

# Confiance en soi : soyez efficace !

Booster sa confiance en soi dans son travail pour se sentir compétent et atteindre ses objectifs.

Dans le domaine professionnel, la confiance en soi est essentielle pour se sentir compétent et être performant. Travailler avec assurance facilite aussi les échanges et l'on se sent plus apte à atteindre ses objectifs.



2 jours



14h



INTER : 700 €

INTRA : me contacter

## OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- ✓ Comprendre le mécanisme de la confiance en soi
- ✓ Développer la confiance en soi au sein de ses actions professionnelles
- ✓ S'affirmer dans son poste

## PROGRAMME

### PARTIE 1 - Comprendre le mécanisme de la confiance en soi

*Séquence 1* : Définir la confiance en soi

*Séquence 2* : Evaluer sa confiance en soi

### PARTIE 2 - Développer la confiance en soi au sein de ses actions professionnelles

*Séquence 3* : Renforcer son sentiment d'efficacité professionnelle

*Séquence 4* : Prendre conscience de ses compétences

### PARTIE 3 - S'affirmer dans son poste

*Séquence 5* : Renforcer son charisme

*Séquence 6* : Définir ses priorités

*Séquence 7* : Se fixer des objectifs stimulants



Programme en PDF

### LES +

- ✓ Contenu adapté au quotidien de l'entreprise
- ✓ Boîte à outils d'exercices
- ✓ Approche dynamique et bienveillante

### METHODES PEDAGOGIQUES

- ✓ Alternance théorie et pratiques
- ✓ Echanges interactifs
- ✓ Jeux de rôles
- ✓ Support de cours

### CONTACT



[contact@lesaillesdudeveloppement.com](mailto:contact@lesaillesdudeveloppement.com)



Accédez directement [ici](#) au formulaire de contact.