté pour renforcer son estime de soi : identifier ses réussites et ses forces.
- La spirale positive du succès : comment atteindre ses objectifs en créant une dynamique positive.



Formation accessible



Délai d'accessibilité : 3 semaines



Possible à distance

TARIF EN INTER

500€

TARIF EN INTRA

Sur devis

QUALITÉ DE LA FORMATION

Sébastien MARGUIN est certifié Qualiopi. Cela signifie le respect d'un processus qualité strict et rigoureux tout au long de la formation qui fait l'objet d'une évaluation détaillée par les participants.