



MSP CONSULTING
Générateur de bien-être au travail

MIEUX SE CONNAÎTRE POUR BIEN MANAGER

L'objectif de cette formation est de prendre connaissance de ses sentiments, de ses qualités et de ses défauts, de ses motivations et de ses convictions. Cette meilleure connaissance de soi permet de s'ouvrir aux autres et de jouer un nouveau rôle dans le personnage que nous sommes. C'est une ouverture au changement pour devenir un bon manager.

Pour qui : Cadres, dirigeants et managers

Formateur : Patrice MARIE-SURELLY, Consultant-Formateur & Coach Professionnel Certifié.

Durée : 1 jour

Formation à distance

OBJECTIFS

- Associer un savoir-être à un savoir-faire
- Savoir gérer ses émotions
- Comprendre qui l'on est et comment on fonctionne
- Se positionner comme manager au sein de son équipe

PROGRAMME

- Analyse des points forts et des points faibles selon ses préférences cérébrales
- Décodage de ses principaux traits de caractère selon 6 facettes de la personnalité
- Connaître les cinq compétences clés pour apprendre à gérer ses émotions
- Identifier ses ressentis
- Accueillir ses émotions comme une force
- Réguler son humeur par l'action
- Identifier les différents de comportement

METHODES PEDAGOGIQUES :

Outils pédagogiques : exposés courts, échanges à partir de situations rencontrées, brainstorming, mises en situation, exercices individuels, débriefing collaboratif.

Support pédagogique dématérialisé envoyé à l'issue de la formation.

A PROPOS DE MSP CONSULTING

Depuis 2011, MSP CONSULTING accompagne les entreprises dans l'amélioration de la Qualité de Vie au Travail pour contribuer au bien-être des collaborateurs et au développement de la performance.

D'une part, nous concevons et animons des formations, des conférences et des ateliers autour du savoir-être qui permettent aux équipes de mieux comprendre qui ils sont, de générer du sens au travail, de gérer les situations difficiles, d'accepter les changements et les évolutions de l'entreprise, d'apprivoiser leurs émotions



MSP CONSULTING
Générateur de bien-être au travail

et de développer leur estime de soi.

D'autre part, nous organisons des événements sur mesure, axés sur le thème du bien-être afin de fédérer les équipes, de favoriser le développement personnel de chaque individu lui permettant de se sentir le mieux possible au travail.

www.mspconsulting.fr



MSP CONSULTING RESPECTE LES EXIGENCES DE QUALITE DICTEES PAR LA LOI DANS L'OUTIL DATADOCK.