

PROGRAMME

📍 **Présentiel / Distanciel**

👥 **2 minimum**

🕒 **14h**

💰 **1 500€**

DÉFINIR ET ATTEINDRE SES OBJECTIFS

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Comprendre ses motivations
- Définir et structurer son objectif
- Atteindre son objectif à travers une communication adaptée

PERSONNEL CONCERNÉ

Tout collaborateur désirant définir et atteindre son objectif

PRÉ-REQUIS

Aucun pré-requis n'est nécessaire pour suivre cette formation

MODALITÉS ET PÉDAGOGIE

- Sensibilisation et prise de conscience (*questionnement / travail en sous-groupe*)
- Apports formateur et exposés
- Jeux de rôles filmés et mises en situation professionnelle (*réunion / entretien face à face*)
- Débriefing et commentaires points forts/pistes d'amélioration
- Questionnaire d'évaluation en fin de formation
- Méthode interactive
- Cas pratiques / études de cas / quizz
- Support stagiaire

PROGRAMME

LA MOTIVATION

- Qu'est-ce que la motivation ?
- La motivation au travail
- La pyramide des besoins
- Les théories de motivation
- Se motiver pour atteindre ses objectifs

LES OBJECTIFS

- Qu'est-ce qu'un objectif ?
- La méthode SMART
- Les différents niveaux et types d'objectifs
- Définir son propre objectif
- Comprendre son plan de vie
- Savoir structurer son objectif
- Détourner et connaître ses craintes

- Le principe du choix
- Comprendre l'objectif de l'entreprise

COMMUNIQUER À TRAVERS L'OBJECTIF

- L'importance de la communication
- Apprendre à communiquer en fonction de l'objectif
- Fédérer à travers l'objectif
- Les techniques de reformulation

SURMONTER SES PEURS, SES CRAINTES

- Prendre conscience de ses états négatifs
- La relation de bienveillance
- Tendre vers un comportement responsable