

Fiche programme : Développement personnel : gagner en efficacité

Cette formation est conçue pour découvrir et comprendre les différents leviers d'action personnel qu'il est possible d'utiliser pour développer une efficacité personnelle, source de sérénité d'optimisation de son temps au quotidien.

Durée : 1 heure

Tarif : 200€ TTC par participant

Tarif Intra-entreprise : Sur devis (contact@smartup-formation.com)

Micro-learning (sur mobile ou ordinateur)

Public concerné

- Pour toutes les personnes souhaitant développer son efficacité au quotidien

Prérequis

- Disposer d'un smartphone ou d'un ordinateur avec une connexion internet

Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, l'apprenant sera en mesure :

- De créer des mindmapping
- D'identifier des techniques de prise de parole en public
- Développer sa créativité et sa rigueur
- De mettre en œuvre des comportements proactifs

Programme de la formation

Développer ses soft skills

- L'efficacité : ça s'apprend
- Développer sa créativité
- Développer sa rigueur
- La proactivité
- Osez prendre la parole en public

Efficiences tools

- Cultivez vos idées avec le mind mapping
- Bien gérer son temps
- 5 pouvoirs au bureau



Méthodes pédagogiques

- Formation sur mobile ou ordinateur format asynchrone
- Apports théoriques et pratiques
- Exercices pratiques et d'application
- Évaluation des acquis tout au long du parcours

Accessibilité

- Salle de formation pouvant être accessible aux publics en situation de handicap sur demande. SMART UP Formation mobilise ses partenaires pour adapter les conditions d'accès à la salle de formation.
- Les activités de la formation sont accessibles et réalisables par une personne en situation de handicap. Pour inscrire une personne en situation de handicap à l'une de nos sessions, veuillez nous contacter à contact@smartup-formation.com pour que nous puissions adapter l'organisation ainsi que les supports.

Délais d'accès

- La formation est accessible sous 24 heures après règlement de la prestation.

Modalités d'évaluation de la formation

- Exercices d'évaluation des acquis tout au long de la formation.

Dates

Voir disponibilités sur le site www.smartup-formation.com rubrique « Formations »

