



## “Atteindre ses objectifs professionnels.”



## INFORMATIONS



### Pré requis

aucun



### Groupe

De 4 à 8 personnes



### Durée

1 jour



### Modalités

En présentiel  
Inscription avec bulletin



### Suivi et validation de la formation

QCM en fin de stage  
Attestation de stage



### Contact

Tél : +33 6 614 615 66  
E-mail : rhyslane@envol.blue

Investissement personnel



Mise en situation



Développement personnel



### Méthodes pédagogiques

Etudes théoriques et méthodiques.  
Analyses de situations concrètes personnelles et pédagogiques

### Outils pédagogiques

Partage d'expériences, apports théoriques, mise en situation, tests, exercices, auto-évaluation et autodiagnostic.

### A qui s'adresse ce stage?

**Toute Personne Cherchant à Atteindre des Objectifs Personnels ou Professionnels :** Ce stage convient également à toute personne désireuse d'améliorer sa confiance en soi, de surmonter des obstacles et de fixer des objectifs concrets pour son développement personnel et professionnel.

## OBJECTIFS OPÉRATIONNELS

Atteindre les objectifs que l'on se fixe dans notre sphère professionnelle et personnelle. Savoir établir un objectif atteignable et réaliste. Développer son mindset.

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Connaître les techniques pour atteindre ses objectifs. Prendre conscience de sa responsabilité dans l'atteinte ou non de son objectif. Identifier les freins pour les lever et se mettre en action.

## PROGRAMME

### Identifier ses Ressources et surmonter ses Blocages :

- Identifier ses ressources, ses blocages pour la mise en place d'un objectif viable :
- Identification de son degré de confiance en soi pour mettre en place un objectif SMART
- Prendre conscience de la place du pouvoir des émotions dans notre mode opératoire
- Identifier ses peurs, ses blocages potentiels
- Décider de changer pour avancer (outils EDF)
- Prendre conscience de son environnement et changer son mindset pour se donner des chances de réussir

### Passer à l'action :

- Confronter ses obstacles et ses ressources
- Lever les freins avec SWOT
- Définir son objectif SMART AND CO
- Se préparer physique et mentalement
- Visualiser !